



ZENTROA ERABILTZEKO ARAUAK

- Maskara nahitaez erabili behar da zentroan zauden bitartean
- Eskuak desinfektatu behar dira zentrorantz sartu aurretik (sarreran egongo diren gelekina)
- Gelak ondo aireztatuta eduki behar dira erabilaldi bakoitzaren aurretik eta ondoren
- Ez erabili komunak beharrezkoa izan ezean (erabiltzen direnean, enplegatuei abisatu beti, ondoren desinfektatzeko)
- Yogako ikastaroan, nahitaez erabili behar dira norberaren esterilla eta eskuoihala.
- Ez geratu espazio komunean, ez erabili eta ez ukitu inolako objekturik, eta egon seinalatutako lekuan
- Erabilitako bakoitzean desinfektatu behar dira objektu komunak, hala nola lisaburdina, josteko makina...
- Zentroak ez du erabilera komuneko materialik emango; erabiltzaile bakoitzak eraman behar du bere materiala, eta ezingo da parte-hartzaileen artean konpartitu.
- Sintomarik baduzu edo positiboren batekin kontaktuan egon bazara, abisatu enplegatuei eta ez joan zentrorantz
- Erabili zentroa modu arduratsuan, jarduerekin soseguz gozatzeko, giro atsegin eta lasai batean.

NORMAS DE USO DEL CENTRO

- Uso obligatorio de mascarilla durante toda la estancia en el centro
- Desinfección de manos (con los geles que estarán a la entrada) antes del acceso al centro
- Mantener las aulas bien ventiladas, antes y después de cada uso
- No usar los baños, salvo necesidad (avisar siempre al personal cuando se utilicen para su posterior desinfección)
- En el curso de Yoga uso obligatorio de su propia esterilla y toalla
- No permanecer en los espacios comunes, no usar ni tocar ningún objeto y permanecer en el sitio designado
- Desinfección después de cada uso de los objetos comunes tales como plancha, máquina de coser...
- El centro no proporcionará ningún material de uso común, cada usuario deberá llevar su propio material y tampoco se podrá compartir entre los participantes
- Si se tienen síntomas o se ha estado en contacto con algún positivo, avisar al personal y no acudir al centro
- Hacer un uso responsable del centro, para disfrutar de las actividades con tranquilidad, en un ambiente amable y relajado