

**Scuba Safety & First Aid – Module 1 – Version 2**

1. La formation de sauvetage et de premiers secours:

- a) Est tellement efficace qu'il est inutile de la refaire ou de la remettre à jour.
- b) Doit être renouvelée et remise à jour tous les ans.
- c) Doit être renouvelée et remise à jour tous les deux ans.
- d) Doit être renouvelée et remise à jour tous les cinq ans.

2. Parmi les catégories suivantes, quelles sont celles qui nécessitent l'attention d'un plongeur pour éviter des situations d'urgence en plongée ?

- a) Problèmes relatifs à l'équipement.
- b) Stress d'un plongeur.
- c) Niveau de techniques insuffisant.
- d) Toutes les réponses sont correctes.

3. Parmi les facteurs suivants, quels sont ceux qui peuvent influencer directement le mental d'un plongeur ? (cochez toutes les réponses correctes)

- a) Une blessure.
- b) La peur de la profondeur.
- c) La peur d'un environnement sombre.
- d) Un équipement inconfortable.
- e) Le froid.
- f) Les doutes concernant une capacité personnelle.

4. Quel que soit son niveau, le stress est très dangereux pour un plongeur. Pour plonger en toute sécurité, il est important d'éliminer tous niveaux de stress.

- a) Vrai
- b) Faux

5. Comment un plongeur peut-il développer sa confiance en ses propres capacités ?

- a) En pratiquant.
- b) En lisant des livres sur la plongée.
- c) En regardant des films sur la plongée.
- d) Toutes les réponses sont correctes.

6. La stratégie, pour gérer un facteur stressant, est d'améliorer son aptitude à faire face à ce facteur et non de le contourner.

- a) Vrai
- b) Faux

7. Si vous êtes confronté à un plongeur stressé, la première étape est de remonter à une profondeur plus faible.

- a) Vrai
- b) Faux

8. Les cours de plongée offrent toutes les informations nécessaires pour plonger en toute sécurité quelles que soient les conditions. Apprendre ce qui fait partie d'un programme de cours et maîtriser toutes les techniques nécessaires, assure que la formation pour éviter les situations d'urgence en plongée est acquise.

- a) Vrai
- b) Faux

9. Les problèmes relatifs à équipement peuvent être mis en relation avec une ou plusieurs catégories. Lesquelles ? (cochez toutes les réponses correctes)

- a) Des problèmes techniques liés à la fonctionnalité de l'équipement.
- b) Des pièces d'équipement qui sont combinées avec d'autres éléments non-compatibles.
- c) Un équipement inapproprié pour les conditions et/ou les activités de plongée planifiées.
- d) Un équipement inadapté au plongeur.
- e) Une mauvaise utilisation de l'équipement ou un plongeur peu familier avec son matériel.

10. Certains problèmes peuvent être causés par une mauvaise utilisation d'une pièce d'équipement.

- a) Vrai
- b) Faux