



Milos VIP Services

CREATING MEMORIES

Sailing Guide

Αγαπητέ πελάτη,

Αν και συνήθως οι πελάτες μας δεν παρουσιάζουν συμπτώματα ναυτίας, παραμένει ένας από τους μεγαλύτερους φόβους των πελατών πριν τη κρουαζιέρα. Η ναυτία προκαλείται από αλληλοσυγκρουόμενες πληροφορίες, που στέλνονται στον εγκέφαλο από τις αισθήσεις, σχετικά με τη θέση του σώματος στο χώρο ή με τη θέση των διαφόρων μελών του σώματος. Οι πιο σημαντικοί πομποί πληροφοριών του ανθρώπινου σώματος είναι τα μάτια και τα αυτιά. Αν για παράδειγμα κοιτάτε σε έναν χάρτη οι λαβύρινθοι των αυτιών «λένε» ότι το σώμα σας κινείται αλλά τα μάτια εφόσον είναι καρφωμένα πάνω στο χάρτη, «λένε» ότι τίποτε δεν κινείται.

Ευτυχώς όμως υπάρχουν διαφορά -μη συνταγογραφούμενα- φαρμακευτικά σκευάσματα που διατίθενται ευρέως στην αγορά που εμποδίζουν το σύμπτωμα της ναυτίας και βοηθούν σε μια ξένοιαστη διαδρομή.

Πως αποφεύγουμε τη ναυτία πάνω στο σκάφος;

- Έχετε πρόσβαση σε φρέσκο καθαρό αέρα
- Αποφεύγοντας κλειστούς χώρους βοηθάτε τον εαυτό σας ενάντια στη ναυτία.
- Μείνετε ξαπλωμένοι, κλείστε τα μάτια σας και ηρεμήστε ακούγοντας μουσική. Σκοπός είναι να αφήσετε το μυαλό σας ελεύθερο από το άγχος που μπορεί να παρουσιαστεί από τα συμπτώματα της ναυτίας και να αφήσετε τη μουσική να σας ηρεμήσει. Αφού το άγχος συμβάλει στη ναυτία έχετε πιο πολλές πιθανότητες να νιώσετε τα συμπτώματα
- Εστιάστε διαρκώς σε ένα σταθερό σημείο στον ορίζοντα
- Αν δεν μπορείτε για τον οποιοδήποτε λόγο να εστιάσετε στον ορίζοντα κλείστε και διατηρείστε τα μάτια σας κλειστά. Αυτό θα μειώσει τις παρενέργειες της ναυτίας στην ακοή και στην όρασή σας.
- Μην χρησιμοποιήσετε κιάλια, κάμερα η να διαβάσετε κάτι για μεγάλο χρονικό διάστημα γιατί αυτό θα κάνει τις παρενέργειες πιο έντονες
- Αποφύγετε να εστιάζετε σε πράγματα που ο εγκέφαλος θεωρεί πως είναι σταθερά γιατί αυτό θα κάνει τις παρενέργειες πιο έντονες
- Προσέξτε τη διατροφή σας
- Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας και φέρτε μαζί σας το φάρμακο που θα σας προτείνει εναντίον της ναυτίας



Milos VIP Services

CREATING MEMORIES

Sailing Guide

Τι συμβαίνει αν αποκτήσεις ναυτία εν πλώ;

- Μην διστάσετε και μην αγχωθείτε να μας ενημερώσετε, δεν είστε ο μόνος που μπορεί να υποφέρει από ναυτία!
- Αν νιώσετε την ανάγκη να χρησιμοποιήσετε οτιδήποτε σαν ένα κάδο ή μια σακούλα απευθυνθείτε σε ένα μέλος του πληρώματος για να σας κατευθύνει
- Προσπαθήστε να μην ζορίσετε τον εαυτό σας γιατί αυτό θα επεκτείνει μόνο το αναπόφευκτο

Παρατηρήσεις

- Επιβεβαίωση της κράτησης λαμβάνετε άμεσα κατά την ολοκλήρωση της
- Δεν υπάρχει πρόσβαση για αναπηρικά αμαξίδια στα σκάφη
- Κατά τη διάρκεια της κράτησης χρειαζόμαστε τα ακόλουθα στοιχεία (Ονοματεπώνυμο, Αριθμός ταυτότητας ή διαβατηρίου, εθνικότητα και ημερομηνία γεννήσεως) ώστε να συμπληρωθεί η λίστα επιβίβασης πριν την ημέρα της αναχώρησης
- Περιπτώσεις εγκυμοσύνης και προβλήματα κινητικότητας & υγείας πρέπει να ελέγχονται πριν τη κράτηση ώστε να διασφαλιστεί η ασφαλής συμμετοχή του επιβάτη στη κρουαζιέρα.
- Σε περίπτωση ιδιαίτερης διατροφής (αλλεργίες, Βίγκαν) ενημερώστε μας κατά τη διάρκεια της κράτησης.
- Συνιστάται να προγραμματίσετε την κράτηση σας στην αρχή της διαμονής σας στη Μήλο και ειδικά αν έχετε έρθει για ολιγοήμερες διακοπές ώστε να έχετε και μια εναλλακτική ημερομηνία σε περίπτωση ακυρώσεως λόγω κακών καιρικών συνθηκών.
- Βεβαιωθείτε πως θα έχετε μαζί σας μαγιό, καπέλο και αντιηλιακό.
- Καθ' όλη τη διάρκεια του ταξιδιού βρέφη και μικρά παιδιά πρέπει να κάθονται στα πόδια σας και να βρίσκονται υπό τη διαρκή επιτήρηση του κηδεμόνα
- Ο αριθμός των επιβατών μπορεί να μεταβληθεί λόγω των καιρικών συνθηκών
- Οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν την απαιτούμενη φυσική κατάσταση
- Τα δρομολόγια που προσφέρουμε πραγματοποιούνται με καλές καιρικές συνθήκες. Αν ακυρωθεί λόγω κακοκαιρίας τότε θα σας προσφέρουμε voucher με προτεραιότητα για διαφορετική ημερομηνία ή την πλήρη επιστροφή των χρημάτων σας.
- Τα ημι-ιδιωτικά δρομολόγια απαιτούν ελάχιστο αριθμό κρατήσεων. Αν ακυρωθεί το δρομολόγιο εξ αιτίας αυτού τότε θα σας προσφέρουμε voucher με προτεραιότητα για διαφορετική ημερομηνία ή την πλήρη επιστροφή των χρημάτων σας.

Ακυρώσεις

- Για πλήρη αποζημίωση πρέπει να ακυρώσετε 24 ώρες πριν την αναχώρηση.