

DYK SÄKERT!!

1. PLANERA DITT DYK OCH FÖLJ DIN DYKPLAN

Se till att veta exempelvis maxdjup, maxtid, kompassriktning

2. BUDDY – CHECK – TEAM UP

Stressa aldrig, ta din tid - Kontrollera så att all utrustning är okej på dig och din buddy innan dyket

3. HÅLL ALDRIG ANDAN

4. DYK ENBART NÄR DU ÄR I FORM

Orsaken till många dykolyckor är att dykaren inte var i form

5. SÄTT GRÄNSER

Se till att veta dina egna gränser inom dykning och dyk inom dem

6. KONTROLLERA DIN LUFT

Kontrollera regelbundet din luft och planera din luftåtgång för dyket

7. DYK ALDRIG ENSAM

Dyk aldrig ensam. Dyk tillsammans med en buddy!

Håll dig nära din buddy under hela dyket och kom överens om er position – vänster/höger/framför/bakom.

Om du tappar bort din buddy - leta i 1 minut. Om du fortfarande inte har hittat din buddy efter 1 minut gör en sakta och säker uppstigning

8. SAKTA OCH SÄKER UPPSTIGNING

Ett riktmärke är att följa de minsta bubblorna för en sakta och säker uppstigning

9. SÄKERHETSSTOPP

Gör alltid ett säkerhetsstopp på 5 meters djup i minst 3 minuter

Använd dig gärna av en SMB

Dykflagga Använd dykflagga för att gör exempelvis båtar uppmärksamma på att det finns dykare i vattnet

Ta med Oxybox - Vid en dykolycka är det viktigt att en Oxybox finns på plats för att administrera 100% syrgas



Nödnummer : 112 Polis : 11 414

Kustbevakningen Telefon : 0455 - 35 34 00

Polismyndigheten i Blekinge län : 0455 - 36 22 00

Räddningstjänsten – Karlskrona : 0455 - 30 39 80

Räddningstjänsten – Ronneby : 0457 - 30 39 80

Räddningstjänsten – Karlshamn : 0454 - 30 51 00

Räddningstjänsten – Kalmar : 0480 - 45 75 10

Sjöräddningssällskapet – Hasslö, jourtelefon : 070 580 8132

Blekingesjukhuset – Karlskrona Telefon : 0455 - 73 10 00

Blekingesjukhuset – Karlshamn Telefon : 0454 - 73 10 00

Länssjukhuset – Kalmar Telefon : 0480 - 81000

