

HEDEBOCENTRETS VARMTVANDSBASSIN

Karen Blixensvej 1
8500 Grenaa

Indgang og parkering er foran bygningen.

Pedel: Bent Skellerup Nielsen

Deltagelse og al benyttelse af varmtvandsbassinet sker på den besøgendes eget ansvar.

Instruktørerne er uddannet til og har erfaring indenfor bassintræning.

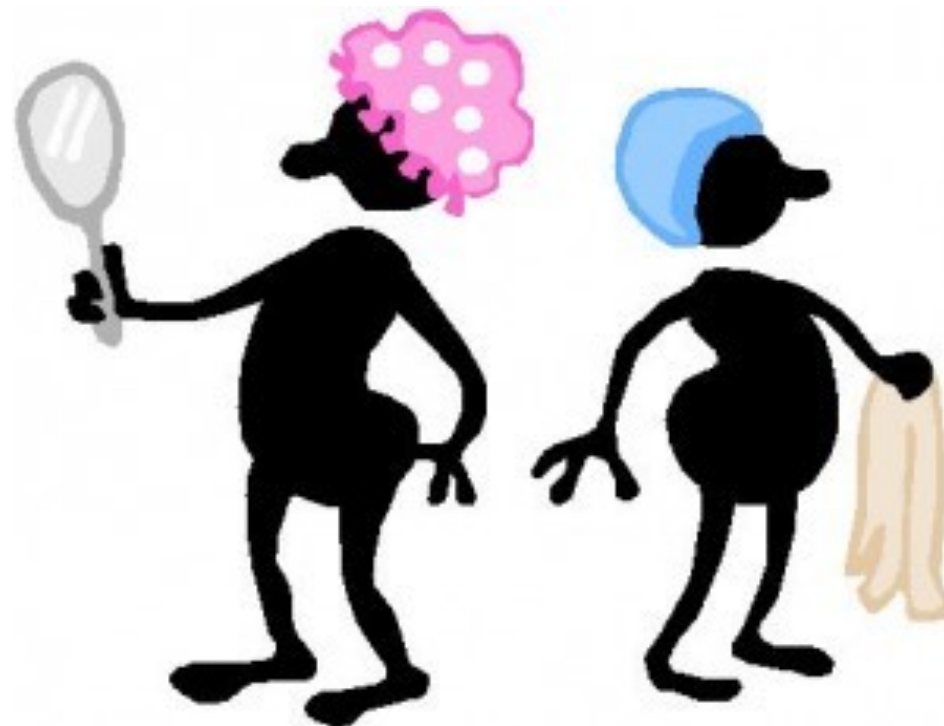
Instruktørerne holdes løbende opdaterede med livreddende førstehjælp.

Bassin-udvalg:

Christian Søgaard Jensen, LOF
Dorthe Schou Hansen, Gigtforeningen
Mette Thuesen Pedersen, GIF-svømning
Lene Fribo, FOF

Revideret 13. august 2019

HEDEBOCENTRETS HYGIEJNEREGLER



INFORMATION TIL ALLE BRUGERE

HEDEBOCENTRETS VARMTVANDSBASSIN

Norddjurs kommune står for driften og stiller varmtvandsbassinet til rådighed for kommunens foreninger. Der er p.t. 4 foreninger, der hver uge har omkring 450 brugere i bassinet til vedligeholdende træning samt hensyntagende undervisning.

Da bassin og omklædningsrum kun rengøres på alle hverdage er det vigtigt, at ALLE bidrager til at holde lokalerne rene. Sæt derfor skoene på hylderne udenfor omklædningen og overhold hygiejnereglerne. Desuden anbefaler vi, at du bruger badesandaler på de flisebelagte områder.

I øvrigt kan træningsbassinet IKKE sidestilles med sædvanlige svømmehaller, da bassinets vandtemperatur er 34 grader. Ved denne temperatur formeres bakterier meget hurtigt. For at nedbryde bakterier tilsættes vandet klor.

Hvorfor klor i bassinet?

Det er et krav fra Miljømyndighederne, at der tilsættes klor i bassinvandet som desinfektion. Klor dræber skadelige stoffer, som er kommet i bassinvandet fra brugerne. Derved nedsættes risikoen for infektioner. Klor er et kemikalie, som er skadeligt i store mængder, det er derfor vigtigt at bruge så lidt som muligt.

Mangelfuld afvaskning giver større klorforbrug og medfører forurenede klor i bassinvandet, der bl.a. kan registreres ved kraftig klorklugt i hallen, og endvidere give mulighed for aflejring af smitsomme infektioner i bassinvandet.

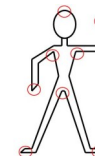
Der må maksimalt være 12 personer i bassinet ad gangen.

I svømmehallens teknikrum doseres klorindholdet konstant på vores elektroniske måleapparater. På alle hverdage kontrollerer pedellen vandkvalitet/temperatur og noterer prøveresultat på skema i rummet.

HYGIEJNEREGLER

1. Medbring altid selv vaskeklude, badehåndklæde, hårshampoo og creme til kroppen.
2. Tag alle smykker/ure af.
3. Tag skoene af før du går ind i omklædningsrum.
4. Benyt toilettet. Urinproduktionen øges, mens du er i vandet. Samtidig sker der en kulde- /varmepåvirkning, som giver tissetrang. Hvis du skal på toilettet under et bassinophold, skal du tage dit badetøj af og vaske dig i skridtet bagefter.
5. Vask dig grundigt med sæbe uden badetøj. Du skal enten bære badehætte eller vaske dit hår, inden du går i bassinet.

Vær særlig omhyggelig med de områder som er fremhævet på tegningen.



6. Sæben skal skylles godt af inden du tager dit badetøj på.
7. Undlad at smøre creme og lægge make-up på huden den dag du skal i bassinet, da der skal meget skrubbet til for at få fedtet af huden.
8. Hvis du har åbne sår, sårskorper eller større rifter, må du ikke gå i vandet. I tilfælde af tvivl så spørg instruktøren.
9. Plastre må ikke bæres i vandet. Hvis du er ordineret morfinplastre skal du drøfte dette forhold med instruktøren. Det samme gælder, hvis du er i behandling med cytostatikalignende gigtmicin.
10. Har du stomi skal pladen være tætsluttende og du skal benytte en tætsiddende badedragt.
11. Negle på tæer skal af hygiejniske årsager altid være kortklippet.
12. Badetøjet skal være rent inden brug.
13. Babyer og små børn skal anvende engangsbadebleer.

Anvisningerne skal følges – ellers vil det kunne medføre bortvisning.