

## Info om Folkhälsans

### baby-, syskon- och familjesim

**Plats: Mellersta Esbo simhall, Brunnsmästargatan 2, 02770 Esbo**

- ✓ Ingång från simhallens båda sidor. Barnvagnar kan lämnas i vagnparkeringen mitt emot vaktmästarbåset. Observera att på lördagar öppnar simhallens dörrar kl. 9.00.
- ✓ Nämn i kassan att ni kommer på Folkhälsans babysim, ni får ett nyckelarmband av kassan. Med nyckelarmbandet öppnar man porten samt låser klädsåpet.
- ✓ Männen använder de allmänna omklädningsutrymmena. Kvinnorna kan använda det allmänna omklädningsrummet eller gruppomklädningsrum 1 och 2. Öppna dörren försiktigt, utrymmena är ganska små och någon kan stå bakom dörren. Vi önskar att ni avlägsnar er från gruppomklädningsrummet 15 min efter att simtiden tagit slut, så att nästa grupp ryms in.
- ✓ God hygien är viktigt så kom ihåg att alla simmare som är över 1 år skall tvätta sig noggrant utan simdräkt före simningen. Också håret/skägget bör tvättas eller vätas. Ta av alla smycken och klockan. Glasögon får användas. Ifall man inte vill väta håret skall man använda sim- eller duschmössa. Långt hår/skägg bör fästas med snodd.
- ✓ Folkhälsans sim ordnas i terapibassängen. Från gruppomklädningsrummen kommer man direkt till terapibassängen. Använder ni de allmänna omklädningsrummen skall ni gå till höger då ni kommer ut från duschrummet, terapibassängen hittar ni bakom draperiet. Vänta på att instruktörerna ger er lov att gå i bassängen.
- ✓ Om ert namn och telefonnummer inte finns på närvarolistan, be om en kontaktuppgiftsblankett av instruktören. Den kan fyllas i före eller efter simningen och ges ifylld tillbaka till instruktören.
- ✓ Ifall ni vill simma i någon av de andra bassängerna, skall ni betala simhallsavgift till kassan. Gäster som vill komma och följa med simmet till bassängkanten är välkomna. Simhallsreglerna förutsätter att alla som rör sig vid bassängområdet har baddräkt på sig och betalar simhallsavgift.
- ✓ Kom alltid ihåg att också följa simhallens egna regler och anvisningar.
- ✓ Endast tillåtet att fotografera och videofilma eget barn.

Vi önskar er trevliga simstunder!

Folkhälsans Babysim  
09 315 5532

[babysim@folkhalsan.fi](mailto:babysim@folkhalsan.fi)

Facebook: Folkhälsan babysim / vauvauinti

Folkhälsan Vauvauinti  
09 315 5532

[vauvauinti@folkhalsan.fi](mailto:vauvauinti@folkhalsan.fi)