

## Bienvenue à bord ! Les règles d'or...

### 1. Sécurité & santé :

- a. Chaque équipier reçoit un **gilet de sauvetage attitré** en début de séjour, il faut le régler et le mettre dès que le skipper l'impose et systématiquement la nuit ! NB : Les enfants le portent systématiquement à l'extérieur.
- b. **Une main pour soi, une main pour le bateau** : Toujours se tenir en se déplaçant, si marcher est trop compliqué, le 4 pattes n'est pas une honte !
- c. **Veille attentive**, il y a en permanence un équipier responsable de la veille (càd. Regarder les autres bateaux, la côte, etc.) ; il avertira immédiatement le skipper en cas d'hésitation sur son constat et ou les actions à prendre. Il n'y a aucune question idiote !
- d. **Responsable KIDS** : avec des enfants à bord, un équipier sera en permanence en charge de surveiller les enfants ! Ils ne peuvent pas sortir sans gilet et sans harnais pour aller à l'avant du bateau.
- e. **Boire, manger, se reposer, se protéger du froid et du soleil**. Il faut prendre soin de soi et ne pas hésiter à communiquer avec l'équipage ou le skipper en cas de besoin, de question, de stress ou d'inquiétude.

### 2. Dans la cabine et vie à bord :

- a. Les **hublots sont systématiquement fermés en navigation** ! Attention à vérifier que les hublots de la salle de douche est également fermé avant de démarrer. Les moustiquaires amovibles doivent être rentrées à l'intérieur !
- b. **Pas de papier WC dans la cuvette des WC** ! Il y a une poubelle prévue pour ça ou jeter à la mer via un hublot (à refermer !!!). Sauf pour uriner, on utilise les WC uniquement navigation à distance des côtes. NB : L'utilisation des WC fera l'objet d'un briefing en début de séjour !
- c. **Pas de linge humide dans les cabines**, le faire sécher dehors ou dans la SDD (avec pinces à linge), pas d'eau de mer et tissus salés à l'intérieur !
- d. **Économiser l'eau et l'énergie** ! En toutes circonstances : limiter l'usage de l'eau douce au maximum, ne pas ouvrir trop longtemps les frigos, éteindre les lumières inutiles, prendre des douches de mer, limiter l'usage du 220V.

### 3. Manœuvres :

- a. Chaque équipier reçoit des **instructions préalables, si elles ne sont pas claires, demander une ré-explication** avant de dire « Paré » quand le skipper lancera la manœuvre ! NB : Parler de manière audible !
- b. **Chaussures aux pieds** + gants pour chaîne et pendille ! On ne manœuvre pas pieds nus et avec des vêtements / bijoux qui pourraient gêner ou se prendre dans des cordages ! (PS : des claquettes ne sont pas des chaussures de manœuvres !)
- c. Dans les ports, inutile de penser que la force (mains, pieds, jambes, etc.) servira à arrêter le bateau ! **Il faut toujours utiliser une amarre ou un pare-battage pour arrêter le bateau ou éviter un choc.**

### 4. Urgences :

- a. Avertir le skipper et garder en vue la situation urgente (spécialement en cas d'homme à la mer). NB : Un briefing sera fait en début de séjour.
- b. Noter la position GPS, évaluer le contexte, au besoin appeler à l'aide via VHF. → PROCEDURE : voir fiche URGENCE