

- cambusa

CONSIGLI

Se ti manca qualcosa, puoi ordinare direttamente tutti gli articoli evidenziati **in violetto**, Crociera Totale provvederà all'invio di tutto che ti occorre; puoi controllare le [condizioni di vendita e spedizione](#) oppure contattare il [Commesso Virtuale](#) per ulteriori consigli.

📌 **Il bagaglio:** sono da evitare tutte le valigie ed i contenitori rigidi: [la sacca da marinaio](#) o qualsiasi borsa che si possa ripie e stivare una volta svuotata, è fondamentale. Uno zainetto per le soste a terra ti farà molto comodo, oppure una borsa a tracolla all'indietro.

📌 **Il sole:** in barca ci si può scottare senza accorgersene: il vento costante rende piacevole stare al sole anche nelle ore più calde poi alla sera sono...Guai Seri!

Non dimenticare degli ottimi prodotti solari, magari con una protezione un po' più alta di quella che usi di solito; prendi anche un doposole: l'abbronzatura durerà di più e la tua pelle ti ringrazierà!

Un buon collirio sfiammante può essere utile: vento e sole sono nemici degli occhi, anche se porti gli [occhiali scuri](#)!

📌 **La salsedine:** spruzzi, bagni a volontà, l'aria di mare...E lo skipper che brontola se consumi troppa acqua per farti tante docce. Esistono ottimi saponi salini, per lavarsi con l'acqua di mare; ma per non trovarsi capelli ingovernabili, ridotti come stoppie, puoi [balsami](#) o, meglio ancora, [oli protettivi](#)

📌 **Gli indumenti:** Spesso i vestiti più eleganti o scomodi lasciano volentieri spazio a uno stile d'abbigliamento più pratico e informale. Si quindi ad abiti comodi, che garantiscano libertà di movimento e che vi permettano di muoversi in barca senza difficoltà.

Per la sera, ricordatevi soprattutto che le scarpe con la suola in cuoio sono poco adatte per muoversi, anche sul tender.

Preferite quindi delle calzature da barca, con suola di gomma (preferibilmente bianca, non lascerà segni scuri, l'armatore vi ringrazierà). Sicuramente occorrono alcuni capi tecnici, come la cerata, le scarpe antisdrucciolo, i [guanti](#)...Per i quali ti rimandiamo alla [check list](#) anche gli indumenti comuni scegliili poco ingombranti, che non temano stropicciature e maltrattamenti, che si asciughino presto...

Ma ricorda che, anche nel pieno dell'estate, può sempre venire un acquazzone; il vento fresco poi c'è sempre e l'aria la sera può essere un po' umida: dunque non dimenticare una felpa, un giacchetto che ripari dal vento, un pile, (se si bagna si asciuga in un attimo!) ed i pantaloni lunghi.

Per le escursioni sugli scogli sono fondamentali sandali o [scarpe da roccia](#)

E non dimenticare [cappello](#) e [occhiali da sole](#)!

📌 **Il bucato:** una barca con i panni stesi alla battagliola non sarà certo molto elegante, ma occorrerà almeno far asciugare i costosi bagni! Porta con te qualche molletta da bucato: non sempre le troverai a bordo!

📌 **La cucina:** La cucina di bordo assomiglia a quella di casa ma spesso si dimenticano dei particolari utili alla buona riuscita della crociera; ad esempio la conservazione dei cibi risulta difficile, soprattutto se si decide di sfruttare al massimo la forza del vento, e navigare a generatori spenti: è bene, in questo caso è utile comprare del ghiaccio, in modo da poter conservare i cibi freschi il più lungo possibile. Crociera Totale, in collaborazione con [AVRA.NET](#), mette a tua disposizione una [lista tipo](#) per la spesa, qualche (scaricabile in formato .pdf) e qualche suggerimento su come conservare al meglio le vostre scorte alimentari; ad esempio:

- PANE Prediligete le forme grosse, se le avvolgete in panni di cotone subiranno meno l'umidità e dureranno di più.

- CARNE e PESCE Freschi si mantengono per solo un giorno, se proprio non riuscite a farne a meno preferite il pesce essiccato oppure la carne di maiale messa sotto sale che ne aumenta la conservazione.

- SALUMI Insaccati e prosciutti, si conservano meglio appesi in luogo areato. Se per caso avete tagliato troppe fette separatele e sistematele in un canovaccio asciutto alternandole con delle foglie d'insalata, rimarranno fresche più a lungo.

- FORMAGGI Conservateli in frigorifero: se avete del parmigiano avvolgetelo in uno strofinaccio umido, resterà morbido.

- FRUTTA e VERDURA Tenere sempre divisi i diversi tipi, e controllarli spesso, se qualcosa inizia ad andare male eliminarla velocemente potrebbe contagiare le altre. E' meglio conservarla in luoghi freschi e asciutti dove non rischi di essere schiacciata.

- UOVA Sono un alimento poco adatto alla barca, per la loro fragilità e per la loro breve durata; conservatele con cura negli appositi contenitori e ricordatevi di girarle spesso, fate comunque sempre una prova prima di mangiarle, immergetele in un pentolino d'acqua, se galleggiano...meglio non rischiare!!!

Le acciughe non dovrebbero mai mancare su una barca, sono una certezza per sistemare lo stomaco se per caso si è vittime del mare, inoltre sono utilissime anche in cucina!

Ora non ti rimane che ... fare la spesa! Scarica [la lista della spesa](#) in formato .pdf, stampala e portala con te!

Ricorda: è un classico che manchi la moka (specie se noleggi una barca all'estero): se non puoi fare a meno del tuo caffè all'isola...

Ricorda che non è sempre facile trovare anche il caffè adatto! (le barche [Dreamsailing](#) fanno eccezione!)

La pentola a pressione può essere di grande aiuto in barca: si risparmiano tempo e gas, non rovescia il contenuto anche con la bolina stretta, con le giuste dosi ci si può cucinare anche la pasta... E se avanza qualcosa, in frigorifero è un ottimo contenitore stagno. Per lavare i piatti, se la pulizia dell'acqua lo consente, puoi usare l'acqua salata e l'apposito [sapone marino](#)!

🚩 **12 volt:** in vacanza può essere piacevole non farsi...Trovare! Ma alcuni non sapranno far a meno del cellulare! Ricorda di portare con te anche la spina a 12 volt per ricaricarlo (potrebbe servire anche per il rasoio elettrico!). Anche le cadute in acqua (pastano pochi centimetri in pozzetto) rovinano il cellulare: meglio dotarsi di una [custodia impermeabile](#)

🚩 **La macchina fotografica:** dalla barca a vela si possono fare splendide foto, spesso si rimpiange di non aver portato abbastanza attrezzatura, ma...tutto teme un bagno in acqua salata! Si può pensare di portarsi anche macchine usa e getta, specialmente su un beccheggiante.

🚩 **I Bambini:** molti vecchi lupi di mare si spaventano all'idea di portare i propri figli in barca: ed è un peccato, perché i piccoli spassano un mondo a bordo, sotto l'amorevole ed attento sguardo degli adulti: per i più piccini è consigliabile l'uso di un infant-sit (e pieghevole (i pannolini usa e getta e gli alimenti liofilizzati si trovano sempre nelle città maggiori; esistono molti, comodi e gonfiabili per il cambio): attenzione al sole! Informarsi se a bordo c'è un tendalino!

Per i più grandicelli, occorrerà portarsi dietro un [giubbotto di salvataggio](#) adatto al loro peso; una rete fissata alla battagliola sarà elegante, ma darà ai meno spavaldi un senso di maggior protezione ed eviterà ai più vivaci di gettare fuori bordo manizze e attrezzature...

Tutti i bambini, anche in virtù del loro baricentro più basso, si muovono benissimo anche nelle andature più impegnative; tuttavia evitare qualche distrazione di troppo, si può pensare di procurarsi una piccola imbracatura: in commercio se ne trovano, ma è assicurarsi della perfetta tenuta delle chiusure e sarebbe meglio renderla passante sotto l'inguine.

Non dimenticare una piccola rete da appendere in cabina con un [piccolo libro](#) e qualche gioco, meglio se galleggiante...

Se è necessario un ciuccio...meglio portarne più d'uno!

🚩 **Farmacia:** esiste sempre una piccola farmacia di bordo, ma non dimenticare l'Amuchina, che disinfetta e può rendere potabile l'acqua, il ghiaccio secco, ed un prodotto per le scottature.

Se soffri il mal di mare, oltre ai vari rimedi farmacologici, prova il [braccialetto](#) sicuramente non da sonnolenza ed è il più indicato per i bambini!

🚩 **Torcia elettrica:** a bordo ce n'è sempre una , ma risulta estremamente utile [quella da testa](#), che lascia libere le mani

Stampa

Adesso dai un'occhiata anche alla [CHECK-LIST](#): ti aiuterà a preparare una vera sacca da marina

Buon Vento a tutti!!
