

Bud'me ohľaduplní, kúpme sa zdravšie!

Pobyt v bazénoch - plávanie, či kúpanie patrí k najobľúbenejším voľnočasovým aktivitám. Napriek zdokonaľovaniu technológií na úpravu vody na kúpanie sú bazény aj miestom potenciálneho šírenia ochorení.

Mikroorganizmy sa nedostanú do vody samovoľne. Každý návštevník zanechá pri kúpaní v bazéne až 2,5 miliardy mikroorganizmov. Okrem normálnej fyziologickej a nepatogénnej mikroflóry, ktorá predstavuje väčšinu, sú prítomné aj podmienené patogénne druhy a môžu sa objaviť aj patogénne mikroorganizmy.



Zdravotne vyhovujúca voda by nemala silno zapáchať po chlóre.

Prečo sa pridávajú do vody v bazénoch zlúčeniny chlóru?

- Chlór dokáže usmrtiť mnoho mikroorganizmov v priebehu niekoľkých minút, ale niektoré môžu prežiť aj viac dní.
- Dezinfekčné látky dokážu rozložiť moč, zvyšky stolice, pot, mazové a slizové sekréty z človeka. Čím viac mikroorganizmov a organických látok sa dostane do vody z ľudského tela, tým menšia je účinnosť dezinfekčných látok.
- Má voda v bazéne „chlórový“ zápach? Spôsobuje ho trichloramín. Vzniká reakciou chlóru a organických látok, ktoré sa dostanú do vody z ľudského tela. Trichloramín (nie teda samotný chlór) extrémne dráždi oči, nos, hltan a priedušky.



Dôkladné osprchovanie môže znížiť riziko kontaminácie až desaťnásobne.

Dodržiavajte tieto pravidlá pre zdravšie plávanie a kúpanie:



Nenavštevujte bazény v čase, keď trpíte prenosným ochorením alebo krátko po ochorení.



Dôkladne sa osprchujte pred vstupom do bazéna.



Nemočte do bazéna.



Vyvarujte sa náhodnému prehltnutiu bazénovej vody.



Dodržiavajte kapacitu bazénov a rešpektujte pokyny personálu.

Hlavným zdrojom znečistenia sú kúpajúce sa osoby



Čo myslíte, koľko bazénovej vody prijme priemerne človek ústami počas návštevy bazéna?

Dospelí
1 polievková lyžica

Deti
2 a 1/2 lyžice

To je niekedy viac, ako je potrebné k vzniku ochorenia!



Bazény sú čisté najmä vtedy, ak ste čistotní Vy!

Bud'me ohľaduplní, kúpme sa zdravšie!

Dôkladné osprchovanie môže znížiť riziko kontaminácie až desaťnásobne.

Dodržiavajte tieto pravidlá pre zdravšie plávanie a kúpanie:



Nenavštevujte bazény v čase, keď trpíte prenosným ochorením alebo krátko po ochorení.



Dôkladne sa osprchujte pred vstupom do bazéna.



Nemočte do bazéna.



Vyvarujte sa náhodnému prehltnutiu bazénovej vody.



Dodržiavajte kapacitu bazénov a rešpektujte pokyny personálu.



Bazény sú čisté najmä vtedy, ak ste čistotní Vy!

Legyünk felelősségteljesek az egészségesebb fürdőzésért!

Az alapos zuhanyzás tízszeresen csökkenti a fertőzés veszélyét.

Tartsa be a következő szabályokat az egészséges fürdőzés érdekében:



Ha fertőző betegségben szenved, vagy röviddel a gyógyulás után van, akkor kerülje a medencék látogatását.



Alaposan zuhanyozzon le a medencébe való belépés előtt.



Ne vizeljen a medencébe.



Kerülje el a medencevíz lenyelését.



Tartsa szem előtt a medence befogadóképességét és a személyzet utasításait.



Köszönjük, hogy Ön is hozzájárul a medencék tisztaságának megőrzéséhez!

Bądźmy ostrożni i kąpmy się zdrowiej!

Dokładny prysznic przed wejściem do basenu może dziesięciokrotnie obniżyć ryzyko zanieczyszczenia wody basenowej różnorodnymi bakteriami.

Przestrzegaj wymienionych zasad, aby pływanie i kąpiel były zdrowsze:



Nie korzystaj z basenu, gdy chorujesz na chorobę zakaźną lub krótko po przechorowaniu.



Przed wejściem do basenu dokładnie umyj się pod prysznicem.



Nie oddawaj moczu do basenu.



Unikaj przypadkowego połykania wody z basenu.



Przestrzegaj zasad korzystania z basenu i postępuj zgodnie z poleceniami personelu.



Baseny są czyste wtedy, kiedy Wy jesteście czysti!