SAF UAB

NORMATIVA PISCINES I ZONA D'AIGÜES



PISCINES

NO ES PERMET:

- Entrar al recinte de la piscina abans que hi arribi el/la socorrista, que és qui obre la instal·lació.
- Entrar a l'espai de bany amb roba de carrer, llevat de visites puntuals autoritzades, que portaran peücs.
- Anar sense banyador, banyar-se amb roba interior o portar-la sota el banyador.
- Banyar-se amb malalties infeccioses o contagioses. La direcció del SAF podrà demanar certificats mèdics si es detecta risc de contagi.
- Fer ús de les piscines amb ferides obertes (amb pèrdua de sang), maquillatge, cremes o apòsits de qualsevol mena.
- Entrar al vas de piscines amb menjar o envasos que es puguin trencar.
- Fer servir gel o sabó a les dutxes de la piscina.
- Practicar jocs o activitats perilloses que comportin risc físic per a persones usuàries (córrer, saltar, enfonsar algú...).
- Fumar al solàrium.
- Travessar d'un carrer de la piscina a un altre o destorbar l'activitat d'altres persones, amb material o sense.
- Fer ús de material recreatiu (pilotes, inflables,...) o d'aparells musicals (ràdio, mòbil,...) que propaguin so a l'ambient i que puguin molestar, llevat que es tracti d'activitats programades o autoritzades en horaris i espais acordats.
- Fer ús dels dolls d'aigua si s'està fent una activitat a la piscina petita, llevat que ho autoritzi el professorat o el/la socorrista.
- Accedir a la piscina coberta amb cotxe de nadó, llevat del pas de l'ascensor al solàrium per l'espai marcat per a tal ús.
- Obrir qualsevol porta de la instal·lació sense disposar de l'autorització necessària.

ÉS OBLIGATORI:

- Portar el dispositiu de seguretat NAGI activat en el casquet de bany o a la ullera o tub de natació per fer ús de qualsevol de les dues piscines interiors del SAF.
- Fer reserva de l'espai esportiu mitjançant uab.deporsite.net.
- Respectar els horaris i els espais d'ús prèviament assignats i/o reservats per altres persones.
- Seguir sempre les normes i consells del/de la socorrista, en general i en casos puntuals, com ara la possibilitat de fer ús d'aletes o d'altre material.
- L'ús de casquet de bany en les piscines cobertes.
- Dutxar-se abans d'accedir al vas de les piscines.
- En cas de dur-ne, portar l'aigua o les begudes en recipients hermètics i que no es puguin trencar.
- Nedar pel costat dret del carrer, girant en sentit de dreta a esquerra. Els carrers reservats per cursos, activitats o persones que mereixen consideracions especials estaran senyalitzats.
- Demanar al/a la socorrista l'ús de material específic, individualment o per col·lectius, i tornar-lo al seu lloc.

SAF UAB

NORMATIVA PISCINES I ZONA D'AIGÜES

BANY DE VAPOR



NO ES PERMET:

- Entrar a l'espai piscina i fer-ne ús sense la presència del personal socorrista al vas de piscina.
- Fer servir el bany de vapor si es pateixen trastorns cardíacs, circulatoris, de tensió arterial o varius.
- L'ús a menors de 16 anys si no van acompanyats d'un adult.
- Fer-lo servir si es pateix alguna malaltia infecciosa o que es pugui encomanar. Es podrà exigir un certificat mèdic en cas que es detecti possibilitat de risc per a la resta d'usuaris.
- Fer-lo servir si es tenen ferides obertes, amb pèrdua de sang.
- Portar rellotge, joies, telèfon mòbil o qualsevol objecte metàl·lic.
- Introduir-hi cap mena de líquid.
- Afaitar-s'hi, depilar-s'hi o exfoliar-se la pell.

ÉS OBLIGATORI:

- Respectar l'aforament màxim de l'espai (7 persones).
- Dutxar-se abans i després de fer-ne ús, sense utilitzar sabó.
- Dur banyador.
- Consultar al personal socorrista o al metge per a resoldre qualsevol dubte.

ÉS RECOMANABLE:

- Tenir molta cura en l'ús de l'espai en cas de menors de 12 anys, que n'han de fer ús sota estricta supervisió de l'adult que els acompanyi.
- El seu ús a persones amb malalties o afeccions respiratòries, reumatismes crònics (per indicació mèdica) i refredats.
- Evitar fer-ne ús mentre s'està fent la digestió.
- Beure aigua en abundància, abans, durant i després de fer-ne ús, per garantir la bona hidratació.
- Parlar amb veu baixa i respectar el silenci i relaxació de qui l'estigui fent servir.
- Descansar i relaxar-se uns minuts quan s'acabi la sessió.

SAF UAB

NORMATIVA PISCINES I ZONA D'AIGÜES

BANYERA D'HIDROMASSATGE



NO ES PERMET:

- Entrar a l'espai i fer-ne ús sense la presència del personal socorrista al vas de la piscina.
- Accedir a l'espai als menors de 16 anys, si no van acompanyats d'un adult.
- Accedir-hi si es pateix alguna malaltia infecciosa o que es pugui encomanar (es podrà exigir certificat mèdic en cas de detectar possibilitat de risc per a la resta d'usuaris), o si la persona té una ferida oberta, amb possible pèrdua de sang.
- Introduir-hi substància o productes inflamables (esprais, colònies, alcohol, etc.) o fer-hi servir sabó o gel.
- Fer-la servir en cas de patir trastorns cardíacs, circulatoris, hipotensió, hipertensió o varius.

ÉS OBLIGATORI:

- Seguir sempre les normes i consells que doni el personal socorrista, a nivell general o en casos puntuals, i consultar-li qualsevol dubte relacionat amb l'ús de l'espai.
- Respectar el màxim aforament (7 persones).
- Dutxar-se, sense fer ús de sabó, abans i després del seu ús.
- Dur banyador i casquet de bany.

ÉS RECOMANABLE:

- El seu ús a les persones amb malalties o afeccions respiratòries, reumatismes crònics (per indicació mèdica) i refredades en general.
- No fer-ne ús més de 15 o 20 minuts.
- Evitar entrar-hi mentre s'està fent la digestió.
- Beure aigua en abundància, abans, durant i després del seu ús, per tal de garantir la hidratació.
- Parlar en veu baixa i respectar el silenci i la relaxació dels altres.
- Descansar i relaxar-se uns minuts quan s'acabi la sessió.

SAF UAB

NORMATIVA PISCINES I ZONA D'AIGÜES



SAUNA

NO ES PERMET:

- Entrar a l'espai i fer-ne ús sense la presència del personal socorrista al vas de piscina.
- Fer-la servir en cas de patir trastorns cardíacs, circulatoris, hipotensió, hipertensió o varius.
- L'ús a menors de 16 anys si no van acompanyats d'un adult.
- L'accés si es pateix alguna malaltia infecciosa que es pugui encomanar. Es podrà exigir un certificat mèdic en cas de detectar alguna possibilitat de risc.
- L'ús a persones amb ferides obertes (amb pèrdua de sang).
- Portar rellotge, telèfon mòbil o qualsevol objecte metàl·lic.
- Introduir-hi qualsevol mena de líquid.
- Afaitar-s'hi, depilar-s'hi o exfoliar-se la pell.

ÉS OBLIGATORI:

- Respectar l'aforament màxim de la instal·lació: 12 persones.
- Dutxar-se, sense fer servir sabó, abans i després de fer-ne ús.
- Dur banyador i una tovallola que caldrà posar damunt del banc, per a fer-ne ús.
- Consultar el personal socorrista o el metge si es vol resoldre qualsevol dubte en relació al seu ús.

ÉS RECOMANABLE:

- Tenir molta cura en l'ús de la instal·lació pel que fa als menors de 12 anys, que l'han de fer servir sota estricta supervisió de l'adult que els acompanyi.
- El seu ús a persones amb malalties o afeccions respiratòries, reumatismes crònics (per indicació mèdica) i refredades en general.
- Evitar fer-ne ús mentre s'està fent la digestió.
- Beure aigua en abundància, abans, durant i després de fer-ne ús per garantir una bona hidratació.
- Parlar amb veu baixa i respectar el silenci i la relaxació dels altres usuaris.
- Descansar i relaxar-se uns minuts quan s'acabi la sessió.