

Innhold

Forord	3	Sikkerhet	138
Sjøvettreglene	4	Førstehjelp om bord er ofte akutthjelp	139
Sjøveisregler og brovakthold	6	Helsevern og helsetjeneste for sjøfolk.....	157
Sjøveisreglene	7	Redningsvester og flyteutstyr	158
Brovakthold	9	Kontroll av redningsutstyr.....	161
Radar, ARPA og radarplotting.....	11	VHF og EPIRB	163
Skipslære	22	Brann om bord.....	169
De som passer på oss	23	Teknologi og motorlære	182
Lover om sikkerhet til sjøs.....	26	Stempelmotoren	183
Promille til sjøs	28	Kjøling.....	193
Bygging og måling	31	Motoroljen.....	197
Skrogets form og mål.....	35	Bedding, støy og avgass	199
Lastemerket	40	Propellen og kraftoverføringen.....	203
Båten og CE-merkingen.....	42	Styring og kontroll.....	206
Skrogtyper, fart og manøvrering	44	Motorstell	213
Manøvrering.....	48	Motoren og miljøet.....	215
Farlige sjøområder	53	Elektrisitet om bord.....	217
Sjøklar - Slik takles uvær.....	54	Oppvarming.....	229
Ankring.....	68	Vedlegg	234
Fortøyning og fendring	71	Sjøveisreglene	234
Knoper og stikk	74	Båtfolkets «grunnlov».....	270
Berging og sleping.....	78	Signalflaggene.....	276
Nødsituasjoner.....	84		
Skadebegrensning ved grunnstøting.....	94		
Siste utvei – Forlate båten i sjøen.....	95		
Dette sier loven om stabilitet	104		
Oppførsel i sjøen.....	107		
Formstabilitet.....	113		