

Dans les piscines de l'agglomération, je nage propre

Les bons réflexes à adopter avant de se baigner

Je reporte ma venue si j'ai des verrues,
une plaie, une infection, un rhume...

Attention,
les caleçons
de bain
ne sont pas
autorisés

Etape 1

je passe aux
vestiaires pour
me déshabiller,
quitter mes
chaussures et
mettre mon
maillot de bain



Etape 2

je me mouche
et je me démaquille



Etape 3

je passe aux toilettes



Etape 6

je me rince les DEUX pieds
dans le pédiluve



Etape 5

je mets mon bonnet de bain



Etape 4

je passe sous la douche
et je me savonne tout le corps
et aussi les cheveux



Dans les piscines de l'agglomération, je nage propre

Les 3 piscines de l'agglomération d'Annecy (Jean Régis, Ile bleue, Marquisats) accueillent en moyenne chaque année 680 000 visiteurs.

Afin d'éviter le développement d'éventuelles pollutions ou contaminations, des produits désinfectants comme le chlore sont utilisés.

Mais nager dans une eau propre relève aussi de la responsabilité des nageurs qui peuvent vite devenir "pollueurs" s'ils ne respectent pas les règles d'hygiène... Or une eau "polluée" (par du maquillage, de la sueur, des peaux mortes, du gel dans les cheveux, de l'urine, de la salive, des microbes, etc...) entraîne une consommation plus importante de chlore et d'eau et donc plus d'effets nocifs pour les yeux, les oreilles, le nez, la peau...

Pour votre santé et pour un meilleur respect de l'environnement, veillez à adopter de bons réflexes en matière d'hygiène.

Etape 1

Quitter ses chaussures, passer aux vestiaires pour se déshabiller et mettre un maillot de bain propre (slip de bain pour les garçons)

Etape 2

Se moucher (il est d'ailleurs déconseillé de se baigner quand on est enrhumé) et se démaquiller (certains maquillages résistent à l'eau mais pas au chlore qui les dissout)

Etape 3

Passer aux toilettes : l'eau exerce en effet une pression sur la paroi abdominale qui provoque des petites pertes d'urine involontaires...

Etape 4

Passer sous la douche et se savonner : on élimine ainsi la grande majorité des germes cutanés ainsi que la sueur.

Etape 5

Porter un bonnet de bain : cela évite de retrouver des cheveux mais aussi des résidus de laque ou de gel dans l'eau

Etape 6

Se rincer les 2 pieds dans le pédiluve afin d'éliminer les derniers microbes

Piscine Jean Régis

90 chemin des Fins
74000 ANNECY

Tél. 04 50 57 56 02

Piscine l'Ile Bleue

10 avenue Jean-Clerc
7460 SEYNOD

Tél. 04 50 69 17 03

Piscine des Marquisats

29 rue des Marquisats
74000 ANNECY

Tél. 04 50 23 65 40