

Правила пользования баней



Печь топить нужно только необходимое время (как правило 1-1,5 часа), не перегревая печь парную и саму печь. Не допускается топка печи лицами младше 18-ти лет; лицами, находящимися в состоянии алкогольного и/или иного опьянения, лицами с ограниченными возможностями. Строго запрещается механически воздействовать на печь каким бы то ни было способом или предметом.

Для растапливания печи запрещается использовать горючие и спиртосодержащие жидкости. Запрещается сжигать в топке мусор, полиэтиленовую пленку, пакеты и т.п.

Не допускается загрузка топки дровами более чем на 2/3 от объема топки. Во время горения дров дверца топки должна находиться в закрытом положении. Не допускается оставление печи без присмотра.

При эксплуатации парной все посетители парного помещения бани, должны строго соблюдать следующие правила:

- строго следовать правилам эксплуатации оборудования (руководство по использованию печей);
- соблюдать меры безопасности;
- соблюдать меры пожарной безопасности;
- при нахождении в парной (бане) соблюдать меры предосторожности, связанные с нагретыми частями оборудования (каменки) и, в особенности, с горячими камнями, корпусом самой каменки;
- не оставлять без присмотра детей в парном помещении (бане);
- не разрешается детям и лицам до 18 лет пользоваться оборудованием бани самостоятельно;
- не разрешается управлять сауной лицам, не ознакомленным с руководством по использованию электропечей и с правилами эксплуатации парного помещения (ы);
- не пользоваться оборудованием (каменкой) без камней;
- не перекрывать случайно или намеренно (например, каким-либо предметом мебели, уборочного инвентаря и т. п.) приточную и вытяжную вентиляцию в парном помещении, так как это может привести к пожару;
- **во избежание пожара, строго запрещается использовать концентрированные, либо не разбавленные ароматизаторы и масла для бани, в особенности на спирту, а также хранить их в парном помещении;**
- не использовать каменку не по назначению: для копчения мяса, сушки белья и т.п.;
- каменку нельзя ничем накрывать при ее нагреве или пока она горячая;
- не оставлять в бане вблизи печи веники, полотенца, халаты, другие детали одежды и прочие посторонние предметы, особенно горючие или поддерживающие горение, не допускать попадания на печь листьев, либо других легко воспламеняемых материалов и предметов;
- не допускать попадания воды на светильники.

После окончания сеанса пребывания в парной, когда все уже попарились:

- не оставляйте каменку без присмотра, обязательно убедитесь, что печь остыла до безопасных температур.

Баней не могут пользоваться лица: с болезнями сердца, с высоким давлением, после инсульта, с болезнями кровеносных сосудов, с воспалением внутренних органов, с высокой температурой, с болезнями щитовидной железы, больные эпилепсией, беременные, лица, находящиеся под воздействием алкоголя или других средств, снижающих деятельность организма, а также лекарств, вызывающих сонливость, отечность, повышение или понижение давления.

В бане категорически запрещено употребление алкоголя, возбуждающих средств и стимуляторов. Лицам, находящимся под воздействием вышеуказанных веществ запрещено посещение сауны. Противопоказано посещение сауны после еды. Во время и после бани физические нагрузки противопоказаны.

Перед входом в сауну следует: снять все металлические предметы, снять очки и контактные линзы, тщательно вымыться с мылом под душем, а затем вытереться насухо.

Для пользования баней необходимо два полотенца: одно используется для вытирания, второе - как подстилка на лавку, с целью избежания непосредственного контакта тела с деревянной поверхностью.

Время пребывания зависит от индивидуального самочувствия и стажа пользования баней (рекомендуем не более 5-10 минут). На каждом этапе необходимо следить за тем, чтобы организм хорошо прогревался и достаточно охлаждался.

Желаем Вам легкого и безопасного пара!