



TRAVESÍAS OCEÁNICAS A BORDO DE **LA PEREGRINA**

Manual de vida a bordo

Contenidos

1. Tú aventura.
2. La tripulación de la Peregrina.
3. El tiempo.
4. Bienvenido a bordo.
5. Lista de equipo personal.
6. La vida a bordo.
7. Código de conducta.
8. Que incluye precio.
9. Compromiso de atención al cliente.



1. TU AVENTURA

Tu travesía será una experiencia única y memorable.

El desafío de ser tripulante de La Peregrina presenta oportunidades de desarrollo como marino y también personal que resultarán invaluableles en la vida.

Participarás en todos los aspectos de la navegación del barco como tripulante o jefe de guardia. Esto incluirá entre otros:

- Participar en todas las maniobras a bordo
- Llevar la rueda todos los días
- Trimar las velas,
- Recibir clases teórico/prácticas a bordo
- Trabajar en la cocina
- Mantener el barco propio en el mejor sentido marinero.
- Realizar las guardias de navegación.

En resumen, ser a todos los efectos un tripulante más a bordo.

2. LA TRIPULACIÓN DE LA PEREGRINA

La Peregrina tiene una capacidad en travesía de hasta 12 personas.

En travesía estará dirigida por hasta 2 marinos experimentados, capacitados y con conocimientos: un capitán y un primer oficial. En algunas travesías podrán embarcar a mayores hasta 2 jefes de guardia.

Algunos de estos puestos están ocupados por tripulantes asalariados y otros por voluntarios experimentados. Luego hay hasta 8 tripulantes de travesía (es decir, usted).

Buscamos constantemente formar profesionales reclutando jefes de guardia voluntarios. Al final de la travesía, puede tener la suerte de que el capitán lo recomiende para unirse a nuestras tripulaciones. El capitán le contará más sobre este proceso una vez que suba a bordo.

3. EL TIEMPO

Se hará todo lo posible para hacerse a la mar, pero en caso de mal tiempo no se comprometerá la seguridad y la comodidad de la tripulación. El capitán toma todas las decisiones relativas a la navegación y su seguridad a bordo.

4. BIENVENIDO A BORDO

A bordo de la Peregrina se le asignará una litera: una cómoda y acogedora cama individual y un compartimento en el que se puede guardar su equipo y bolsa. Las literas están ubicadas en distintos camarotes que compartirá con otros miembros de la tripulación. Tendrá también un pequeño espacio para su equipo personal; se le asignará una caja de plástico con unas dimensiones de 50 cm de largo x 40 cm de ancho x 27 cm de alto (aproximadamente el tamaño de una bolsa de vuelo) y aproximadamente el mismo espacio para almacenamiento adicional.



5. LISTA DE EQUIPO PERSONAL

En la página siguiente se encuentra nuestra lista recomendada de equipo para llevar. Recuerde que solo tiene un espacio pequeño para guardar sus pertenencias. Piense detenidamente y de manera lógica sobre lo que necesitará para su viaje. Considere el clima, la ubicación y la época del año: ¿hará calor en Canarias o frío en Galicia? Considere el tipo de viaje que está realizando, es decir, si va de isla en isla o si va a viajar por el Atlántico. Puede gastar mucho dinero en equipo de navegación, estamos a su disposición para aconsejarle que equipo especializado llevar.

. debido a las características de la navegación no puede traer ropa no diseñada específicamente para navegar. Si tiene frío no va a disfrutar. Recuerde que, por lo general, hace bastante más frío en el mar que en tierra debido a la temperatura más baja, la humedad y el viento constante.

Que tiene que traer a bordo:

- **Bolsas de viaje plegables:** lleve su equipo en una bolsa de viaje blanda (deporte) o una mochila (tamaño máximo de 75 litros). **No lleve maletas rígidas, sólidas**, con estructura rígida o con ruedas; deben poder plegarse completamente.

- **Saco de dormir:** Tiene que traer su propio saco. Sugerimos sacos de dormir de hasta 10° en época veraniega o trópicos y 5° resto del año o zonas de navegación. Los sacos de algodón y plumón de pato no se secan si se mojan, así que opte mejor por sacos de fibra sintética.

- **Toalla:** Tiene que traer su propia toalla. Las toallas de algodón grandes pueden tardar mucho en secarse, terminan oliendo y pueden humedecer tu camarote. Si tienes una, lleva una toalla ligera de microfibra deportiva, ya que se secan rápidamente y son invaluable para una vida más fácil a bordo.

- **Calzado:** Zapatos/tenis con suela náutica (suela blanca y sin apenas relieve), botas de agua, chanclas para ducha en puertos. La posibilidad de mojarse los pies será mayor en viajes en alta mar y durante los meses de invierno pero incluso en verano y entrópicos llueve.

Que proporcionaremos:

- **Equipo de seguridad (arnés)**
- **Chalecos salvavidas automático**
- **Almohada y sábana bajera**

Esta es nuestra lista de equipo sugerida para usar como guía para travesías de 10 días.

Trópicos

- Pantalones cortos
- Camisetas
- Ropa interior
- Bañador
- Licra manga larga tipo surf para bañarse y evitar quemarse y picaduras medusa.
- Zapatillas de deporte o zapatos de cubierta de suela blanda y blanca que no dejen marcas
- Toalla (una toalla de microfibra/deportiva es una buena idea)
- Gorra
- Guantes de navegación
- Artículos de higiene y medicación personal
- Pastillas contra el mareo
- Saco de dormir
- Chaqueta de aguas/wind stopper
- Chanclas para ducha



Verano atlántico norte

- 1 jersey
- 1 chaqueta o chaleco polar
- Pantalones de chándal
- Pantalones cortos
- 4 camisetas
- Ropa interior
- varios pares de calcetines
- Bañador
- Pijama
- Zapatillas de deporte o zapatos de cubierta de suela blanda y blanca que no dejen marcas
- Botas de agua para navegar
- Ropa informal para bajar a tierra
- Toalla (una toalla de microfibra/deportiva es una buena idea)
- Gorra
- Guantes de navegación
- Artículos de higiene y medicación personal
- Pastillas contra el mareo
- Saco de dormir
- Peto/pantalón de aguas
- Chaqueta de aguas
- Chanclas para ducha

Resto de estaciones y zonas de navegación:

- 2 jerséis o polares
- Pantalones de chándal
- Pantalones largos
- 4 camisetas o capas intermedias
- Capa cortavientos
- Ropa interior
- varios pares de calcetines cálidos
- Ropa térmica
- Pijama
- Zapatillas de deporte o zapatos de cubierta de suela blanda y blanca que no dejen marcas
- Botas de agua para navegar
- Ropa informal para bajar a tierra
- Toalla (una toalla de microfibra/deportiva es una buena idea)
- Gorro (evitar la lana)
- Guantes de navegación
- Artículos de higiene y medicación personal
- Pastillas contra el mareo
- Saco de dormir
- Peto/pantalón de aguas
- Chaqueta de aguas
- Chanclas para ducha

DISPOSITIVOS

- Tapones para los oídos
- Gafas de sol
- Linterna pequeña frontal
- Crema solar
- Protector labial
- Botella de agua deportiva

MEDICAMENTOS

- Si está tomando medicación, lleve suficiente para el viaje y más por si se mareo y tiene que tomar dosis adicionales.
- Lleve su propia medicación contra el mareo con cafeína

DOCUMENTACIÓN

- Pasaporte válido y documentación de viaje necesaria
- Documentación del seguro
- Billetes de tren, autobús o avión de ida y vuelta o fondos suficientes para volver a casa
- Log book si está interesado en que firmemos sus millas navegadas
- Dinero para gastos: Tarjeta de crédito/débito en caso de visitar un puerto extranjero
- En viajes más largos (que pueden visitar un puerto extranjero) y viajes al extranjero, debe tener una Tarjeta Sanitaria Europea (TSE).

NOTAS SOBRE LA LISTA DE EQUIPO

1. Al considerar la ropa que debe llevar, tenga en cuenta que puede hacer mucho frío en el mar, incluso en un día soleado. Es fundamental llevar ropa de abrigo y se recomienda llevar ropa térmica.
2. La mayoría de nuestros viajes más largos visitan un puerto extranjero. Compruebe si necesita un pasaporte para su viaje en particular.
3. Se pueden utilizar teléfonos móviles a bordo cuando estén dentro del alcance, Por su seguridad personal, no se pueden utilizar teléfonos durante el entrenamiento.
4. Se permiten equipos de música/reproductores de MP3 personales a bordo, aunque no se permiten sistemas de música "no personales".
5. Se pueden llevar instrumentos musicales pequeños, aunque no podemos garantizar su almacenamiento seguro.
6. Por su seguridad, no se deben llevar joyas en cubierta. Sugerimos que se quiten o se cubran con cinta todos los anillos en los dedos, orejas, labios, nariz y cejas.
7. Las gorras de béisbol suelen volar con el viento, por lo que es recomendable llevar un cordón para ellas.



6. VIDA A BORDO

A su llegada, será recibido por su capitán. Se le enseñará el barco, conocerá la tripulación, se le indicará cual es su litera y un espacio para sus pertenencias. Después de la bienvenida del capitán, comenzará su entrenamiento.

• ENTRENAMIENTO

Se le proporcionará un chaleco salvavidas auto inflable durante la duración de su travesía.

Su chaleco salvavidas debe usarse en todo momento según las instrucciones del capitán. Recibirá capacitación e instrucciones de seguridad de la tripulación. La Peregrina se harán a la mar después de su entrenamiento de seguridad inicial y tendrá capacitación continua como parte de la rutina diaria.

Se espera que realice las tareas requeridas para la navegación de La Peregrina. Estas tareas varían desde guardia de timón, trimado de las velas y el trabajo en el interior en trabajos como ordenar, ayudar en la cocina, limpiar los baños y fregar las cubiertas. La limpieza se lleva a cabo todos los días.

• GUARDIAS

La operación y el mantenimiento de La Peregrina en el mar es un trabajo de 24 horas. Para gestionarlo se utiliza un sistema de guardia. A cada miembro de la tripulación del viaje se le asigna una guardia. Descubrirá más sobre las guardias y las rutinas cuando llegue y rápidamente se acostumbrará.

EMBARQUE y DESEMBARQUE

El embarque se realizará un día antes de inicio del viaje o al menos se recomienda que se encuentren en las inmediaciones del barco y no dependan de vuelos o transportes colectivos que puede retrasarse y hacerle perder la travesía.

El desembarque podrá realizarse una vez el capitán haya finalizado los tramites aduaneros. En caso de que el cliente tenga un vuelo que no coincida con la llegada podrá quedarse hasta 24 horas a bordo siempre y cuando informe al capitán y sea posible,

TRAVESÍA

Cada viaje tiene un puerto de inicio y de finalización. El lugar al que navega la flota entre medias lo decide el capitán y el clima. Por ejemplo, un viaje de siete noches desde la costa NW de España para dirigirse a las islas Canarias puede parar en Marruecos.

La posibilidad de permiso para bajar a tierra en el puerto depende del patrón. Se establecerá un toque de queda y puede ser necesario montar guardias en el puerto durante la noche por razones de seguridad.

Cuando visite los puertos deportivos, podrá utilizar las instalaciones de los mismos, que pueden incluir duchas y servicio de lavandería.

• DESEMBARQUE

El desembarque se realizará como muy tarde el día que finaliza el programa. Tenga en cuenta que la tripulación debe preparar el barco para los siguientes pasajeros y realizar tareas de mantenimiento a bordo que imposibilitan el utilizar el barco como base para visitar el destino. Recomendamos que reserven hotel en caso de querer explorar y visitar el destino de desembarque.

• COMIDA Y BEBIDA

Las comidas a bordo tienen un coste extra por día. Nos esforzaremos por satisfacer cualquier requisito dietético especial que se haya indicado en el formulario de reserva.

En el salón hay bebidas frías y calientes, galletas y fruta disponibles en todo momento en régimen de autoservicio. Todos se turnarán para ayudar en la cocina con tareas generales como cocinar, lavar, poner las mesas y servir las comidas.



• PRIMEROS AUXILIOS

Todos nuestros patrones tienen la titulación de primeros auxilios en el mar. Estará disponible para brindar primeros auxilios de emergencia en caso de que necesite ayuda. Si necesita medicación personal, traiga suficiente para que le dure todo el viaje y algo de repuesto en caso de que se maree.

• MAREO

El mareo puede arruinar su viaje. Se recomienda que traiga su propia medicación contra el mareo con cafeína si está preocupado. La mayoría de los productos contra el mareo que se pueden comprar en las farmacias deben tomarse al menos dos horas antes de zarpar para que sean efectivos. Una vez que se sienta enfermo, será demasiado tarde para tomar algo. Para obtener asesoramiento, consulte a su farmacéutico o médico y ellos podrán hablarle sobre la medicación adecuada contra el mareo. Siga atentamente los consejos que le dé la tripulación para combatir el mareo a bordo.

• FUMADORES

Está permitido fumar, pero solo en la zona designada de la cubierta. Nunca en los interiores del barco.

• ALCOHOL Y DROGAS

En los viajes para jóvenes, ningún miembro de la tripulación del viaje podrá consumir alcohol a bordo en ningún momento. Cualquier alcohol que se encuentre será confiscado hasta el final del viaje. La tripulación del viaje menor de 18 años no puede consumir alcohol en ningún momento mientras esté a bordo o en tierra bajo el cuidado de la tripulación. En los viajes para adultos, no se puede consumir alcohol a bordo, a menos que el barco esté amarrado o fondeado. No se permiten a bordo drogas ilegales. Cualquier persona que se encuentre en posesión de dichas drogas será desembarcada lo antes posible y se informará a la policía.

• NORMAS A BORDO Y ACREDITACIÓN

Operamos nuestro barco según los más altos estándares internacionales y estamos regulados por la Marina mercante y seguimos las recomendaciones de MCA.

Nuestro Código de conducta explica cómo operamos la flota día a día y el capitán es responsable de garantizar que se implemente este Código. Como miembro registrado de la tripulación del viaje, se espera que usted cumpla con este Código y cualquiera que no lo haga probablemente será desembarcado.

7. CÓDIGO DE CONDUCTA

Queremos que todos tengan un viaje seguro y agradable en un ambiente de aprendizaje y aventura, la asociación valora la contribución de cada individuo, independientemente de su origen étnico, religión, género, orientación sexual o antecedentes sociales por lo que solicitamos lo siguiente, tanto en el barco como cuando desembarcamos:

- Se tratará a los demás con respeto y consideración.
- Los tripulantes no intimidarán, amenazarán ni ejercerán violencia bajo ninguna circunstancia.
- Respeten siempre las instrucciones de seguridad.
- Actuar de forma ecológica y no arrojar basura contaminante por la borda en ningún momento.
- Sea responsable de usted mismo y vele por el bienestar de los demás.
- La tripulación no puede llevar alcohol a bordo ni beber alcohol a bordo. En tierra, no se tolerará el consumo excesivo de alcohol ni el consumo por parte de menores de edad.
- Se puede permitir fumar a bordo, pero sólo en el área aprobada.
- Todas estas normas tienen como fin que disfruten de su viaje, hagamos entre todos el mejor de los ambientes a bordo!



8. QUE INCLUYE EL PRECIO

INCLUYE:

- Alojamiento a bordo, su propia litera y área de almacenamiento.
- Patrón profesional y primer oficial.
- Entrenamiento previo y durante la travesía.

NO INCLUYE:

- Transfers al barco.
- Caja a bordo. A partir de 50€/persona/día que cubren combustible, atraques y pensión completa a bordo. Será informado del coste antes de reservar su plaza. Esta caja a bordo tiene que ser abonada por anticipado antes del embarque. En caso de que la travesía dure más o menos días se ajustará posteriormente.
- Comidas y bebidas en tierra.
- Alojamiento a bordo una vez cumplida la fecha de finalización del programa.

9. COMPROMISO DE ATENCIÓN AL CLIENTE

Nuestra Carta de atención al cliente es nuestro compromiso con usted, nuestro cliente, para brindarle un excelente nivel de servicio durante su aventura en grandes veleros.

Entendemos lo importante que es su viaje para usted.

Nos comprometemos a brindarle una experiencia de capacitación en navegación a vela agradable a bordo de nuestro barco.

Para lograrlo, haremos lo siguiente:

- ☐ Le brindaremos capacitación y orientación profesional en todos los asuntos de seguridad y navegación apropiados.
- ☐ Nos aseguraremos de que nuestra tripulación asalariada y nuestra tripulación voluntaria actúen de manera responsable y respetuosa en todo momento.
- ☐ Operaremos nuestros barcos con los más altos niveles de seguridad siguiendo las estrictas leyes y códigos de práctica determinados por la Marina Mercante y MCA.
- ☐ Nos aseguraremos de que nuestras tripulaciones estén disponibles durante todo su viaje para garantizar que todo transcurra sin problemas.
- ☐ Esperamos que nuestras tripulaciones cumplan con nuestro Código de conducta.

Trabajamos duro para cumplir y superar las expectativas de nuestros clientes. Seremos accesibles y escucharemos sus puntos de vista.

Plantee cualquier problema con su capitán/patrón durante su viaje. Si está dentro de sus posibilidades, harán lo que esté a su alcance.