

## Quan som a port o en zones de fondeig

### Control de les aigües de sentina:

1. Evitar la generació d'aigües de sentina: portar un bon manteniment de l'embarcació i/o confiar en tallers nàutics que siguin professionals i tinguin algun certificat de sistema de gestió ambiental, com la ISO 14001 o el Reglament EMAS.
2. Comprovar que el sistema de buidat de l'aigua de sentina funciona correctament a través de sistemes eficients i tancats que garanteixin una bona gestió de l'aigua contaminada.
3. NO buidar mai les aigües brutes de sentina a mar obert.

### Gestió dels residus generats a bord:

1. Garantir una bona gestió dels residus portant-los als punts de recollida selectiva del port, al punt verd més proper de la ciutat o poble o, si cal, a casa nostra.
2. Fer una compra verda i intel·ligent abans de pujar a bord. Per generar menys residus, el millor és evitar-los tot minimitzant embolcalls, envasos, papers i cartró.
3. Portar recipients reutilitzables adequats per a cada funció, ampolles d'aigua de plàstic, caixes de plàstic hermètic pels aliments, bosses de teixit resistent per a la fruita i aliments i disposar de bosses o caixes per poder retornar els residus bàsics (paper, plàstic, envasos...).
4. NO llençar mai residus de cap mena a mar obert.

### Fondeig en camps de boies:

1. Exigir que el fondeig sigui ecològic i ben planificat amb sistemes de baix impacte que no sobrepassin la capacitat de càrrega de l'entorn i mai sobre comunitats protegides com fons de fanerògames marines o sobre hàbitats o espècies d'alta fragilitat.
2. Cal exigir que tots els serveis derivats de l'activitat nàutica de la zona de fondeig siguin sostenibles i respectuosos amb el medi marí.

## Quan naveguem

1. Navegar amb respecte per la vida aquàtica. Un excés de velocitat augmenta el consum, genera més soroll dins i fora del mar i contamina més.
2. Tenir una embarcació eficient i ben dissenyada per evitar aquests impactes i utilitzar-la amb responsabilitat.
3. Substituir el motor vell de les nostres naus per un de més eficient i ecològic, que tinguin un nivell baix de decibels i fums.
4. Navegar a vela el màxim de temps possible durant la nostra singladura: gaudirem més de la mar, serem més sostenibles i el nostre temps a bord serà inoblidable.
5. NO llençar mai menjar al mar, ja que contribueix a transformar un entorn que s'ha de mantenir el més natural possible. L'efecte de veure menjar flotant no és agradable, malmet el paisatge i canvia el comportament dels animals.
6. Evitar navegar per zones ecològicament sensibles, per això caldrà informar-nos per on naveguem i si la zona està declarada com a zona sensible al pas de cetacis, tortugues o altres pelàgics.
7. Fondejar amb respecte per la vida de l'entorn on estem. Normalment l'amant de la mar, quan navega, cerca llocs verges i tranquils que, normalment, són els més bonics i fràgils. Cal valorar l'impacte ambiental sobre l'entorn derivat de la nostra presència o actitud.
8. Si anem a fondejar en zones sensibles i està ple de gent, hem de ser responsables i marxar a una altra zona amb menys pressió.
9. Pescar de forma responsable, únicament en zones permeses i mai en zones protegides, sensibles o que suporten una gran pressió extractiva. Per poder pescar primer hem de sembrar.