



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

PLONGEURS EN SITUATION DE HANDICAP

- COLLOQUE PLONGEE NOVEMBRE 2008



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

- COLLOQUE PLONGEE NOVEMBRE 2008
- Credits photos :

- Fabrice BOISSIER

- et
- Nicole LEBRUN
- Fred DUREAU
- Cédric GAREAU
- Philippe CESARI
- Pascal CHAUVIERE



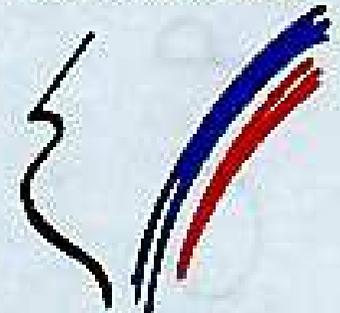
PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX

FFESSM

COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE



FEDERATION
FRANCAISE



HANDISPORT





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

A) 5 millions de Français sont handicapés moteurs. La croissance de cette population est continue.

B) La loi du 30 juin 1975 dite d'orientation en faveur des personnes handicapées prévoit « l'intégration en milieu ordinaire ». Elle demande aux fédérations de faciliter l'accès au sport. Elle est remplacée par la loi de 2005.

L'exemple est donné par :

- l'Etat et ses adaptations du permis de conduire**
- certaines fédérations (aéronautique, compétition automobile, tir à l'arc etc) qui accueillent sans discrimination les handicapés.**

Notre activité peut, avec certains aménagements, répondre – partiellement – à cette volonté gouvernementale. Il faut pouvoir compenser le handicap physique par l'adaptation des matériels et par l'organisation de l'encadrement et des moyens de sécurité.

C) La micro-pesanteur qui règne dans le milieu aquatique permet de réaliser plus facilement des actes physiques avec une force moindre.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

HISTORIQUE handi plongée...

- 1970 : FLEMMING (GB).
- 1976 : piscine NANCY (handicap mental et moteur amputés)
- 1981 : 1^{ères} plongées FFH : Bretagne , St. Mandrier Cerbère.
1° Mer Rouge (amputé ADP Toul)
- 1996 : premier cursus de la FFH.
Convention FFESSM / FFH
- 2000 : Accords équivalences N1 CMAS / HP2
- 2004 : Arrêté autorisant les N1 à la plongée nitrox et recycleurs !
- 2005 : 10° stage Mer Rouge CD54 Handi-valides
- 2007 : 1° voyage « 150 plongeurs en Mer Rouge FFH »



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX

Dr.JM. GASCOU Médecin fédéral National FFH.



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Pourquoi ?

AU NIVEAU DE L'HOMME ...

AU NIVEAU DES ORGANISATIONS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Pourquoi ?

Pour favoriser l'insertion ou la réinsertion

Par la rééducation.

Par le développement de sensations.

Par l'optimisation du potentiel physique, malgré un handicap acquis.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

POURQUOI ?

- LA LOI DE 2005
- LA VOLONTE FEDERALE
- LA REFORMATION DES CADRES





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

POURQUOI ?

➤ LA LOI DE 2005



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

SPORTS, HANDICAP, ACCESSIBILITE ET LOI DE 2005

Pascal CHAUVIERE

**Source : Marie Sophie DESAULLE,
Présidente de l'APF**

**Accès à tous pour tous
Colloque handicap & enjeux de société Janvier 2006**
PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Droits fondamentaux

- Tout citoyen doit avoir **accès aux droits fondamentaux** proclamés dans la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme. La personne en situation de handicap doit être à égalité de chance avec les autres citoyens pour l'accès aux droits fondamentaux.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

La loi définit ce qui constitue un handicap.

« Constitue un handicap, au sens de la présente loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de la santé invalidant. »





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Égalisation des chances : mots clés

- autonomie
- participation sociale pleine et entière
- principe d'accès à tout pour tous,
- participer aux activités de la Société
- principe de compensation individualisée.
- et d'accéder aux droits fondamentaux dans l'égalité.
- citoyen à part entière.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Égalisation des chances

- **Le principe d'accès à tout pour tous** vise à ce que la Société dans son ensemble prenne en compte, dans le cadre d'une politique de non-discrimination, les besoins de tous à travers l'ensemble des mesures législatives et réglementaires, les actions sur l'environnement, les changements d'attitude, l'adaptation des services ouverts à tous, l'exercice effectif des droits, etc.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

- **Principe d'accès à tout pour tous :**
- cela repose sur une **politique de non-discrimination**

C'est l'élimination de toute différence de traitement d'une personne en raison de son handicap dans tous les domaines de la vie

et notamment :



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

L'accès à tout pour tous

- **Vie citoyenne**
- **Acceptation de la différence**
- **Vie dans la cité et déplacement**
- **Logement**
- **Accueil de la petite enfance, scolarisation**
- **Emploi et formation professionnelle**
- **Accès aux soins**





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

L'accès à tout pour tous

- **Culture, loisirs, sports** – Ex : accès aux lieux de sport (stades, gymnases, piscines...)
- information et sensibilisation des responsables d'établissement et d'activités





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

- LA VOLONTE FEDERALE
- LA REFORMATION DES CADRES



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

- Depuis l'année 2000 à l'année 2008 :
- Commission d'équivalence des diplomes
- Memoire d'IN sur les cursus et intérêts pour notre FFESSM
- Vers le nitrox et les recycleurs SF
- Les directeurs de plongee
- Le groupe de travail « plongée handicap mental »
- Les formations complémentaires des enseignants Fédéraux





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

POUR QUI ?

- LES PERSONNES HANDICAPES “MOTEUR”.
- NON INSERABLES
- INSERABLES





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Plongée pour qui?

- Les pathologies médullaires
- séquelles de PAA
- Atteintes du SNP
- Séquelles de TC
- Amputés et agénésiques
- IMC
- Séquelles de polytraumatismes
- Maladies articulaires.
- Mal et non voyants.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

LES PATHOLOGIES MEDULLAIRES

- Tétraplégies
- Paraplégies



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMENT ?

- LES STRUCTURES
- LES ENSEIGNANTS
- LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMENT ?

- LES STRUCTURES

- LA CONVENTION FFH / FFESSM
 - ASSOCIATIONS FFH
 - ASSOCIATIONS FFESSM ET FFH
 - ASSOSSIATIONS FFESSM





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMENT ?

➤ LES ENSEIGNANTS :

- DIPLOMES D'ETAT
- FORMATION DES C1 C2 C3
- EXEMPLE DU CODEP 54
- EXEMPLE DU COMITE EST





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMENT ?

➤ LES ENSEIGNANTS :

– DIPLOMES D'ETAT

- FORMATION PAR LE BIAIS DU MODULE « PUBLICS PARTICULIERS »





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMENT ?

➤ LES ENSEIGNANTS :

– LES FORMATIONS FEDERALES

- CURSUS CALQUE SUR LES FORMATIONS FFESSM



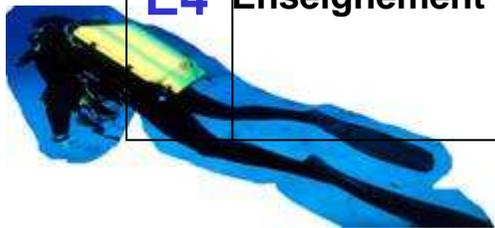


COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMISSION PLONGEE FFH FORMATION DE CADRES

HIERARCHISATION DES CADRES FFH ET PREROGATIVES *Suivant l'arrêté du 22 juin 1998 ET LE CODE SPORTS*

	Réglementation	Réglementation & Prérrogatives FFH.	Titre
E1	En piscine < 6 m En extérieur < 6 m	Cadre actif en piscine, avec handicaps type autorisé, pouvant aider dans les stages en milieu extérieur dirigés par des cadres FFH E3	E1 FFH Formation 16 H
E2	Idem + en extérieur jusqu'à 20 m	Cadre en piscine et milieu extérieur, pouvant encadrer des Handiplongeurs type autorisé, et aider dans les stages pour tétraplégiques avec un cadre FFH E3	E2 FFH Formation 16 H
E3	Enseignement jusqu'à 40 m	Cadre et directeur de stage, pouvant encadrer des Handiplongeurs de tout type autorisé. Formateur des E1 et E2 FFH.	E3 FFH Module B 40 H
E4	Enseignement > 40 m	Idem et formateur des cadres FFH	E4 FFH Module B 40 H





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMMENT ?

➤ LES ENSEIGNANTS :

– UNE OBLIGATION :

- DEFINIR LE HANDI PLONGEUR





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

DEFINITIONS

« HANDIPLONGEUR INSERABLE »

***Possibilité de présenter en fin de formation
un Niveau 1 FFESSM***

« HANDIPLONGEUR NON INSERABLE »

Ne pourra pas présenter un Niveau 1 FFESSM

AUTONOMIE

***Prise en charge des différentes étapes qui constituent
une activité (Terme médical)***





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

DEFINITIONS

HANDIPLONGEUR CLASSIQUE ou EXCEPTIONNEL

*Classement effectué en fonction
de la pathologie et des troubles
fonctionnels*

**SEULS les HP CLASSIQUES PEUVENT ETRE
FORMES PAR LES C1 ET LES C2**





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE
COLLOQUE DE TOURS

NORMES D'ENCADREMENT FFH

HANDIPLONGEUR INSERABLE DEBUTANT

1 ou 2 MONITEURS PAR HANDIPLONGEUR

HANDIPLONGEUR NON-INSERABLE

1 ou 2 MONITEURS PAR HANDIPLONGEUR

PISCINE < 6 M

1 x E1

MINIMUM



MER

DP E3 FFH

1 x E1 < 6 M

1 x E2 > 6 M





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Les Normes d'Encadrement

- *Attention au tandem handicapé/cadre*
 - E1 FFH (jusqu'à Paraplégique et dans 6mètres)
 - E2 FFH (idem maxi 20 mètres)
 - E3 ET E4 FFH Plongée exceptionnelle





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

Directeurs de plongée

Trois cas sont à distinguer.

- **DIRECTEUR DE PLONGEE EN PISCINE**
 - Niveau C1, (soit E1 initiateur club de la FFESSM additionné de la formation FFH.)





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

DIRECTEUR DE PLONGEE

- **DIRECTEUR DE PLONGEE EN MILIEU NATUREL ET EN STAGE FFH.**

Niveau C3, (soit E3 MONITEUR FEDERAL de la FFESSM additionné de la formation FFH.)



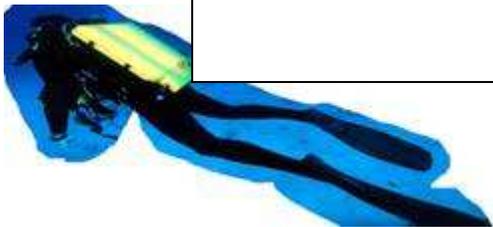


COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

DIRECTEUR DE PLONGEE

- **DIRECTEUR DE PLONGEE EN MILIEU EXTERIEUR LORS D'ACTIVITES DANS DES STRUCTURES D'ACCUEIL DE PLONGEURS VALIDES**

Niveau E3 (MONITEUR FEDERAL de la FFESSM par exemple ou le directeur de plongée habituel de la structure) .





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX



COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

ESPACES D'EVOLUTION

TETRAPLEGIQUE

10 METRES 15 A 20 MINUTES

PARAPLEGIQUE

20 METRES 20 MINUTES

EN FONCTION DE LA TEMPERATURE DE L'EAU

AMPUTES

DEPEND DU SIEGE DE L'AMPUTATION

AUTRES HANDICAPS

SUR PRESCRIPTION MEDICALE





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS FORMATIONS FEDERALES F.H.

FFESSM	Baptême Certificat médical obligatoire	NIVEAU 1 →		
FFH		HP 1 Zone des 10 mètres	HP 2 Zone des 20 mètres	HP 3 Zone des 20 mètres

nitrox *recycleur*

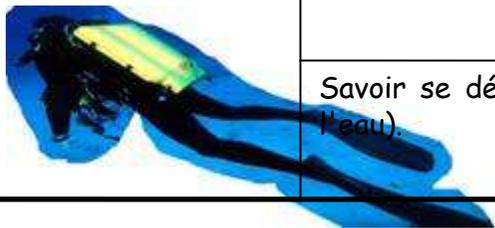




COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

COMPETENCES	HP1	HP2	HP 3
Connaissances du matériel	Savoir monter ou faire monter son matériel.	Savoir aisément monter ou faire monter son matériel.	Savoir parfaitement monter le matériel.
	Savoir utiliser les adaptations proposées par le moniteur.	Savoir déterminer et utiliser les adaptations proposées par le moniteur.	Savoir déterminer, expliquer et utiliser les adaptations du matériel proposées par l'encadrement.
	Savoir s'équiper, ou se faire équiper, et utiliser le matériel utile avec ses adaptations éventuelles.	Savoir couramment s'équiper ou se faire équiper et utiliser le matériel avec ses modifications éventuelles.	Savoir parfaitement s'équiper ou se faire équiper et utiliser le matériel utile avec ses modifications éventuelles.
	Savoir prendre soin de son matériel.	Savoir diagnostiquer une panne et entretenir ou faire entretenir son matériel.	Savoir résoudre une panne et entretenir, ou faire entretenir, et préserver le matériel.
		Avoir utilisé une fois un vêtement isothermique.	Savoir utiliser un vêtement isothermique et éventuellement un vêtement sec.
Mise à l'eau, immersion et déplacements retour surface	Savoir se mettre à l'eau avec ou sans aides (sans scaphandre).	Savoir se mettre à l'eau avec ou sans aides par une chute adaptée (sans scaphandre).	Savoir se mettre à l'eau avec ou sans aides de deux manières différentes dont une équipée.
	Déplacement en surface de 5 minutes sur le ventre et 10 minutes sur le dos.	Déplacement en surface de 10 minutes sur le ventre et 15 minutes sur le dos.	Déplacement en surface de 200 mètres ventral PMT et 50 mètre sur le dos.
	Savoir utiliser le SSG avec un minimum d'aide et se maintenir en surface.	Savoir utiliser sans aide et en toutes circonstances le SSG et se maintenir en surface.	Savoir parfaitement et en toutes circonstances utiliser le SSG et se maintenir en surface.
	Savoir se déplacer au fond (vivre sous l'eau).	Savoir évoluer au fond en équipe.	Savoir se déplacer sur 100 mètres au fond et enchaîner 25 mètres en nage de sécurité.

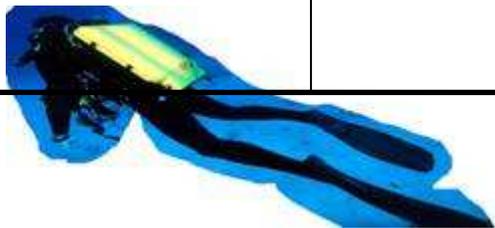
PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

	Savoir descendre et remonter avec scaphandre dans l'espace proche avec une aide.	Savoir descendre et remonter avec scaphandre dans l'espace médian sans aide	Savoir descendre et remonter avec scaphandre en pleine eau dans l'espace médian sans aide
Ventilation et équilibre en plongée	Savoir descendre, en apnée, sur un fond de 2 mètres avec un pendeur et remonter en respectant la vitesse.	Savoir, en apnée descendre sur un fond de 2 mètres après expiration complète et remonter avec une aide matérielle en respectant la vitesse.	Savoir descendre (sans aucune aide) et en apnée, sur un fond de 3 mètres, se stabiliser quelques instant et remonter en respectant la vitesse. en se déplaçant
	Savoir lâcher et reprendre, l'embout dans l'espace proche (seul ou avec aide).	Savoir lâcher et reprendre, l'embout dans l'espace médian en se déplaçant (seul ou avec aide).	Savoir lâcher et reprendre, l'embout dans l'espace médian sans aide.
	Seul ou avec aide, savoir vidanger, son masque dans l'espace proche sans l'enlever complètement.	Seul ou avec aide, savoir retirer et vidanger, son masque dans l'espace médian	Savoir vidanger, sans aide, son masque dans l'espace médian après un parcours sans masque de plusieurs mètres
	Savoir stabiliser avec son SSG.	Savoir stabiliser et s'équilibrer avec son SSG.	Savoir gérer son SSG.
Réactions aux situations, communiquer.	Savoir communiquer avec des gestes adaptés si besoin.	Savoir communiquer et réagir avec les gestes adaptés si besoin, dans l'espace médian	Savoir parfaitement communiquer et réagir avec les gestes adaptés si besoin, dans l'espace médian
	Savoir surveiller et communiquer sa consommation.	Savoir surveiller et communiquer sa consommation, Savoir pratiquer, activement ou passivement, l'échange <u>simulé</u> d'embout dans l'espace médian ou/et utiliser son l'octopus.	Savoir surveiller, communiquer et évaluer sa consommation , Savoir parfaitement utiliser, seul, son octopus ou celui du moniteur et/ou pratiquer l'échange simulé d'embout.





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

		Savoir pratiquer un début d'assistance dans l'espace médian à l'aide du SSG	Remonter de 20 mètres, par une technique et du matériel adapté, le moniteur, le maintenir à la surface et prévenir les secours.
Condition physique	Notion d'existence et de durée d'efforts physique.	Notion d'existence, de durée et d'intensité d'efforts physique avec ou sans scaphandre.	Notion d'efforts physique (existence, durée et intensité) avec scaphandre.
	Se déplacer en surface pendant 25 mètres sur le ventre, se reposer 5 minutes et enchaîner un 25 mètres dos sans scaphandre.	Se déplacer en surface pendant 50 mètres sur le ventre, se reposer 5 minutes et enchaîner 50 mètres dos avec ou sans scaphandre.	Se déplacer en surface pendant 100 mètres sur le ventre et enchaîner 50 mètres dos équipé en temps limité ?.
	Connaître la technique d'apnée.	Maîtriser une apnée.	Maîtriser parfaitement une apnée dans toutes les situations.
Théorie de plongée et préventions liées au handicap. Adaptation des matériels	Prévention des barotraumatismes, des problèmes vasculaires et des chocs. Notions de régulation cardiaque et thermique	Théorie du niveau 1, cursus de la FFH Prévention des problèmes spécifiques aux handiplongeurs. La thermorégulation et les adaptations à l'effort	Théorie du niveau 2 Prévention sur les saturations différentes, les moyens de se contrôler. Etat du bilan physiologique.







COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

LES EVOLUTIONS ...

- HANDICAP MOTEUR VERS ... PLUS DE POSSIBILITES
- AUTRES HANDICAPS





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS

LES PROJETS

- FORMATIONS DES CADRES INTEGREES A LA FFESSM
- CARTES DE PRATIQUANTS HANDI FFESSM
- FORMATION DES DP
- CREATION DE GROUPES DE TRAVAIL
 - DANS LES CODEP
 - DANS LES REGIONS
- HANDI ENSEIGNANTS ?





COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



Merci de votre attention







COMMISSION TECHNIQUE NATIONALE COLLOQUE DE TOURS



PASCAL CHAUVIERE INSTRUCTEUR NATIONAL
FFESSM MF2 BEES2 RECYCLEUR TRIMIX