

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
- Menstruation eller udflåd
- Svær hjertelidelse
- Dårligt fungerende colostomi
- Dårligt reguleret: blodtryk, epilepsi eller sukkersyge.

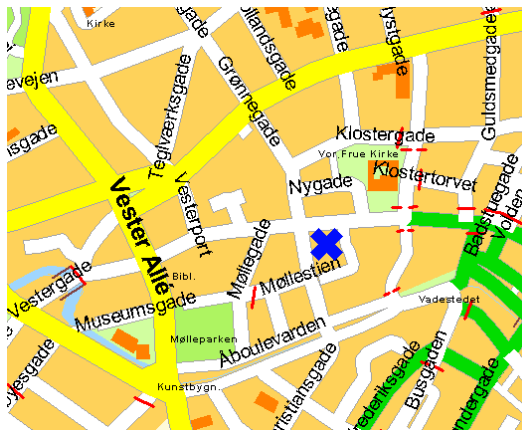
Er du i tvivl, om du kan overholde kriterierne, skal du undersøge dette via egen læge.

Møllestiens Café

Hverdage: kl. 9.30 - 15

Onsdage: kl. 9.30 - 15 og 17-19

Lørdag/søndag kl. 11.30 - 14.00



Varmtvandsbassinet August 2019

Varmtvandsbassinet ved Møllestien

Generel information



Område Midt

Møllestien

Grønnegade 10

8000 Aarhus C

Bassinkontor 87134570



Aarhus kommune
Magistratsafdelingen
for Sundhed og omsorg

Praktiske oplysninger

Varmtvandsbassinet hører under Magistrats afdelingen for Sundhed og Omsorg og ligger placeret ved Møllestien i Område 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 andre bassintilbud).

Efter kl. 17.00 er bassinet udlånt til diverse organisationer (se blå 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. giro eller ved træk i pensionen

30 kr. pr. gang

35 kr. pr. gang m. gymnastik

Ønsker du at stoppe, tilbagebetales beløbet for de resterende gange til din NemKonto.

Ved akut lukning refunderes beløbet **ikke**.

Tilmelding

Bassinkontoret 87134570

Mandag – fredag kl. 9.00 – 9.30

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: 400 kr. for 8 gange 30 min.

Betaling pr. giro eller træk i pensionen

Træningen varetages primært af fysioterapeuter.

Ring og hør nærmere.

87134569

Bindende tilmelding hos fysioterapeuterne

Man og onsdag kl. 10.00 – 11.00

Parkering

Kun muligt i parkeringskælder, med parkeringskort der kan rekvireres på bassinkontoret.

Pladser kan dog **ikke** garanteres.