

## Info om Folkhälsans baby-, syskon- och familjesim

Plats: Östra centrums simhall, Olofsborgsvägen 6, 00900 Helsingfors

- ✓ Ytterdörren öppnas kl. 8.00. Genom att visa "babysimpasset" vid kassan får man en skåpnöckel.
- ✓ Folkhälsans simmare får använda gruppomklädningsrummet i nedre våningen (som är i första hand för personer med nedsatt rörlighet) men också de allmänna omklädningsutrymmena för män och kvinnor. Vagnarna lämnas nere i korridoren utanför gruppomklädningsrummet.
- ✓ Vi vill påminna dem som använder gruppomklädningsutrymmen att vara raska i förberedelserna så att alla hinner till simmet i tid. Det finns 7 st. duschrum där hela familjen kan klä om och tvätta sig, utrymmet har även en wc. 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 undervisningsbassängen. Då ni går ut från familjeomklädningsrummet hittar ni undervisningsbassängen till vänster. Vänta på att instruktören ger 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. Efter simmet kan ni använda bastun som finns i de allmänna duschrummen.
- ✓ 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 ihåg att alltid 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)