

**POURQUOI INSTAURER UNE ZONE DE DÉCHAUSSAGE ?**

Dans les piscines, les cabines constituent habituellement un espace dans lequel les utilisateurs sont alternativement chaussés et pieds nus. Au contact de l’eau, les matières apportées sous nos chaussures créent des salissures au sol. Malgré tous les efforts du personnel, il est difficile de maintenir les vestiaires dans un état de propreté irréprochable. En nous déchaussant dans une zone dédiée, nous accédons à l’espace vestiaires pieds nus et nous contribuons à une meilleure hygiène de cette zone.

Pour des vestiaires plus propres, je me déchausse avant d'entrer le vestiaire.

**POURQUOI LA DOUCHE SAVONNÉE EST-ELLE OBLIGATOIRE ?**

L’eau des bassins est chlorée pour être désinfectée et désinfectante. Le chlore réagit avec les matières apportées involontairement par les baigneurs (transpiration, peaux sèches, sébum …) et avec les produits cosmétiques. Cette réaction produit les chloramines, responsables de l’odeur irritante caractéristique des piscines.

La douche savonnée constitue le principal moyen de limiter la formation de ces chloramines et contribue ainsi au confort de chacun. Elle est donc obligatoire, même si nous nous sommes déjà douchés à la maison.

**POURQUOI LE PORT DU BONNET EST-IL OBLIGATOIRE ?**

**Tenir vos cheveux pour mieux nager**

Accessoire indispensable du nageur, le bonnet de bain sert aussi à maintenir les cheveux pour mieux nager. Fini les cheveux qui vous gênent lorsque vous faites vos longueurs et fini les mèches de cheveux qui se coincent dans vos lunettes !

Pour un confort optimal, choisissez un bonnet de bain adapté à votre longueur de cheveux. Pour les nageurs aux cheveux longs ;

 Le port du bonnet de bain est une mesure d’hygiène et a deux utilités principales :

* Il [**préserve les cheveux**](https://www.guide-piscine.fr/pratiquer-la-natation/se-proteger-dans-l-eau/proteger-peau-cheveux-chlore-piscine-allergie-bonnet-bain-444_A) des agressions du chlore et des bactéries présentes dans l’eau.
* Il évite les bouchons de filtres dus aux pertes de cheveux, et facilite ainsi le traitement de l’eau de la piscine.

Les enfants comme les adultes doivent porter un bonnet de bain. Il existe [**différents bonnets de bain**](https://www.guide-piscine.fr/s-entrainer-et-progresser/accessoires-natation/bonnet-bain-natation-piscine-silicone-latex-tissu-maille-gaufre-436_A) (silicone, tissu, maille, etc.), qui peuvent correspondre aux goûts et aux couleurs de chacun, en particulier pour les enfants.

**Quel bonnet de bain pour votre enfant ?**

Les bonnets de bain pour enfant sont souvent colorés et avec des motifs fantaisistes. Vous trouverez peut-être un bonnet de bain avec l’image du héros préféré de votre enfant : cela l’encouragera à porter son bonnet à chaque séance piscine. Couleurs, formes, matières : les enfants ont le choix pour leur bonnet de bain. Il suffit de feuilleter la catégorie « enfant » des catalogues des marques pour le constater.

D’autre part, la taille du bonnet de bain doit être adaptée à la tête de l’enfant. Essayez le bonnet de bain avec votre enfant : l’idéal est qu’il sache l’enfiler seul, surtout s’il va à [**la piscine avec l’école**](https://www.guide-piscine.fr/nageur-debutant/apprendre-a-nager/piscine-natation-scolaire-apprendre-a-nager-ecole-422_A). Si l’enfant ne peut pas essayer le bonnet de bain, choisissez une taille standard « enfant » ou « junior », sauf si votre enfant a déjà besoin d’une taille adulte (cheveux volumineux…). Vous pouvez mesurer le tour de tête de votre enfant pour être sûr.

Il existe aussi des **bonnets de bain pour bébé** qui couvrent bien les oreilles.

**Pour choisir un bonnet de bain enfant, vérifiez ces 3 critères principaux : la taille du bonnet de bain, la matière, et bien sûr les motifs ou couleurs.**

**POURQUOI INTERDIRE DE LAISSER DES AFFAIRES AU SOL ?**

Encore et toujours, l’hygiène !!

Les vestiairistes peuvent nettoyer la zone plus régulièrement. Ainsi le sol où les enfants mettent leur serviette pour se sécher, sera beaucoup plus propre.

Souhaiteriez-vous vous essuyer avec une serviette qui a trainé par terre ?