

Läs igenom detta innan du skriver under.

Detta Detta dokument är till för att informera dig om vedertagna säkerhetsregler för fridykning och apparatdykning. Säkerhetsreglerna har sammanställts för att du skall gå igenom och samtycka till dem, för att din dykning skall bli så säker och behaglig som möjligt. Din underskrift på detta dokument krävs som bevis för att du är medveten om dessa regler för säker dykning. Läs och diskutera punkterna innan du skriver under. Om du är minderårig måste även förälder eller förmyndare skriva under.

Jag, _____, inser att som säker dykare skall jag:

1. Upprätthålla god mental och fysisk form för dykning och undvika påverkan av alkohol och droger, upprätthålla dykfärdigheter och sträva efter att öka dem genom vidareutbildning, samt repetera kunskaper under kontrollerade förhållanden efter uppehåll i dykningen.
2. Vara välbekant med mina dykplatser. Om inte, bör jag skaffa information från annan, väl informerad, källa. Om förhållandena på dykplatsen är sämre än de jag är van vid bör jag uppskjuta dyket eller välja en annan dykplats med bättre förhållanden. Jag bör endast delta i dykning som motsvarar min utbildning och erfarenhet.
3. Använda komplett, väl underhållen och pålitlig dykutrustning som jag är van vid och kontrollera passform och funktion inför varje dyk. Jag bör ej låta någon person som inte är certifierad låna min utrustning. Vidare skall jag alltid använda dykväst (även vid torrdräkts-dykning) och UV-manometer vid apparatdykning. Jag inser också det berättigade kravet att alltid använda alternativ luftförsörjning och lågtrycksinflator vid all apparatdykning. Ej genomföra dykning som inte tillåter direkt vertikal uppstigning till ytan, exempelvis penetreringsdykning, om jag inte är rätt utbildad för detta.
4. Noga lyssna på genomgångar och anvisningar samt respektera råd från den/de som övervakar min dykning. Jag är medveten om att ytterligare utbildning är nödvändig för att delta i speciella dykaktiviteter, dykning i andra geografiska områden, samt efter perioder utan dykaktiviteter som överskrider sex månader.
5. Noga upprätthålla parsystemet under all dykning. Planera all dykning, inklusive kommunikation, metod för att återfinna varandra samt nödfallsprocedurer.
6. Hålla mig välbekant med dyktabellerna. Utföra all dykning med direktuppstigning, samt räkna in en säkerhetsmarginal. Medföra utrustning för att övervaka tid och djup under vattnet. Begränsa största dykdjup till min utbildnings- och erfarenhetsnivå. Göra uppstigning med högst 18 m/minut.
7. Alltid ha neutral flytkraft. Justera viktbelastning vid ytan för neutral flytkraft utan luft i dykvästen. Bibehålla neutral flytkraft under vattnet. Ha positiv flytkraft för simning och vila i ytan. Hålla vikter fria för snabb frigörning samt skaffa positiv flytkraft i pressade situationer under dykning.
8. Andas rätt under dykning. Aldrig hålla andan eller snålandas under dykning med komprimerad luft, samt undvika överdriven hyperventilering vid snorkeldykning. Undvika överansträngning vid och under ytan. Utföra alla dyk inom mina begränsningar.
9. Använda båt, boj eller annan flytkraftshjälp vid ytan, när så är möjligt.
10. Känna till och följa gällande lagar, föreskrifter, fiskeregler och dykflaggsbestämmelser. Jag har läst ovanstående regler för säker dykning och har fått mina frågor besvarade på ett tillfredsställande sätt.

Jag förstår innebörden och betydelsen av dessa vedertagna säkerhetsregler. Jag inser att de är uppställda för min egen säkerhet och att jag kan utsätta mig för fara om jag inte följer dem när jag dyker.

RISK OCH ANSVARS INFORMATION**Läs informationen noga och fyll i de tomma fälten före du undertecknar dokumentet.**

I detta dokument får du upplysning om riskerna med fridykning och apparatdykning. Dokumentet informerar också om vilket ansvar du har i att följa anvisningar samt för dina handlingar under kursen. Din underskrift på detta dokument krävs som bevis på att du har mottagit och läst informationen. Det är viktigt att du läser igenom texten noga före du undertecknar dokumentet. Fråga din instruktör om det är något i informationen du inte förstår. Om du är minderårig ska också en av dina föräldrar/förmyndare läsa och underteckna dokumentet.

RISKINFORMATION

Fridykning och apparatdykning medför risker som kan leda till allvarlig skada eller dödsfall. Dykning med komprimerad luft medför vissa faror. Det kan också leda till tryckfallssjuka, luftemboli eller annan tryckrelaterad skada som kräver tryckkammerbehandling. Dykningar i öppet vatten kan bli arrangerade som en nödvändig del av dykutbildningen och certifieringen. Dessa dykningar kan arrangeras på ställen som ligger långt ifrån tryckkammare, i tid, avstånd eller bägge delar. Fridykning och apparatdykning är fysiskt krävande aktiviteter och det medför att du kommer att anstränga dig under denna kurs. Du måste underrätta din instruktör(er) och dykcentret om ditt hälsomässiga tillstånd och din medicinska historia utan att dölja information som kan ha betydelse för ditt deltagande på denna kurs.

ANSVARSINFORMATION TILL ELEVEN

Det krävs att du följer de anvisningar, riktlinjer och krav som din instruktör(er), samt dykcentret som erbjuder denna kurs, Liams Dive Centre – M/V "APOLLON", PADI Nordic AB och International PADI Inc, ställer på dig som elev under kursen. Ignoreras detta eller vid visad oaktsamhet kan det leda till skada eller dödsfall. Jag har tagit del av innehållet i denna information och jag har läst villkoren före jag undertecknat dokumentet.

Datum _____

(Dag/Månad/År)

Deltagarens underskrift

Förälder/förmyndare underskrift (om nödvändigt)

Hälsodeklaration

Dykning kan vara en spännande och krävande aktivitet. När dykningen utförs på ett riktigt sätt med rätt tekniker är den mycket säker. Om säkerhetsreglerna inte följs kan detta leda till fara. För att kunna dyka säkert kan du inte vara extremt överviktig eller ha dålig kondition. Under vissa förhållanden kan dykning vara mycket ansträngande. Du kan inte heller ha allvarliga sjukdomar i luftvägarna eller i hjärt/kärlsystemet. Kroppens luftfyllda hålrum måste fungera utan några allvarliga problem. En person med hjärtproblem, förkylning, epilepsi, allvarliga medicinska problem eller som är påverkad av alkohol eller droger bör inte dyka. Om du använder medicin bör du konsultera läkare eller din instruktör före du deltar på kursen, och även efter kursen, för att få reda på om medicinen påverkar dykningen. Din instruktör kommer att lära dig de viktigaste säkerhetsreglerna för andning och tryckutjämning vid dykning. Felaktig användning av

dykutrustningen kan medföra allvarliga skador. Du skall därför gå en kurs under direkt övervakning av en instruktör, så att du lär dig rätt användning. Om du har ytterligare frågor om denna hälsodeklaration skall du diskutera dessa med din instruktör innan du skriver under.

Egen hälsodeklaration

Till deltagaren:

Avsikten med dessa frågor om din hälsa är att ta reda på om du behöver undersökas av en läkare innan du påbörjar dykkursen. Svarar du ja på någon av frågorna om din hälsa betyder detta inte automatiskt att du inte kan dyka, utan det innebär bara att du kan ha en skada eller sjukdom som kan påverka din säkerhet vid dykning. Dessa indikationer måste därför diskuteras med läkare. Besvara nedanstående frågor med ett JA eller ett NEJ. Är du osäker skall du svara JA. Om någon av dessa frågor gäller dig, måste du ta kontakt med en läkare för att få ett godkännande innan du deltar i någon dykaktivitet. Bifogat till denna blankett finns "RSTC Guidelines for Recreational Scuba Diver's Physical Examination" som läkaren skall använda vid bedömningen

_____ Kan du vara gravid, eller försöker du att bli gravid?

_____ Tar du regelbundet receptbelagd medicin eller annan medicin (med undantag för p-piller)

_____ Är du över 45 år och gäller en eller flera av nedanstående punkter dig?

Röker pipa, cigarr eller cigaretter?

Har höjd kolesterolnivå

Har haft hjärtinfarkt eller hjärnblödning i släkten

Är under medicinsk behandling

Har högt blodtryck

Har diabetes (även om den regleras genom dieten)

Har du tidigare hatt eller har du nå....

_____ Astma, ansträngd andning, eller pipande andning vid träning?

_____ Ofta förekommande eller kraftiga anfall av hösnuva eller allergi?

_____ Ofta förkylning, bihåleproblem eller bronkit?

_____ Någon form av lungsjukdom? _____ Pneumatorax (lungkollaps)?

_____ Andra sjukdomar i bröstet eller operation i bröstkorgen?

_____ Beteendemässiga, mentala eller psykologiska problem (panikanfall, ångest för slutna rum eller öppna platser)?

_____ Epilepsi, krampanfall, konvulsioner eller tar mediciner för att förhindra detta?

_____ Periodisk migrän eller tar mediciner mot detta?

_____ Tidigare haft besvär med svimning (helt eller delvis förlorat medvetandet)?

_____ Ofta förekommande eller kraftig åksjuka (sjösjuka eller åksjuka, etc.)?

_____ Dysenteri eller dehydrering som krävt medicinsk behandling?

_____ Varit utsatt för dykolycka eller tryckfallssjuka?

_____ Problem med att utföra moderat fysiskt arbete (som att gå 1600 meter på kortare tid än 12 minuter)?

_____ Huvudskada med medvetslöshet under de senaste 5 åren ?

_____ Ständiga ryggproblem? _____ Genomgått ryggoperation? _____ Diabetes (sockersjuka)?

_____ Problem med rygg, arm eller ben efter operation, olycka eller fraktur?

_____ Högt blodtryck eller tar mediciner för att kontrollera detta? _____ Hjärtsjukdom? _____ Hjärtinfarkt?

_____ Kärlkramp, hjärtoperation eller operation i kärlsystemet?

_____ Bihåleoperation? _____ Sjukdom eller operation i öron, problem med hörsel eller balans?

_____ Upprepade problem med öronen? _____ Blödning eller andra blodsjukdomar? _____ Bråck?

_____ Magsår eller opererad för magsår? _____ Stomioperation?

_____ Missbruk av läkemedel, narkotika eller alkohol under de senaste 5 åren?

De upplysningar jag gett om min hälsa är riktiga enligt min kännedom om min situation. Jag inser att jag själv har fullt ansvar för utelämnade upplysningar om uppenbara existerande eller tidigare medicinska förhållanden.

Datum _____
(Dag/Månad/År) Deltagarens underskrift Förälder/förmyndare underskrift (om nödvändigt)

Deltagarens personuppgifter

Deltagarens namn (vänligen texta)

Födelsedatum _____ Ålder: _____ Kön: M K
(Dag/Månad/År)

Adress

Postnummer Postort Land

E-post address

Hotel: _____ Room no: _____

Vilket datum flyger du tillbaka hem: _____