Правила посещения соляной пещеры «СНЕГ»

Общие положения:

1. Предварительная запись обязательна!
2. Сеансы длятся по 40 минут, начало каждый час.
3. На сеанс необходимо приходить за 10-15 минут, чтобы успеть снять верхнюю одежду и переодеть себя и (или) ребенка.
4. Дети до 8 лет посещают пещеру только в сопровождении взрослого.

Так как в процессе пребывания на сеансе в соляной пещере могут появиться выделения из носа, рекомендуется иметь с собой носовой платок или салфетки.

Первое (пробное) посещение для одного взрослого и не более двух детей, а также для пенсионеров - бесплатно.

*При посещении более чем одного взрослого (за исключением пенсионеров) оплата 19 рублей за каждого.

*В один час не более одного взрослого и двух детей бесплатно!

Посетитель должен:

1. Воздержаться от приема пищи, питья, физических нагрузок и курения в течении 30 минут после сеанса.
2. Заблаговременно посетить туалет.
3. Ознакомиться с информацией о противопоказаниях и о возможном наступлении периода «соляного обострения».
4. После завершения сеанса убрать игрушки, которыми играл Ваш ребенок.
5. Следить за ребенком во время сеанса.
6. Соблюдать правила поведения на сеансах.

Посетителю ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Нарушать микроклимат открыванием двери во время сеанса. Можно только в случае необходимости (туалет или если ребенку попала соль в глаза).
2. Двигать и переносить шезлонги. Вставать на них ногами. Сидеть на шезлонгах более чем одному человеку, для детей предусмотрены стульчики в детской зоне.
3. Воздействовать на соляное покрытие стен.
4. Заносить в пещеру еду, напитки, сумки.
5. Кидаться солью.
6. Пользоваться мобильным телефоном и другими девайсами не запрещено, но только в беззвучном режиме.

Противопоказания:

*наличие любого заболевания, в том числе хронического, в стадии обострения (например ГРИПП, ОРВИ);

*онкология (только с разрешения лечащего врача);

* туберкулез (открытая и закрытая формы);

* артериальная гипертензия 2 (только с разрешения лечащего врача) и 3 степени;

* эмфизема, пневмосклероз;

* сердечная недостаточность в тяжелой степени;

* гнойные процессы любой локализации;

* острые и хронические заболевания почек;

* детям до 1,5 лет;

*период обострения заболеваний крови;

* психические расстройства, все формы наркомании, токсикомании, алкоголизм;

* индивидуальная непереносимость процедуры;

* клаустрофобия;

*в период токсикоза при беременности (беременным перед посещением лучше проконсультироваться с врачом-гинекологом).

«Соляное обострение»

Грубо говоря- это «чистка организма». Обычно возникает с 3 по 5 посещение. В этот период может:

*начаться кашель с отхождением мокроты (чаще после сна; мокрота как слюна, но более густая.),

*потечь сопли,

* возможен разовый подъем температуры до 37,5 градусов.

Это является нормой при прохождении курса, прерывать его нельзя, иначе вся «лишняя» слизь останется в дыхательных путях!

Все это сугубо индивидуально.

Одежда

Входить в пещеру в верхней одежде запрещено. Для процедур рекомендованы х/б вещи светлых оттенков – это обусловлено тем, что соляной аэрозоль способен оставлять на поверхности одежды белые следы. Хотя они легко удаляются, лучше подстраховаться и не надевать темные вещи. Шапочки и халаты не выдаются – они будут препятствовать проникновению солевых частиц в кожные покровы. На сеансы желательно ходить в более открытой одежде- майка и шорты, чем больше открытых участков тела, тем лучше.

Обувь

Для входа в соляную пещеру необходимо иметь сменные носки или медицинские бахилы.

В соляную пещеру можно только в носках! Босыми ногами и в обуви –нельзя!