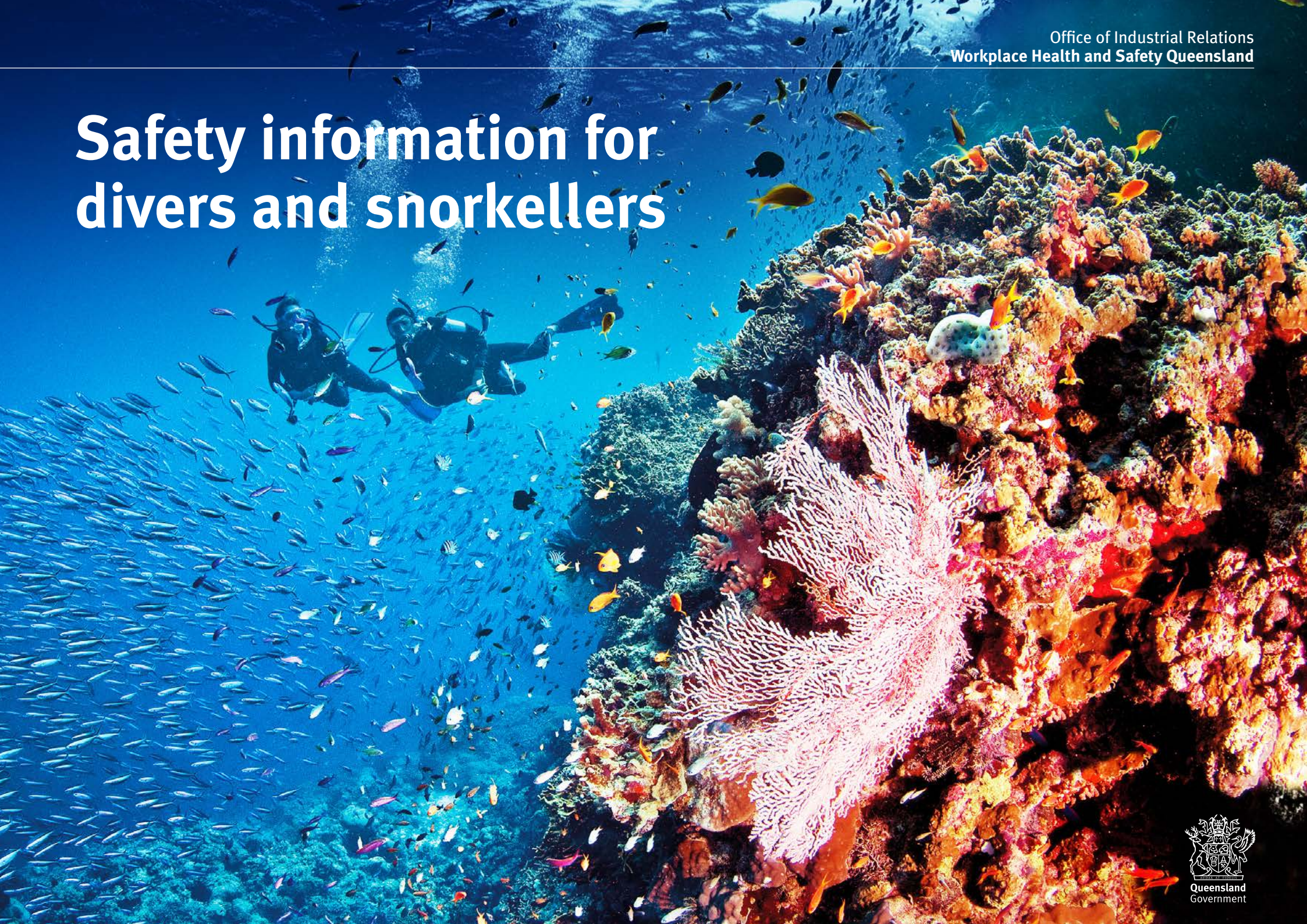
Office of Industrial Relations
Workplace Health and Safety Queensland

Safety information for divers and snorkellers



Queensland Government

Contents

English 3
Snorkelling and diving signals 5
Floatation device options 6
Chinese 7
Chinese traditional 9
French 11
German 13
Italian 15
Japanese 17
Spanish 19
Swedish 21
Vietnamese 23
Russian 25
Korean 27

Snorkelling and diving signals – When snorkelling or diving it is vital to know which signals to use, including:

Are you ok?
您没事吧?
您沒事吧？
Est-ce que ça va ?
Alles OK?
Stai bene?
大丈夫ですか？
¿Está bien?
Är du OK?
Bạn có bình an hay không?
Ты в порядке?
괜찮습니까?

I am ok but I need help
我没事，但需要帮助
我沒事，但需要幫助
Je vais bien, mais j'ai besoin d'aide
OK, brauche aber Hilfe
Sto bene ma ho bisogno di aiuto
私は大丈夫ですが助けが必要です
Estoy bien pero necesito ayuda
Jag är OK men jag behöver hjälp
Tôi bình an nhưng cần được giúp đỡ
Я в порядке, но мне нужна помощь
괜찮지만 도움이 필요합니다

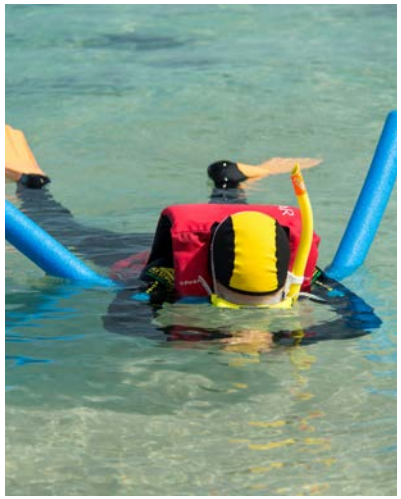
I am ok
我没事
我沒事
Je vais bien
Alles OK
Sto bene
私は大丈夫です
Estoy bien
Jag är OK
Tôi bình an
Я в порядке
괜찮습니다

Distress needing help
遇险需要帮助
遇險需要幫助
Détresse nécessitant de l'aide
Notfall, brauche Hilfe
Sto male e ho bisogno di aiuto
苦しいので助けが必要です
En peligro, necesito ayuda
Nödläge och behöver hjälp
Lâm nạn cần được giúp đỡ
Тревога, мне нужна помощь
도움이 필요한 위험 상황

Flotation device options – To make sure you are safe in the water, please:

Wear a snorkel vest
穿上浮潜马甲
穿上浮潛背心
Porter un gilet de plongée avec tuba
Tragen Sie eine Schnorchelweste
indossare un giubbotto per lo snorkelling
スノーケルベストを着用する
Utilice un chaleco de buceo en superficie
Ha på dig en snorklingsväst
Mặc áo lặn sử dụng ống thở
Ныряйте с жилетом безопасности
스노클링 조끼 착용

Snorkel with a buddy
与友伴一起浮潜
與友伴一起浮潛
Faire de la plongée avec tuba avec un ami
Schnorcheln Sie zusammen mit einem Partner
fare snorkelling con un amico
バディと一緒にスノーケリングする
Bucee con un compañero
Snorkla med en partner
Lặn sử dụng ống thở với người lặn đồng hành
Ныряйте с напарником
친구와 함께 스노클링



Use a noodle or a life ring
使用浮条或救生圈
使用浮條或救生圈
Utiliser un flotteur ou une bouée de sauvetage
Benutzen Sie eine Schwimmnudel oder einen Rettungsring
Usare un tubo galleggiante o salvagente
浮き棒または浮き輪を使用する
utilice un tubo de flotación o salvavidas
Använda en flytorm eller livring
Sử dụng dây hay phao cứu hộ
Воспользуйтесь спасательным кругом или брусом
누들이나 구명 부환 사용

Join a guided tour
参加由导师带领的浮潜团
參加由指導員帶領的浮潛團
Vous joindre à un tour organisé
Schließen Sie sich einer geführten Tour an
unirvi a un tour guidato
ガイド付きツアーに参加する
Realice un paseo con guía
Delta i en guidad tur
Tham gia chuyến tham quan có người hướng dẫn
Присоединитесь к группе под руководством инструктора
가이드 투어에 참여

Swedish

Säkerhetsinformation för certifierade dykare

Certifierade dykare måste dyka säkert och ansvarsfullt och följa de instruktioner som lämnas under genomgången före dykningen.

Som dykare har du ansvar för att vara hälsomässigt och fysiskt i form för att dyka. Du måste tala om för dykledaren om du lider av någon sjukdom eller skada eller äter någon förskriven medicin.

Läs den här informationen och tala med din dykledare eller dykguide om det är något du undrar över innan du bestämmer dig för att dyka.

Certifierade dykare måste:

- följa dykledarens eller dykguidens instruktioner
- be dykledaren om en dykplan och upplysningar om förhållanden och faror i dykområdet
- alltid dyka med en partner eller guide och hålla ihop i par
- regelbundet kontrollera sitt eget och dykarpartnerns luftförråd
- känna till dykområdets gränser och bara dyka till det djup man utbildats till.

Se till att du:

- vet var utkiken är placerad
- noggrant uppmärksammar alla förfaranden i nödsituationer som t. ex. vilka rutiner som gäller under vattnet för återkallande, nödläge, räddning och förlorad partner
- vet hur man använder signalanordningar som den uppblåsbara ytmarkeringsbojen - safety sausage - och vet var dessa finns
- alltid kan se din dykarkompis och kollar att denne är OK
- känner väl till den dykarutrustning du kommer att använda under dykningen
- gör ett säkerhetsstopp vid slutet av din dykning.

Tänk på följande före och under dykningen:

- havsströmmar under vattenytan
- vattendjupet
- siktförhållandet under vattnet
- undervattensterrängen och det marina livet i området
- att nedstigningen i och uppstigningen ur vattnet är säker.

Dykaren måste vara medveten om följande risker:

- att luften kan ta slut
- dykarsjuka som följd av upprepad dykning
- djupberusning (kväveberusning) när man djupdyker och vikten av att förflytta sig till grundare vatten om detta inträffar
- att flyga eller utsätta sig för höga höjder efter en dykning.

Vi hoppas att du ska tycka om att dyka i Queenslands underbara vatten. Tala med din instruktör eller dykledare om du har några frågor.

Hälsodeklaration för semesterdykning

Att fyllas i och undertecknas av semesterdykaren

Det är lag på att en person som vill semesterdyka först måste fylla i det här formuläret

Personuppgifter

Efternamn Förnamn

Adress

Telefon Födelsedatum Kön: Man ☐ Kvinna ☐

Har du haft, eller lider du för närvarande av något av följande hälsotillstånd:	**Ja**	**Nej**
Astma eller andningsbesvär	☐	☐
Störningar i hjärna, ryggmärg eller nerver	☐	☐
Bröstkorgsoperation	☐	☐
Kronisk bronkit eller ihållande luftrörsproblem	☐	☐
Kroniska bihåleproblem	☐	☐
Lungkollaps (pneumothorax)	☐	☐
Diabetes mellitus (diabetes)	☐	☐
Öronoperation	☐	☐
Epilepsi	☐	☐
Svimningar, konvulsioner eller blackouts	☐	☐
Hjärtsjukdom av något slag	☐	☐
Återkommande problem med öronen när du flyger	☐	☐
TBC eller annan långvarig lungsjukdom	☐	☐

Lider du för närvarande av:		
Andnöd	☐	☐
Kroniskt rinnande eller inflammerade öron	☐	☐
Högt blodtryck	☐	☐
Annan sjukdom eller operation inom den senaste månaden	☐	☐
Perforerad trumhinna	☐	☐
Tar du för närvarande någon medicin (gäller ej p-piller)?	☐	☐
Har du druckit alkohol inom de närmast åtta timmarna före dykningen?	☐	☐
Är du gravid?	☐	☐
Har du förstått att det är oförenligt med en säker dykning att undanhålla hälsoproblem och att det kan sätta ditt liv och din hälsa på spel?	☐	☐

Namnteckning Datum

Bevittnas Datum

Säkerhetsinformation för snorklare

Undervattensmiljön är både spännande och vacker, men den kan vara farlig om du struntar i din snorklingsledares eller instruktörs anvisningar.

Läs följande information noggrant och tala med din instruktör om det är något du undrar över innan du går i vattnet.

- Tala om för din snorklingsledare om du inte kan simma eller inte har snorklat tidigare.
- Snorkling kan vara en påfrestande fysisk aktivitet till och med i lugnt vatten. Det kan leda till allvarliga risker i samband med vissa hälsotillstånd, särskilt hjärtproblem.
- Tala med din snorklingsledare om du undrar över något som har att göra med din hälsa.
- Äldre personer kan löpa en större risk för skador på grund av medicinska problem, oavsett om de har fått diagnos eller ej.

Följande säkerhettips kan vara till hjälp:

- Använd flytutrustning för att minska den fysiska ansträngningen i vattnet.
- Snorkla med en partner eller delta i en guidad tur så att du kan få hjälp i en nödsituation.
- Håll dig nära ledarna eller annan personal som kan hjälpa dig.
- Lär dig att kommunicera med utkiken genom handsignaler och vänta inte om du behöver hjälp.
- Snorkla efter din egen förmåga.
- Lyssna alltid på och följ instruktionerna från snorklingsledarna, instruktörerna och utkiken.

Vana snorklare kan också råka illa ut

- Om du tar upprepade djupa andetag innan du dyker och försöker att stanna under vattnet så länge som möjligt, det kallas fridykning (breath-hold diving) och kan leda till medvetslöshet, allvarliga skador eller död.
- Om du planerar att fridyka måste du tala om det för snorklingsledaren.

Hälsodeklaration för snorkling

Jag *(texta ditt namn)* _____

förklarar härmed att jag har blivit underrättad om att snorkling kan vara en påfrestande fysisk aktivitet som kan öka risken för min hälsa och säkerhet om jag lider av:

- ett hälsotillstånd som kan bli värre av fysisk ansträngning (t.ex. hjärtsjukdom, astma och vissa lungåkommor)
- något hälsotillstånd som kan resultera i medvetslöshet (t.ex. vissa typer av epilepsi och vissa diabetestillstånd)
- astma som kan framkallas av kallt vatten eller saltvattensdimma.

Jag har blivit ombedd att tala med utkiken, snorklingsledaren eller snorklingsguiden om jag har något jag undrar över om ett hälsotillstånd.

Jag har blivit underrättad om att snorkling kan vara en ansträngande fysisk aktivitet till och med i lugnt vatten och att äldre personer har en ökad risk för död och skador beroende på en högre förekomst av hälsotillstånd som förvärras av fysisk ansträngning, såsom hjärtsjukdomar och stroke.

Namnteckning _____ Datum _____

Målsmans namnteckning
för underåriga _____ Datum _____

Personer med medicinska problem och äldre personer som tänker snorkla bör:

- snorkla i ett noga övervakat område så att utkiken och snorklingsledaren lättare kan upptäcka om något skulle hända
- ha på sig ett flytredskap som stöd
- snorkla med en partner

AEU16/5470

Queensland
Government