



PADI

標準安全潛水實務瞭解聲明書

在簽名前，請仔細閱讀。

此聲明之目的在告知您浮潛和水肺潛水之既定安全潛水規範。這些規範的編輯乃是供您作檢查與確認之用，旨在提高您對潛水的安心與安全。您必須在此聲明書上簽名，以證明您瞭解這些安全潛水規範。在簽名之前，請先閱讀并討論此聲明書之內容。如果您尚未成年，同時也必須請您的家長或監護人在此聲明書上簽名。

本人 _____ (請以正楷填上姓名) _____，瞭解身為一位潛水員，我應該：

1. 維持適合潛水的良好心理與生理狀態。潛水時，避免受到酒精和危險藥物的作用影響。保持潛水技巧的熟練，在停滯潛水一段時間後，要透過進階教育以及在有控制的情況下複習潛水技巧的方式盡力提升技巧，并且參閱我的課程相關材料保持重要信息的更新和瞭解。
2. 熟悉我所要去的潛點。如果不熟悉，就要從備有相關知識的當地來源取得正式的潛點介紹。如果潛水狀況比我經歷的差，就延後潛水或是選擇另一處狀況較佳的備用潛點。只從事符合我的訓練和經驗範圍之內的潛水活動。不要從事洞穴潛水或技術潛水，除非受過專門的訓練。
3. 使用自己熟悉的完整、維修良好而可靠的裝備；在每次潛水前，要檢查裝備是否合身以及功能是否正常。在進行水肺潛水時，一定要穿戴浮力控制裝置，低壓控制充氣系統，氣體壓力錶和備用氣源以及潛水計劃/監視裝置（潛水電腦表，RDP/潛水計劃表 — 任何一種你已經被培訓過如何使用的）。拒絕讓不合格的潛水員使用我的裝備。
4. 仔細聽取潛水簡介和指示，并尊重督導潛水活動的人士所提出的建言。要知道在參加專長潛水活動、在其他地區潛水，以及6個月以上沒有潛水再回來潛水等情況，都需要作額外的訓練。
5. 每一次潛水全程都要嚴守潛伴制度。計劃潛水 — 包括失散時如何重聚的聯絡程序以及緊急程序 — 和潛伴之間。
6. 精通制定潛水計劃（使用潛水電腦表或潛水計劃表）。所作的潛水都要是免減壓潛水，并且預留安全餘地。具備在水底監測深度和時間的意識。最大潛水深度不超過我的訓練和經驗等級和範圍。上升速度不得超過每分鐘 18 公尺／60 英尺。做一位安全（SAFE）的潛水員 — 每次潛水都要緩慢上升（**S**lowly **A**scend **F**rom **E**very dive）。安全停留是另一個預防措施，通常在 5 公尺／15 英尺處停留 3 分鐘或以上。
7. 維持適當的浮力控制。在水面將配重調整成中性浮力，這時的浮力控制裝置內沒有空氣。在水底時要維持中性浮力。水面游泳和休息時要能浮起。將配重周邊的障礙清除，以便拆卸容易以及在潛水遭遇危難時可以建立浮力。佩戴至少一個水面信號裝置（比如信號棒，哨子，鏡子）。
8. 潛水時要正確呼吸。在使用壓縮空氣呼吸時，絕對不要憋住呼吸或是跳躍式的呼吸，在憋氣潛水時（浮潛）要避免過分過度換氣。在水中和水底時避免過度疲累，并且要在自己的極限內潛水。
9. 只要可行時，都要使用船隻、浮具、或是其他水面支撐台。
10. 知道并遵守當地潛水法律和規定，包括對於漁獵和潛水旗的法律規定。

本人瞭解這些既定規範之重要性與目的。我明白這是為我的安全與健康著想，也明白潛水時如沒有遵守這些規範，可能導致自身的危險。

參加者簽名

日期(日/月/年)

家長/監護人簽名(如適用)

日期(日/月/年)