



標準安全潛水實務瞭解聲明書

STANDARD SAFE DIVING PRACTICES STATEMENT OF UNDERSTAND

在簽名前，請仔細閱讀並填妥所有空格。

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，以證明您了解這些安全潛水規範。在簽名之前，請先閱讀並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 _____，了解身為一位潛水員，我應該：

(請以正楷填上姓名)

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。
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，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。拒絕讓不合格的潛水員使用我的裝備。在進行水肺潛水時，一定要穿戴浮力控制裝置和壓力錶。認清備用氣源和低壓控制充氣系統的位置。
4. 仔細聽取潛水簡介和指示，並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、在其他地理區潛水，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。計畫潛水 — 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. 精通潛水計劃表的用途。所作的潛水都要是免減壓潛水，並且預留安全餘地。備有工具在水底監測深度和時間。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 (Slowly Ascend From Every 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。
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，並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. 知道並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。

本人已詳閱以上聲明，相關問題也已得到滿意之答覆。本人了解此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此些規範，將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

日期 (日/月/年)