



©

SailyX.COM

La “tua” eXperience

Coaching

a bordo

Ecco, passo passo,
“come fare”

Dagli autori del libro *“Si può fare: come vivere una vita da sogno con 500 euro al mese”*, una proposta pratica per chi vuole sul serio imparare a cambiare vita.

La proposta	5
Modalità operativa	6
I moduli del corso	7
Burocrazia, fiscalità	7
La barca giusta	7
Energia a bordo.....	7
Gestione barca.....	7
Cucina.....	7
Approdi e ridossi.....	7
Cattivo tempo	8
Lavoro	8
Economia	8
Etica	8
Salute	8
Post Corso	8
Descrizione del corso: agenda.....	9
1° giorno	9
2° giorno	9
3° giorno.....	10
4° giorno.....	10
5° giorno.....	10
6° giorno	11
7° giorno.....	11
Dopo il corso	12
Info e contatti	13

La proposta

La settimana di coaching "COME si può fare" è la prima esperienza al mondo del suo genere, e si rivolge sia a chi vuole cambiar vita partendo da zero, sia a chi ha già un mezzo-barca e esperienza diportistica ma è alla ricerca di affinare i tanti aspetti e risposte a dubbi ancora in essere per il grande passo.

In questo momento storico cruciale, dove l'orizzonte è poco chiaro e pieno di incertezze, si fa strada un'alternativa mai presa in considerazione e invece forse la più valida: quella di vivere con poco, felicemente e per chi lo sogna a bordo di una barca a vela!

La società sta riducendo lentamente in schiavitù chiunque voglia farne parte seguendo le classiche regole (lavoro, mutuo, consumo, figli, pensione (?), morte), a fronte di nessuna soddisfazione, spesso neanche materiale, oggi come nel prossimo domani.

Quindi abbiamo 2 alternative. O continuare a combattere tra regole e contingenze programmate, sacrifici senza soluzione di continuità, anelando un non meglio precisato futuro, oppure scegliere di cambiare vita, appropriandosi del proprio tempo, ripudiando ciò che è oramai molto vicino alla realtà del film "Matrix", rigirando la scala dei valori e dando finalmente un senso vero alla propria esistenza.

Il desiderio di quest'ultima alternativa è forte in molti di noi, ma pochi sanno da che parte iniziare, tra mille dubbi, incertezze e assenza di una visione chiara di cosa significhi cambiare, come e, se vogliamo, anche perché.

Dopo l'uscita del libro "Si può fare – Come vivere una vita da sogno con 500 euro al mese" (Ed. Nutrimenti) io e Basak abbiamo ricevuto negli anni diverse richieste in tal senso, soddisfacendone molte; persone che oggi possiamo definire "figli acquisiti", con una range d'età anagrafica da 22 a 60 anni.

Comprendendo quindi sempre più quanto sia diffuso il "grido d'aiuto", abbiamo messo a punto un modulo operativo di una settimana, studiato nei minimi particolari, per aiutare il futuro "cambiatore di vita" nel suo percorso. Ciò è stato possibile grazie alla nostra esperienza, non solo relativa ai quasi 10 anni di vita a bordo a basso budget, ma anche se non soprattutto alla vita precedente fatta di imprenditoria, consulenza fiscale e finanziaria avvenuta in 40 anni di esistenza.

Grazie al coaching "COME Si può fare" porterai a casa un netto risparmio in anni di passaggi sbagliati, errori tecnici e procedurali, di conseguenza soldi; più importante eviterai la possibilità del fallimento a causa di un salto nel vuoto o troppo avventato.

FIDUCIA e CHIAREZZA su cosa fare della tua vita, sono i due termini su cui basiamo il risultato della settimana, che si articolerà come segue.

Modalità operativa

In fase di prenotazione, al versamento del 50% della quota, vi verrà inviato un questionario da restituire entro 7 giorni completo delle informazioni richieste; ciò al fine di poter impostare la settimana *ad personam*, il più pertinente alle esigenze specifiche ottimizzando quindi il coaching.

La settimana di coaching non è un charter, di conseguenza la programmazione e le dinamiche vengono studiate e svolte esclusivamente per fornire le risposte necessarie al cambio vita: gli spostamenti sono funzionali ai moduli operativi o certamente condizionabili dalle condizioni meteo; ne deriva anche che la precedenza verrà data alle questioni didattiche del cambio vita rispetto alla navigazione, laddove il cattivo meteo o le circostanze legate alla tempistica dovessero chiedere delle scelte in tempo reale.

La logica operativa è quella della sala conferenze, ma senz'altro scenari e ambientazione decisamente unici.

I moduli del corso

Burocrazia, fiscalità

- Procedure da mettere in atto sotto il profilo pratico, burocratico, fiscale: passi da compiere per liberarsi dai propri attuali impegni e stima della tempistica effettiva; chiusura utenze e impegni precedenti; questioni di carattere fiscale per impostare la nuova vita senza scontrarsi con possibili incongruenze tenuto conto del sistema italiano.

La barca giusta

- Linee guida sulla scelta della barca giusta (o del mezzo più pertinente): valutazione in base al proprio budget, esigenze di navigazione, programmi e progetti personali.

Energia a bordo

- Ottimizzazione della barca sotto il profilo energetico per la maggiore autonomia: come e cosa scegliere per rendersi autonomi per una vita in rada, senza venir meno a esigenze di corrente necessarie alle proprie attività e una confortevole vita di bordo.

Gestione barca

- Aspetti tecnici per la corretta gestione della barca: zone di navigazione, ormeggio corretto, baie strategiche, come attrezzare la barca del "liveaboard"; piccoli trucchi di tecnica di navigazione a vela; ottimizzazione della navigazione salvaguardando attrezzatura e equipaggio.

Cucina

- Cucina di bordo: come fare cambusa correttamente, procedure di conservazione degli alimenti, la giusta alimentazione per un'ottima salute, procedure ideali per la riduzione dei consumi di acqua, gas, energia elettrica e tempo.

Approdi e ridossi

- Indicazioni su come evitare porti, vivendo in rada, o scelta dei porti/moli ancora gratuiti o economicamente sostenibili.

Cattivo tempo

- Tecniche di navigazione in sicurezza con cattivo tempo e/o notturna

Lavoro

- Idee su eventuali attività lavorative per la nuova vita, tenuto conto delle proprie capacità, passioni e possibilità

Economia

- Come gestire i propri risparmi e risorse economiche/assets

Etica

- Etica, cultura marinara e ecosostenibilità inerenti la scelta di vita

Salute

- Aspetti sanitari, medici e corretta cassetta di pronto soccorso

Post Corso

- Messa a disposizione dei nostri contatti
- Assistenza post corso per un anno (disponibilità per periodi successivi)

Descrizione del corso: agenda

1° giorno

Presenza di possesso della cabina: modo corretto per posizionare i bagagli e gli oggetti. Spiegazione della barca: punti di forza, tientibene, camminamento e ostacoli, lande e falsi sostegni. Cocktail o cena di benvenuto. Discussione del questionario riempito inviato in fase di prenotazione. Conoscenza reciproca: punti di partenza, esigenze, aspettative dal corso; spiegazione del perché è fondamentale cambiar vita. Cena. Riassunto individuale sul proprio quaderno di bordo

2° giorno

Colazione. Alimentazione: spiegazione della corretta alimentazione, tenuto conto della sostenibilità in barca (valida in ogni caso, terraferma compresa). Cambusa: si sbarcherà e si affronterà l'argomento recandoci insieme a fare gli acquisti, dietro indicazioni specifiche e spiegazione del perché e come scegliere i prodotti, seguendo una logica di conservazione e qualità. Pausa caffè. Imbarco e distribuzione corretta dei viveri nella barca. Preparazione della barca e giusta procedura di salpaggio àncora: come non sforzare il verricello, gestione della manovra in solitario o con l'ausilio di un timoniere. Navigazione: circa 10 mn durante la quale si verificherà la preparazione tecnica e quindi la didattica necessaria a migliorare timonata e regolazione vele. Atterraggio: giusta procedura di ancoraggio, scelta della zona migliore dove dar fondo (caratteristiche del fondale: sabbia, fango) e esatta lettura della posizione di altre barche presenti al fine di non disturbare o peggio dare fondo sulle altrui linee; calmo esatto tenuto conto del vento e della profondità. Relax (bagno, caffè-the). Discussione: timori, dubbi e altri aspetti emersi dal questionario compilato o altri spunti emersi in navigazione. Cena. Riassunto individuale sul proprio quaderno di bordo

3° giorno

Colazione, relax, bagni. Approfondimento dei temi emersi nella serata del 2° giorno e introduzione agli aspetti burocratici e fiscali: alternative valide post cambio vita, tenuto conto delle peculiarità e situazione socio economica specifica (argomento che verrà ripreso e affrontato durante tutto il corso). Preparazione del pranzo: spiegazione dell'utilizzo della cucina tenuto conto del risparmio energetico e cottura salutare dei cibi. Lavaggio piatti: spiegazione di come ottimizzare acqua senza venir meno alla corretta e igienica pulizia delle stoviglie. Relax. Navigazione: si salpa alla volta della baia successiva; operazione timone o salpa ancora ad opera del partecipante, supervisionato da noi (si valuterà al momento la possibilità e capacità operativa); gestione vele ad opera del partecipante (supervisionato); ancoraggio (stessa cosa per il salpaggio). Relax. Preparazione cena ad opera del partecipante (supervisionato). Cena. Riassunto individuale sul proprio quaderno di bordo

4° giorno

Colazione, relax, bagni. Scelta barca: linee guida sulla scelta della barca giusta tenuto conto delle peculiarità di varia natura del partecipante. Integrazione cambusa: sbarco e insegnamento dei posti strategici all'uopo. Pranzo: preparazione da parte del partecipante (supervisionato). Lavaggio piatti: ad opera del partecipante (supervisionato). Relax. Meteo: spiegazione e considerazioni sulla meteo specifica del posto, valutazione corretta tempi di viaggio, e decisione della prossima meta, rotta e stima arrivo. Navigazione: salpaggio, vele e ancoraggio ad opera del partecipante (supervisionato). Ricovero in caso di tempo pessimo: arrivo in una baia protetta a 360°, ricovero caso uragano, inverno, ecc., rinforzo linea ancoraggio; lettura e interpretazione portolano. Relax. Cena con barbecue. Riassunto individuale sul proprio quaderno di bordo.

5° giorno

Colazione, relax. Gestione barca: aspetti tecnici per la corretta gestione della barca, zone di navigazione, ormeggio corretto, baie strategiche, come attrezzare la barca del "liveaboard"; piccoli trucchi di tecnica di navigazione a vela; ottimizzazione della navigazione salvaguardando attrezzatura e equipaggio; decisione nuova meta e rotta; salpaggio, navigazione e ancoraggio a opera del partecipante (supervisionato), mettendo a frutto quanto appreso in mattinata. Pranzo in navigazione ad opera del partecipante (supervisionato). Relax post ancoraggio. Etica e cultura marinaresca: spiegazione

dell'etica, cultura marinara e ecosostenibilità inerenti la scelta di vita. Relax. Cena. Riassunto individuale sul proprio quaderno di bordo

6° giorno

Colazione, relax. Salute a bordo: aspetti sanitari, medici e corretta cassetta di pronto soccorso. Pranzo. Relax. Gestione patrimoniale: come gestire i propri risparmi e risorse economiche/assets secondo la nuova logica del vivere a basso budget. Navigazione con cattivo tempo o notturna: tecnica, atteggiamento, come attrezzare la barca e l'equipaggio; rotta, salpaggio, navigazione, ancoraggio ad opera del partecipante (supervisionato) in modalità cattivo tempo. Relax post ancoraggio. Cena. Riassunto individuale sul proprio quaderno di bordo

7° giorno

Colazione, relax. Lavoro: idee su eventuali attività lavorative per la nuova vita. Vita in rada: indicazioni su come evitare porti, vivendo in rada, o scelta dei porti/moli ancora gratuiti o economicamente sostenibili; ottimizzazione della barca sotto il profilo energetico per la maggiore autonomia. Verifica del corso e di quanto appreso: dibattito sulle sensazioni del pre e del post corso, eventuali dubbi e apertura a domande e risposte, al fine di fornire la massima chiarezza. Cena di saluto a terra.

Lo schema della settimana sopra indicato è puramente indicativo, e soggetto a integrazioni, modifiche, spostamenti a nostro insindacabile giudizio, per la migliore ottimizzazione del coaching

Dopo il corso

- Messa a disposizione dei nostri contatti: fornitori con cui abbiamo tessuto rapporti pluriennali, selezionati sotto il profilo qualitativo ed economico, con esperienza diretta; si va dai periti, ai tappezzieri, ai velai, agli attrezzisti, elettricisti, elettrotecnici, motoristi, shiphandler e tante altre figure indispensabili nel settore diportistico

- Assistenza post corso per un anno e disponibilità per periodi successivi dietro accordi specifici: nell'arco di un anno ci metteremo a disposizione per supportarvi su ogni questione emersa durante il corso, e se necessario per interagire con i fornitori presenti nella lista fornita. Per le esigenze successive all'anno accordato si studierà insieme la formula più giusta per entrambi.

Info e contatti

Web: www.sailyX.com

email: info@sailyx.com

tel. Ita: +39 3279270573

tel. Tur: +90 5350431827

skype: giampaolo.gentili1

FB:

www.facebook.com/SiPuoFareComeVivereUnaVitaDaSognoCon500EuroAlMese/

