

## Unieke handleiding voor avonturiers

### Lift de oceaan over in een zeilboot

Wat doe je als je de Atlantische Oceaan over wilt zeilen, maar je hebt geen boot en ook geen geld? Ga je dan op de kade staan en steek je je duim in de lucht, net als een lifter? Zeilfanaat Suzanne van der Veeke stak drie keer de oceaan over als lifter en schreef een boek over hoe je dat aanpakt (en hoe niet): *Ocean Nomad: the Complete Atlantic Sailing Crew guide – Catch a Ride & Contribute to a Healthier Ocean*.

In dit 400 pagina's tellende Engelstalige handboek geeft ze praktische adviezen over hoe je de juiste boot en captain vindt, wat je kunt doen om je optimaal voor te bereiden op een veilige overtocht en wat je moet inpakken, uitzoeken en regelen voor een oceaan reisavontuur.

Suzanne laat je voelen hoe het is om wekenlang met een aantal vreemden op een zeilboot te verblijven, wat het met je doet om zo lang offline te zijn en wat er in de voorraadkast moet zitten om al die tijd toch gezond te eten.

Wat te doen met zeeziekte? Hoe ga je aan boord om met afval? Wat kun je samen met je medebemanningsleden doen, om fit te blijven en het gezellig te houden aan boord? Hoe blijf je wakker tijdens een lange wacht? Hoe kun je, als beginner, maar ook als ervaren zeiler, onderweg bijdragen aan de gezondheid van onze oceanen? En hoe groots is het gevoel, dat je krijgt als je eindelijk weer land in zicht hebt? Hoe lekker is die Caribische kokosnoot als beloning voor deze onderneming?

De liefde van de auteur voor de Oceaan spat van de bladzijdes af. 'De schone zeelucht, dag in dag uit, springende dolfijnen naast de boot, de wind in je haren, de pure connectie met de natuur: op de oceaan vind je het en het geeft je energie' zegt Suzanne van der Veeke. "Tijdens mijn zeiltochten heb ik ook gezien en geleerd in wat voor erbarmelijke staat de oceanen zijn. Tassen, flessen, rietjes, ik heb ze allemaal voorbij zien drijven. Honderden mijlen uit de kust!"

Een keer dacht een mede bemanningslid dat we een vis beet hadden. Maar het was een plastic zak! Ieder watersample dat ik nam - puur uit nieuwsgierigheid - bevatte stukjes plastic. Met het blote oog zag je het niet maar de onderzoeksresultaten gaven me een mega wake-up call."

Plastic vervuiling is slechts een van de uitdagingen. In het boek gaat ze dieper in op het belang van de oceaan, wat er nu gaande is met bijvoorbeeld plastic, klimaatverandering en de overvisserij. Maar ze legt vooral de nadruk op wat we kunnen doen! "Naast de handvaten om een zeilavontuur op de oceaan mogelijk te maken, vertel ik ook hoe we als avonturier een positieve bijdrage kunnen leveren aan de gezondheid van de zee. Het is nog niet te laat. Maar het is wel tijd voor actie!"

*How to Catch a Ride & Contribute to a Healthier Ocean* is de subtitel van deze avonturenreisgids. Het zet de lezer aan om zijn zintuigen te gebruiken en de oceaan te ontdekken. En om zelf te zien dat de oceaan geweldig is maar ook schreeuwt om hulp. 'Door de oceaan te beleven ga je er ook van houden. En als je ergens van houdt, zorg je er goed voor. Laat Ocean Nomad je inspireren en informeren voor het werkelijkheid maken van een groot en zinnig zeil avontuur. Nu. Want je weet nooit wat er morgen weer is.'

## Ocean Nomad

The Complete Atlantic Sailing Crew Guide - How to Catch a Ride and Contribute to a Healthier Ocean  
Suzanne van der Veeken

isbn 9789082745429, 408 blz., € 30

Distributie in Nederland en België door uitgeverij BigBusinessPublishers

### NOOT VOOR DE REDACTIE, NIET VOOR PUBLICATIE

Het boekomslag, een inblik-exemplaar en meer informatie kun je vinden op [www.bbpublishers.nl/pers](http://www.bbpublishers.nl/pers). Voor meer informatie, een recensie-exemplaar of een interview kun je contact opnemen met uitgeverij BigBusinessPublishers, Donald Suidman, [donald@bbpublishers.nl](mailto:donald@bbpublishers.nl), 030-2270688, 06-27503441.

Lees meer over boek Ocean Nomad op [www.oceannomad.co](http://www.oceannomad.co)

