



Acordo de Responsabilidade

1. Segurança

- Deve seguir todas as instruções de segurança que lhe forem dadas durante a sua estadia
- Deve zelar pela sua própria segurança, bem como pela segurança do resto da tripulação
- Se tiver alguma dúvida, deve colocá-la a qualquer um dos membros da tripulação
- Se lhe disserem para fazer algo que não sabe como fazer - PERGUNTE!
- Se notar que algo não está como deveria, comunique-o a um membro da tripulação

2. Vida a bordo e espaço pessoal

- É muito importante cumprir e respeitar os horários da tripulação e dos quartos
- O seu espaço pessoal será a sua cama - deve respeitá-lo
- Deve respeitar o espaço pessoal de todos - nada de brincadeiras, luzes de flash, ...
- Deve manter o espaço arrumado e limpo - o seu e o espaço comum

3. Vigia e Líder de Vigia

- Estão divididos em 3 turnos que, num ciclo, permitem ao Vera Cruz navegar 24 horas por dia, 7 dias por semana
- Terá um chefe de vigia designado que será responsável pela coordenação de todas as actividades e navegação, enquanto estiver de vigia
- Sempre que necessitar de sair do seu local de trabalho designado, deverá informar o seu chefe de turno antes de o fazer
- Todas as perguntas que tiver, pode e deve fazer ao seu chefe de quarto



4. Respeito pelo ambiente e pelo oceano

- Não deitar ao mar nada que não seja orgânico (plástico, vidro, pontas de cigarro,...)
- Reciclar
- Utilizar apenas o necessário

5. Casa de banho e utilização da água

- As casas de banho a bordo são muito diferentes e devem ser tratadas com cuidado
- Não colocar papel, pensos higiénicos ou outros na sanita
- Se não tiver a certeza de que sabe como utilizá-los ou se houver algum problema, informe o seu chefe de turno
- Quando utilizar a água, faça-o de forma responsável, porque é um recurso limitado a bordo

6. Fumar

- Não deverá fumar a bordo
- Não deve deitar pontas de cigarro para o mar - procure um local adequado para as colocar
- Respeite as regras de segurança e os seus parceiros não fumadores

7. Medicação

- É necessário preencher um questionário médico
- Se tomar algum medicamento durante a viagem que o possa afetar a si e aos outros, deve informar o seu chefe de quarto

8. Ilegalidade

- A bordo da Caravela Vera Cruz, está sujeito à lei portuguesa
- É totalmente proibido trazer e/ou consumir drogas a bordo
- É totalmente proibido trazer qualquer tipo de arma para o navio



9. Restrições Alimentares

Caso tenha alguma restrição alimentar deverá informar com antecedência máxima de 1 semana antes do embarque

Eu, _____ declaro, antes do início do embarque de _____ para _____, a bordo da Caravela “VERA CRUZ”, que li e concordo com os regulamentos genéricos e normas de segurança e que os respeitarei durante todo o embarque.

Lisboa, _____ de 20 _____

(Assinatura)



Declaração de saúde

Enquanto participante, espera-se que assuma a responsabilidade pela sua segurança e pela segurança de outras pessoas. Uma saúde física ou mental insuficiente pode criar riscos indevidos não só para si. É essencial compreender que a doença ou os acidentes podem também ameaçar a segurança dos outros participantes, dos formadores e da tripulação e podem perturbar seriamente o programa de navegação do navio.

Se tiver dúvidas quanto à sua aptidão para uma viagem de mar num navio à vela, deve consultar primeiro o seu médico.

Para evitar mal-entendidos, pedimos-lhe que responda com sinceridade às seguintes perguntas e que nos devolva este formulário assinado, juntamente com o contrato assinado.

Necessita de ajuda para subir escadas ou transpor patamares de 60 cm?

É, por experiência, muito propenso a enjoos de movimento ou de mar? _____

Sofre de diabetes? _____

Em caso afirmativo, necessita de injeções? _____

Tem problemas respiratórios, por exemplo, asma? _____

Tem (ou teve) problemas psicológicos/psiquiátricos? _____

Tem problemas cardíacos ou vasculares? _____

Sofre de (uma forma de) epilepsia? _____

Tem um risco acrescido de infeções ou fez radio ou quimioterapia nos últimos 2 anos?

Foi-lhe negada a carta de condução por razões médicas? _____

Está a tomar anticoagulantes (anticoagulantes)? _____

Está grávida? _____

Existem outras condições médicas de que devemos ser informados? (por exemplo, alergias)
Em caso afirmativo, indique os medicamentos abaixo.



Qual é o seu comprimento em centímetros? _____

Qual é o seu peso em quilos? _____

Esta é a lista completa dos meus medicamentos, incluindo a dosagem:

Alergias conhecidas:

Ao assinar a presente declaração de saúde, declaro ter respondido a estas perguntas com sinceridade e que tenho conhecimento e concordo com os requisitos e considerações acima mencionados. Estou ciente de que participarei numa viagem marítima por minha conta e risco.

Nome completo (em letras maiúsculas):

Local e data:

Assinatura para aprovação: _____

(Em caso de ser menor deverá, também, ser assinado pelo encarregado de educação)