

## SPIS TREŚCI

Przedmowa .....	7
Zasady bezpieczeństwa .....	9
Człowiek za burzą .....	18
Sygnaly służące do wzywania pomocy .....	22
Środki ratunkowe .....	35
Opuszczenie jachtu .....	41
Na tratwie .....	46
Rozbitek w zimnym klimacie .....	55
Rozbitek w gorącym klimacie .....	66
Aspekty psychologiczne .....	72
Żywność .....	75
Aspekty sanitarne .....	79
Niebezpieczne zwierzęta morskie .....	81
Przypadki długiego przetrwania na morzu .....	85
Poszukiwanie rozbitków .....	86
Śmigłowce w ratownictwie morskim .....	92
Przybicie do brzegu .....	99