

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

**Plats: Folkhälsanhuset Östanlid, Östanpåvägen 32, 68660 Jakobstad**

- ✓ Ingång via huvuddörren. Från huvudaulan går ni till vänster och nerför trapporna, sedan till vänster igen. Mitt i korridoren finns dörrarna till terapibassängens omklädningsrum. Lämna skorna i skohyllan i korridoren.
- ✓ Mellan damernas och herrarnas omklädningsrum finns ett gemensamt utrymme där det finns tillgång till skötbord.
- ✓ 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/skäggget 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.
- ✓ Vänta på att instruktörerna ger lov att gå i bassängen.
- ✓ Ge ert namn och telefonnummer till instruktören ifall de inte finns på närvarolistan första gången ni kommer till simningen.
- ✓ Vi önskar att ni avlägsnar er från omklädningsrummen 15 minuter efter att simtiden har tagit slut, så att nästa grupp ryms in.
- ✓ Kom ihåg att alltid också följa husets egna regler och anvisningar.
- ✓ Endast tillåtet att fotografera och videofilma eget barn.

Vi önskar er trevliga simstunder!

Folkhälsans Babysim  
09 315 5532

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

Facebook: Folkhälsan babysim / vauvauinti

Folkhälsan Vauvauinti  
09 315 5532

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