



PADI

Standard Safe Diving Practices Statement of Understanding

Dichiarazione di comprensione delle norme per le immersioni in sicurezza

Per favore leggere attentamente prima di firmare.

Questa è una dichiarazione con la quale voi siete informati sulle norme stabilite per la sicurezza dell'immersione in apnea e con autorespiratore. Queste norme sono state compilate per vostra conoscenza e ripasso, con l'intenzione di aumentare la vostra sicurezza e comfort durante le immersioni. La vostra firma su questa dichiarazione è necessaria per dare prova che voi siete a conoscenza di queste regole di sicurezza. Leggete e discutete questa dichiarazione prima di firmarla. Se siete minorenni questo modulo deve essere firmato anche da un genitore o tutore

Io sottoscritto, _____ (Nome in stampatello) _____, capisco che come subacqueo devo:

1. Mantenere una buona forma mentale e fisica per l'immersione. Evitare di trovarmi sotto l'influenza di alcool o farmaci (pericolosi), durante l'immersione. Mantenermi allenato nelle mie capacità di subacqueo, sforzandomi di accrescerle con una progressiva istruzione e dopo un periodo di inattività controllare il mio addestramento in condizione di sicurezza e, per restare aggiornato e ripassare ogni informazione importante, fare riferimento ai miei materiali del corso.
2. Essere pratico dei luoghi in cui mi immergo, o procurarmi informazioni che mi orientino sull'immersione, da una fonte locale ben informata. Se le condizioni per l'immersione sono peggiori di quelle in cui ho avuto esperienza, rimandare l'immersione o selezionare un sito alternativo con condizioni migliori. Impegnarmi solo nelle attività subacquee compatibili con la mia preparazione ed esperienza. Non intraprendere immersioni tecniche od in grotta senza aver ricevuto uno specifico addestramento.
3. Usare un'attrezzatura completa, ben tenuta, affidabile e di cui sono pratico, controllarne l'efficienza e lo stato prima di ogni immersione. Quando mi immergo con l'autorespiratore, devo avere uno strumento per controllare l'assetto – dotato di sistema di gonfiaggio a bassa pressione, un manometro subacqueo, una fonte d'aria alternativa ed uno strumento per la pianificazione/controllo dell'immersione (computer subacqueo, RDP/tabelle d'immersione – qualunque sia quello che sono stato addestrato ad utilizzare). Negare l'uso della mia attrezzatura a subacquei non certificati.
4. Ascoltare attentamente le istruzioni e le indicazioni per l'immersione e seguire i consigli di eventuali responsabili di attività subacquee che sono da loro condotte. Riconoscere che è raccomandato ulteriore addestramento per poter partecipare ad immersioni di specialità, in altre aree geografiche, e dopo un periodo di inattività superiore a sei mesi.
5. Usare il Sistema di coppia in ogni immersione. Pianificare le immersioni nei dettagli, compresi comunicazioni, modalità per ritrovarsi in caso di separazione, comportamento di emergenza, insieme al proprio compagno d'immersione.
6. Essere abile nella pianificazione dell'immersione (usando un computer subacqueo o tabelle d'immersione). Fare tutte le immersioni evitando la decompressione e considerare sempre un buon margine di sicurezza. Avere un mezzo per controllare tempo e profondità sott'acqua. Limitare la profondità massima al proprio livello di preparazione ed esperienza. Risalire con una velocità non superiore a 18 metri/60 piedi al minuto. Essere un subacqueo SAFE – **S**lowly **A**scend **F**rom **E**very dive (risali lentamente da ogni immersione). Effettuare sempre, cautelativamente, una sosta di sicurezza a 5 metri/15 piedi per 3 minuti o più.
7. Avere il giusto assetto. Regolare i pesi in superficie, in modo da avere un assetto neutro senza aria nel GAV. Mantenere un assetto neutro durante tutta l'immersione. Essere in assetto positivo per il nuoto e il riposo di superficie. Tenere i piombi liberi, in modo da poterli sganciare con facilità e stabilire l'assetto in caso di stress in immersione. Portare almeno un mezzo di segnalazione da superficie (come un tubo di segnalazione, un fischietto, uno specchietto).
8. Respirare in modo corretto durante l'immersione. Non trattenere il respiro, non fare pause nel respirare aria compressa ed evitare eccessiva iperventilazione nelle immersioni in apnea. Evitare di sovraffaticarmi in e sott'acqua, ed immergermi secondo le mie capacità.
9. Usare una barca, un galleggiante o un altro sistema d'appoggio ogni qualvolta sia possibile.
10. Conoscere e rispettare le leggi e regolamentazioni locali per l'immersione, comprese quelle per la pesca, la caccia e le bandierine di segnalazione.

Comprendo l'importanza e lo scopo di queste norme stabilite. Riconosco che sono necessarie alla mia sicurezza ed al mio benessere e che la mancata attuazione può mettermi in pericolo durante l'immersione.

Firma del partecipante

Data (giorno/mese/anno)

Firma del genitore o tutore (se necessario)

Data (giorno/mese/anno)