

## PROCEDURE DE GROS TEMPS

<b>Navigation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• écouter la météo régulièrement (VHF, Inmarsat Isatphone, Navimail, barographe)</li><li>• porter régulièrement le point sur la carte ou sur le journal de bord</li><li>• envisager la sécurité du trajet à suivre</li><li>• envisager des trajets alternatifs</li><li>• envisager les points de chutes (ports, mouillages)</li><li>• faire la liste des phares et des feux à rencontrer durant la nuit</li><li>• s'assurer de la recharge de la VHF portable étanche</li></ul>
<b>Sur le pont</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ranger l'annexe sur le pont</li><li>• amarrer l'ancre dans le davier d'étrave</li><li>• vérifier si les drisses sont claires et rangées</li><li>• préparer la trinquette sur le pont et l'étai largable</li><li>• remonter les lignes de pêche et assurer tout matériel sur le pont</li><li>• assurer la perche IOR, bouée et lampe à retournement par des nœuds facile à défaire</li><li>• assurer les fermetures des capots</li><li>• assurer la fermeture des coffres du cockpit avec les cadenas ou par des petits bouts</li><li>• aux allures arrières : border la bosse du frein de bôme</li><li>• vérifier les 2 lignes de vie</li><li>• préparer des drisse de rechange attachées sur le balcon</li></ul>
<b>A l'intérieur</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• caler le matériel susceptible de bouger (vaisselle, livres, autres...)</li><li>• parer au retournement en appliquant le check-list « Parer au retournement »</li><li>• contrôler la charge des batteries</li><li>• vérifier la fermeture de vannes</li><li>• refermer éventuellement les ouvertures des aérateurs</li><li>• refermer éventuellement la porte et le capot du carré</li><li>• vérifier la position de l'interrupteur pompe de cale en position « automatique »</li><li>• protéger l'ordinateur de bord</li><li>• mettre en charge les bracelets MOB</li><li>• mettre en charge la VHF portable</li><li>• envoyer un message de géolocalisation par l'Isatphone</li><li>• si la nuit tombe, préparer le projecteur longue portée</li></ul>
<b>L'équipage</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• préparer les gilets - harnais (déjà réglés à sa taille)</li><li>• vérifier et mettre en place les lampes flash sur le gilet</li><li>• préparer les lampes frontales</li><li>• mettre les bracelets MOB</li><li>• préparer les cirés et les bottes à la descente</li><li>• mettre dans son ciré : lampe, cyalume, sifflet, sac poubelle + fil ligature</li><li>• s'assurer à la ligne de vie pour tout déplacement au mat</li><li>• s'assurer au point d'ancrage situés sur les balcons</li><li>• établir les quarts suivant les expériences et la résistance au sommeil</li><li>• faire chauffer de l'eau pour la bouteille thermo</li><li>• préparer des aliments faciles à manger ultérieurement</li><li>• préparer ou prendre pilule contre mal de mer</li><li>• passer aux toilettes tant que c'est confortable</li><li>• prendre du repos tant que c'est possible</li></ul>