

**- VADEMECUM DELLA VACANZA -**

Prima di tutto le valigie devono essere **MORBIDE**( Borsoni, sacche, zaini, ecc.. ), facilmente ripiegabili, per essere meglio stivate nei gavoncini delle cabine.

Tollerati i TROLLEY MORBIDI con le ruote !

**VIETATE IN ASSOLUTO** valigie tipo “ SAMSONITE RIGIDE “ o TROLLEY RIGIDI !

**NUMERO MASSIMO BAGAGLI CONSENTITI PER PERSONA = 3**

**1 BORSA VESTITI ( misure massime consentite = cm. 70 x 50 x 30 )**

**1 BORSA OGGETTI PERSONALI ( misure massime consentite = cm. 60 x 40 x 30 )**

**1 EVENTUALE COMPUTER PORTATILE**

**ABBIGLIAMENTO & ACCESSORI SUGGERITI :**

N.1 Pantaloni o Jeans lunghi

N. 1 Pantaloni o Jeans corti

N. 2 Polo + 2 T-shirt maniche corte

N. 1 Felpa + Maglia leggera maniche lunghe

**N. 1/2 Abitini leggeri e/o gonne freschi per “ lei “ ed eventuali camicette**

**N. 1/2 Copricostume**

N. 1 K-Way o giubbotto leggero antivento

N. 2/3 Costumi bagno

N. 2 T-Shirt per la notte

N. 3/4 Mutande intimo

N. 2 Calze tipo “ fantasmini “

N. 1/2 Pareo o telo leggero per cuscini esterni

N. 1 Accappatoio in microfibra

N. 1 Asciugamano in microfibra

N. 1 Infradito per la barca\*\*\*

N. 1 Scarpette scoglio o trekking (facoltative)

N. 1 Spazzolino da denti + dentifricio

N. 1 Rasoio da barba per “ lui “

N. 1 Bagnoschiuma+Shampoo+Deodorante

N. 1 Pettine o spazzola

\*\*\*Le “ **infradito** “ in gomma per la doccia e la barca, sono **FONDAMENTALI**. Tieni presente che **NON PUOI USARE** sulla barca le stesse scarpe da passeggio ! Quando si fanno le manovre, è meglio non camminare scalzi in coperta per non urtare contro la “ ferramenta sporgente “ di bordo. Si rischia di rompersi le dita dei piedi.

Le scarpe da barca tipo Timberland, da Ginnastica o da Vela, **NON DEVONO ESSERE USATE IN BARCA D'ESTATE !**

Il binomio ideale è: **infradito per barca + Crocs** o le scarpe che hai usato per il viaggio per scendere a terra. ( **Se usi le infradito anche per scendere a terra portane 2 paia !** )

**Solo per “ lei “, in aggiunta, anche un paio di sandali da passeggio ( facoltativi )**

**...DA AGGIUNGERE NELLA TUA BORSA !**

Contro il sole e il riflesso marino , un paio di occhiali da sole con “cimino anti-caduta” e un cappellino con visiera sono utili per proteggere la vista e la testa. Una custodia “ stagna “potrebbe servirti per proteggere i tuoi dispositivi elettronici.

Invece per l'abbronzatura la parola d'ordine è: **creme solari protettive e doposole**

Non puntare sull'orgoglio , il fattore protezione 30/50 all'inizio è saggiamente consigliato.

**ATTENZIONE : VIETATO** l'uso dell'olio protettivo. *Si scivolaaaaa!*

*Ps : Dentifricio, deodorante, bagnoschiuma, shampoo, balsamo, creme solari, doposole puoi acquistarli anche in Grecia.*

Per i momenti di relax non scordare: libro, e-reader, i-pod

**Ed ora la salute.** Porta i tuoi medicinali abituali anche se la barca è dotata di un primo pronto soccorso per i malori più ricorrenti.

Contro il mal di mare gli unici due "seri" rimedi sono: il cerotto da applicare dietro l'orecchio o le pastiglie di **Stugeron** contro la vertigine (*da prenderne una la sera dell'imbarco e una al mattino prima di partire per la navigazione*)

**Per la ricarica del cellulare/smarthphone** puoi avere indifferentemente il caricabatteria **220 volts o 12 volts**. Caricabatteria\_220 volts\_( da casa) per ricaricare in banchina. Caricabatteria 12 volts ( attacco da macchina ) per ricaricare in barca **ESCLUSIVAMENTE** quando si fanno i trasferimenti **A MOTORE** ! L' IDEALE è 1 solo caricabatteria con cavo terminale USB !!

*Nb.: Una batteria supplementare può essere una soluzione al problema delle ricariche. In alternativa un " pannello solare " specifico è una buona idea !*

**N.B.:** Non dimenticare la federa , le lenzuola( sopra e sotto ) o in alternativa, il sacco a pelo / sacco-lenzuolo ! Le coppie potranno dividere nel proprio bagaglio le lenzuola portando 1 lenzuolo e 1 federa a testa ! La barca è dotata di coperte leggere.

---

**“ ISTRUZIONI D'USO WC “**  
(Lady J )

**WC**

Nella tazza non bisogna gettare assolutamente nulla ! Infatti troverai un cestino nel quale dovrai mettere la carta igienica o qualsiasi altro oggetto tipo : assorbente, cotton fioc , tampax , salviettine umidificate , ecc

**La tazza è dotata di una pompa con scarico diretto a mare.**

Per utilizzare la pompa bisogna procedere come segue:

Se parliamo della sola "pipì " una volta fatta, devi scaricarla, portando la levetta nera a destra ( figurina di scarico ) e pompare per almeno **10 volte** fino a quando non rimane nulla nella tazza ! Una volta svuotata la tazza, sposta la levetta verso sinistra ( figurina di carico ) e sciacqua con altre 10 pompate. Ripeti ancora l'operazione di "scarico & carico" con almeno altre 5 pompate !

**NB: Gli uomini** - sollevando obbligatoriamente la tavoletta del water - sono soggetti generalmente a perdite sul bordo della tazza. E' buona norma con 2 foglietti di carta igienica pulire il malfatto !

**Avvertenza:** quando il mare è mosso è meglio fare la pipì da seduti !!

Se invece parliamo di “ feci ” le operazioni di “ scarico & carico “ devono essere ripetute per almeno 3 o più volte per evitare che il materiale organico resti all'interno dei tubi e ristagni. Se ci sono dei problemi di svuotamento utilizza lo spazzolino per aiutare lo scarico dei “pezzi” più grossi. In ogni bagno troverai le salviettine “umidificate “ in aiuto alla carta igienica. Alla fine utilizza lo “ spruzzino “ profumato !!

La carta igienica di scorta si trova dentro gli armadietti del bagno.

Una volta pieno, il cestino verrà svuotato con la spazzatura.

Se la navigazione lo consente, per un confort migliore, è opportuno durante la sosta in bagno aprire gli osteriggi ricordandosi di **RICHIUDERLI SEMPRE** prima di lasciare il locale

**ATTENZIONE: LA LEVETTA DELLA POMPA VA SEMPRE LASCIATA IN POSIZIONE DI SCARICO UNA VOLTA TERMINATE LE OPERAZIONI . ( Verso destra o verso il mare ! )**

## LAVABO

Il bagno è il locale che maggiormente viene usato da tutto l'equipaggio , di conseguenza **va tenuto pulito!** Se ti lavi è normale che peli e acqua vadano a depositarsi sul piano del lavabo o all'interno dello stesso. Dentro gli armadietti dei bagni troverai una spugnetta con la quale puoi pulire e assorbire l'acqua ogni volta che lascerai il locale !