

Kriterier

Hygiejne:

Det er vigtigt, at alle går på toilettet samt vasker sig grundigt **inden** badetøjet tages på.

- Make-up og smykker (inkl. vielsesringe) **skal** tages af inden man går i bassinet.
- Brug badehætte eller gør håret vådt.
- Plastre og tyggegummi er ikke tilladt i bassinet.

Du må ikke lide af/have:

- Inkontinens (ufrivillig vandladning)
- Diarrè / tynd mave
- Sår eller sårskorper
- Hals-øjen-blære- eller underlivsbetændelse.
- Svampeinfektioner eller fodvorter.
- Medicinske plastre el. kinesio-tape
- Kraftig menstruation
- Svær hjertelidelse
- Dårligt fungerende colostomi
- Dårligt reguleret: blodtryk, epilepsi eller sukkersyge.

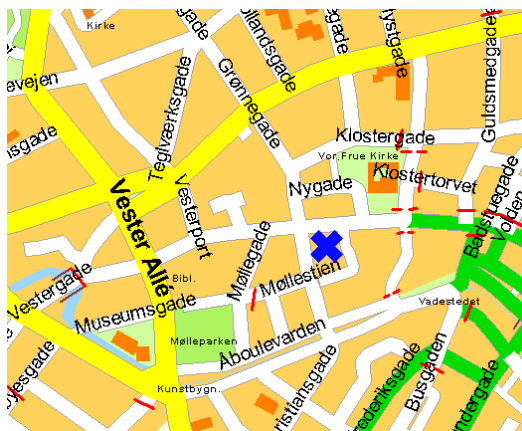
Er du i tvivl, om du kan overholde kriterierne, skal du undersøge dette via egen læge.

Møllestiens Café

Hverdage: kl. 9.30 – 15 fredag 9.30 - 14

Onsdage: kl. 9.30 - 15 og 17-19

Lørdag/søndag kl. 11.30 - 14.00



Varmtvandsbassinet September 2021

Varmtvandsbassinet ved Møllestien

Generel information



Distrikt Midt

Møllestien

Grønnegade 10

8000 Aarhus C

Bassinkontor 87134570



Find hjemmesiden under

www.folkehuse.aarhus.dk.

Find Varmtvandsbassinet under Møllestien

Praktiske oplysninger

Varmtvandsbassinet hører under Magistrats afdelingen for Sundhed og Omsorg og ligger placeret ved Møllestien i Distrikt Midt. Bassinet benyttes af en bred vifte af borgere i Aarhus kommune. Det er i brug fra kl. 9.00 til kl. 22.00 hver dag og har ca. 1100 besøgende om ugen.

Mellem 9.00 og 17.00 benyttes bassinet af pensionister og personer med specifikke diagnoser (se under bassinhold m. træning). **Efter kl. 17.00** er bassinet udlånt til diverse organisationer. (se indstik)

Bassinet

Bredde: 8,00 m

Længde: 12,00 m

Dybde: 1,16 x 1,46 m

Vandtemperatur ca. 33 gr. C

Omlædningsfaciliteter

Der er handicapvenlige herre- og dameomklædningsrum samt badestole og person lift. Sæbe forefindes ved bruserne.

Glemte sager

Forespørgsel om glemte sager sker ved henvendelse til bassinkontoret, der dagligt er åbent mellem kl. 9.00 og kl. 15.00. Ved glemte værdigenstande henvises til informationen.

Pensionist/efterløønner

Bassintiden er 30 min. 1 gang pr. uge

Mandag: 09.00 – 12.30 & 14.00 – 17.00

Tirsdag: 10.00 – 10.30 & 12.00 – 13.00 & 15.00 – 17.00

Onsdag: 10.00 – 10.30 & 14.00 – 14.30 & 15.00 – 17.00

Torsdag: 09.00 – 10.00 & 11.30 – 14.30

Fredag: 11.30 – 13.00

Søndag: 10.00 – 13.00

Hold med ca. 20 min. gymnastik

Mandag: 10.30, 11.00, 15.00, 16.00

Tirsdag: 13.00, 15.30, 16.00

Onsdag: 14.00, 15.30, 16.00

Torsdag: 13.00

Fredag: 11.00, 12.30

Søndag: 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00

Omlædningstiden er beregnet til ca. **15 min.** før og efter selve bassintiden.

Betaling: kvartalsvis forud pr. faktura som sendes til E-boks

30 kr. pr. gang

35 kr. pr. gang m. gymnastik

Ved akut lukning refunderes beløbet **ikke**.

Ønsker du at stoppe, skal udmelding ske senest d. 10 i måneden før et nyt kvartal starter.

Stopper du i kvartalet, tilbagebetales det resterende beløb **ikke**.

Bassinhold med træning

Varmtvandsbassinet tilbyder træning på hold (med egenbetaling) til borgere i Aarhus kommune, der har behov for at styrke muskler og led evt. før/efter en operation.

Alle hold er 1 gang pr. uge

Hoftehold

Skulderhold

Rygghold

Knæhold

Hold for brystopererede

Ai-chihold

Pris: 280 kr. for 8 gange 30 min.

Gravidhold

Pris: 300 kr. for 6 gange 30 min.

Træningen varetages primært af fysioterapeuter.

Betaling pr. faktura som sendes til E-boks
Ingen tilbagebetaling, hvis du fortryder tilmelding.

Parkering

Muligt i parkeringskælder, tast selv reg. Nr. på tablet, der findes på gangen mod bassinet. Parkering gælder 2 timer.

Kontakt

Bassinkontoret 87134570

Mandag – fredag kl. 9.00 – 10.00