

Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

Welkom —

Het bezoeken van de wereld onder water is zowel plezierig als serieus.

Over de gehele wereld beleven miljoenen mensen plezier aan het duiken.

Het duiken met perslucht vereist:

- ✓ Een redelijke lichamelijke conditie
- ✓ De vaardigheid om eventuele problemen op te lossen
- ✓ Emotionele volwassenheid

Voor het duiken dien je een redelijke gezondheid te hebben en dien je in en om het water je op je gemak te voelen.



Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

Avontuurlijke activiteiten, zoals het duiken, brengen een aantal risico's met zich mee. Deze zijn echter precies bekend en kunnen door het volgen van een aantal eenvoudige regels voorkomen worden. Mogelijke risico's van het duiken bestaan onder andere uit:

- ✓ Problemen met de oren
- ✓ Verdrinken en het inademen van water
- ✓ Onderkoeld raken
- ✓ Overdrukverwondingen aan de longen

Het is belangrijk dat je een aantal eenvoudige veiligheidsregels opvolgt, om onwaarschijnlijke verwondingen, welke ernstig en zelfs dodelijk kunnen zijn, te voorkomen.

Je zult deze regels tijdens het programma voor het duiker leren. Wanneer je deze regels en suggesties opvolgt breng je de veiligheid van het duiken binnen redelijke grenzen en zal het een plezierige activiteit zijn.



Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

Een ieders rol en verantwoordelijkheid

De rol van PADI:

Het voorzien in de beste steun voor de opleiding en opleidingsmaterialen welke mogelijk zijn.

De rol van de PADI instructeur:

Toezicht houden op je opleiding, het volgen van de richtlijnen van PADI en de duikervaring zo veilig mogelijk maken.

De verantwoordelijkheid van de ouders:

Te helpen bij de beoordeling of je er medisch, lichamelijk en emotioneel aan toe bent om aan het duiken te beginnen.

Wanneer jij of je ouders op de hoogte zijn van een medisch probleem, dien je dit door een arts te laten beoordelen voordat je aan het duiken begint.

De Medische verklaring van PADI zal jou, je ouders en de arts helpen bij de beoordeling of je gezond genoeg bent om deel te nemen.

Jouw verantwoordelijkheid:

de volgende zes *ACTIE stappen te begrijpen* en in de praktijk om te zetten tijdens je avontuur met het persluchtduiken.



Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

1 **OPLETTEN**

- Let op, luister en volg de regels op.
- Duiken is opwindend en je kunt makkelijk afgeleid raken, maar je dient je te blijven concentreren op je instructeur en de assistenten.
- Zorg er voor dat je de regels welke de instructeur met je doorneemt opvolgt, om het risico zo klein mogelijk te maken en het plezier te vergroten.
- Wanneer je de regels niet opvolgt, kan dit ernstige verwondingen of zelfs de dood met zich meebrengen.



Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

2 **COMMUNICATIE**

- Wanneer je iets niet begrijpt, of in de war raakt, vraag het dan aan de instructeur.
- Je instructeur is er om te helpen en vragen te beantwoorden.
- Niet verlegen zijn, het is belangrijk dat je alles begrijpt.
- Het kan goed zijn dat je merkt dat anderen hetzelfde als jij wilden!

The PADI logo is displayed in a bold, white, sans-serif font. The letters 'P', 'A', and 'D' are connected, and the 'I' is separate. The logo is set against a dark blue background with a subtle light flare effect behind it.

Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

3 **ZORG GOED VOOR JE UITRUSTING**

- We zijn niet geboren om onder water te leven. Dat is de reden waarom we uitrusting nodig hebben om te duiken.
- Wanneer de uitrusting niet goed verzorgd is, wordt het risico groter en zal het moeilijker zijn om veilig en comfortabel te duiken.
- Het is belangrijk dat al je uitrusting voor het duiken met perslucht gemaakt is en dat het een goede pasvorm heeft.
- Zorg er voor dat je de uitrusting, steeds wanneer deze gebruikt is, goed onderhoudt.



Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

4 ***OBSERVEER***

- Observeer hoe je instructeur dingen doet en doe dat na.
- Kijk waar je instructeur is en let op of deze een teken of aanwijzingen geeft.

The PADI logo is displayed in white, bold, sans-serif capital letters. The letters 'A' and 'D' are stylized with a horizontal line through them. The logo is set against a dark blue background with a subtle light flare effect behind it.

Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

5 **INFORMATIE**

- Informeer je instructeur er over hoe je je voelt.
- Informeer je instructeur wanneer je het koud hebt, wanneer je vermoeid bent, wanneer je een probleem hebt of wanneer je iets niet begrijpt.
- Je zult een aantal handsignalen leren, welke je kunt gebruiken om onder water met je instructeur te "praten".

The PADI logo is displayed in a bold, white, sans-serif font. The letters 'P', 'A', and 'D' are connected, and the 'I' is separate. The logo is set against a dark blue background with a subtle light effect behind it.

Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

6 **NU KAN DE PRET BEGINNEN !**

- Vergeet niet om plezier te hebben!
- Duiken met perslucht dient serieus gedaan te worden en het is met risico verbonden. Dit risico kan echter binnen de perken gehouden worden en je kunt verwondingen voorkomen door je aan de eenvoudige ACTIE stappen te houden.
- Wanneer je goed oplet tijdens instructie en aanwijzingen, zul je begrijpen hoe je verwondingen kunt voorkomen en hoe je het risico om je te bezeren kunt verkleinen.
- Neem dus ACTIE en je zult een plezierige ervaring hebben. De pret is nog maar net begonnen!

The PADI logo is displayed in a bold, white, sans-serif font. The letters 'P', 'A', and 'I' are connected, and the 'D' is slightly larger and positioned between the 'A' and 'I'. The logo is set against a dark blue background with a subtle light effect behind it.

SCUBA EDUCATION AMSTERDAM

HÈT DUIKCENTRUM VOOR AMSTERDAM EN OMSTREKEN

Duiken voor de jeugd: Verantwoordelijkheid en Risico

LET OP !!!

- Vergeet niet om samen met je ouders het formulier in te vullen en te ondertekenen voordat je aan de cursus begint.
- Op de onderstaande link kun je het formulier downloaden

PDF

PADI Duiken voor
de jeugd:

Bevestiging van
verantwoording
en besef van risico

PADI