

## **REGOLAMENTO**

### **Informativa per l'uso della Grotta Giusti ed effetti fisiologici dell'acqua termale.**

Lo staff della Grotta Giusti è lieta di informarla degli aspetti fisiologici e medici che sono inerenti all'immersione.

La preghiamo pertanto di leggere con attenzione la presente informativa.

Grotta Giusti informa che nel corso dell'immersione termale si possono verificare alcuni effetti indesiderati ed imprevisti caratterizzati da malessere locale o generale, solitamente transitori e di spontanea risoluzione, che non si possono prevedere in alcun modo.

In particolare, gli effetti provocati dalla vasodilatazione indotta dal calore possono indurre episodi di tachicardia, ipotensione e collasso.

Nelle affezioni ORL si possono manifestare: faringodinia, disfonia, rinorrea, iperemia delle mucose e dolorabilità dei seni paranasali, tosse e modesta congestione. Spesso la presenza di sola tosse e l'aumento dell'espettorato sono normali indici delle attività mucolitica e di mobilitazione delle secrezioni proprie della terapia inalatoria.

Se il malessere dovesse persistere per più di 2 giorni è bene consultare un medico.

Tuttavia, ove dovesse verificarsi uno qualsiasi dei predetti sintomi è necessario avvertire immediatamente lo staff di Grotta Giusti.

Per accedere e recedere dalla Grotta, data la possibile presenza di umidità sul pavimento, si prega di sorreggersi agli appositi sostegni della passerella e di prestare la massima cautela durante l'uso delle scale di discesa in acqua.

### **Accesso alla Grotta Giusti e condizioni generali di vendita.**

Il pagamento della quota di immersione comporta l'accettazione di ogni norma di questo regolamento e vale per l'accesso alla Grotta Giusti in un singolo turno d'ingresso. La direzione si riserva il diritto di non consentire l'accesso all'impianto a persone non gradite, in stato di alterazione psico-fisica o a coloro che hanno in precedenza violato le norme del presente regolamento.

I minori di anni 18 sono ammessi solo se accompagnati da un genitore/tutore o in alternativa in possesso di un permesso firmato da un genitore/tutore con allegata la copia della carta d'identità del firmatario del permesso.

L'immersione è consentita solamente alle persone munite di brevetto di primo livello per immersioni con auto respiratore ad aria, previa partecipazione alla lezione/briefing pre-immersione della durata di un'ora circa.

Per garantire il regolare svolgimento dell'immersione e comunque per motivi di sicurezza, lo staff si riserva, a proprio insindacabile giudizio, la facoltà di apportare cambiamenti ai programmi concordati e prenotati dagli utenti con variazione degli orari e dei giorni d'ingresso, nonché quella di interromperne l'esecuzione o anche annullare le attività stesse.

In nessun caso Grotta Giusti risponde di danni ulteriori (quali spese di viaggio o di soggiorno, ecc.) che siano conseguenti alla mancata erogazione del servizio e alla fruizione delle attività previste.

Non sarà consentito l'accesso alla Grotta Giusti a coloro che presentino ferite, lesioni cutanee o fasciature con cerotti e bendaggi.

Coloro che siano affetti da patologie che comportino un rischio nella fruizione della Grotta sono invitati, a tutela della propria ed altrui incolumità, a comunicare allo staff in servizio, prima dell'entrata in acqua, il proprio stato patologico.

### **Divieti**

La direzione avverte che sono espressamente vietati all'interno della grotta e dei locali antistanti i seguenti comportamenti:

- 1) fumare, consumare cibo e/o bevande negli spogliatoi, nei servizi, nelle docce e nella Grotta;
- 2) introdurre cani o altri animali;
- 3) schiamazzare, rincorrersi o comunque recare in qualsiasi modo molestie ai clienti, provocare situazioni di pericolo per sé o per altri, avere comportamenti contrari alla decenza;
- 4) introdurre nella Grotta oggetti di qualunque specie, che non siano strettamente legati all'attività dell'immersione ed in particolare oggetti di vetro;
- 5) portare in immersione macchine fotografiche di qualunque genere, ivi comprese le *actioncam*;
- 6) eseguire tuffi;
- 7) immergersi se una o più parti del corpo sono cosparse di oli, creme e sostanze similari;
- 8) urinare nelle acque della grotta;
- 9) non indossare o rimuovere anzitempo il casco protettivo fornito dallo staff di Grotta Giusti.

### **Spogliatoi e armadietti**

I clienti devono svestirsi e rivestirsi negli spogliatoi.

In ciascuna cabina degli spogliatoi è ammessa la presenza di una sola persona per volta, con la sola eccezione di bambini/e accompagnati.

E' vietato trattenersi negli spogliatoi oltre i normali tempi di vestizione ed asciugatura dei capelli.

Tutti gli effetti personali e gli indumenti vanno depositati nell'area spogliatoi, che non è soggetta a custodia.

**E' fatto divieto in ogni caso di utilizzare gli spogliatoi come deposito di denaro, oggetti preziosi e beni di qualunque natura e specie di valore complessivo superiore ad € 100,00; per la custodia di tali beni l'utilizzatore è obbligato a rivolgersi alla direzione dell'Hotel Grotta Giusti, che provvederà a tenerli in custodia.**

Lo Staff di Grotta Giusti è esonerato da qualsiasi responsabilità derivante da un uso dello spogliatoio difforme da quello sopra precisato.

### **Immersioni**

**Alla Grotta si accede solo con calzari/ciabatte/infradito di gomma, prestando la massima attenzione all'umidità presente sul pavimento e sorreggendosi agli appositi sostegni.**

Le immersioni subacquee sono consentite solamente nel pieno rispetto di tutte le norme previste nel presente regolamento ed esplicate nella lezione/briefing pre-immersione, da ritenersi parte integrante del presente regolamento. Alla violazione di una delle predette norme di comportamento, consegue l'immediata e insindacabile esclusione dalle attività di Grotta Giusti. La direzione si riserva il diritto di impedire l'ingresso all'impianto a coloro che hanno violato in precedenza le norme di comportamento.

Per poter partecipare alle attività in grotta **è obbligatorio presenziare alla lezione/briefing iniziale**, durante il quale verranno esplicate le norme di comportamento e di sicurezza.

**L'immersione in autonomia ovvero senza istruttore/guida non è mai consentita.**

È obbligatoria la conoscenza dei segnali internazionali utilizzati in immersione, che vengono ricordati nella lezione/briefing pre-immersione.

Salvo diversa indicazione resa nella lezione/briefing, l'immersione e l'emersione dei subacquei dovrà sempre avvenire in modo contemporaneo per il gruppo, anche nell'ipotesi di interruzione della medesima prima del tempo stabilito.

All'entrata in acqua il subacqueo dovrà attendere l'istruttore e il gruppo in superficie sino al segnale di inizio discesa, comunicato dall'istruttore/guida individuata nella lezione/briefing.

Indipendentemente dal brevetto esibito e/o dalla qualifica dedotta, lo staff si riserva il diritto di richiedere al subacqueo di svolgere, nei primi minuti dell'immersione, alcuni esercizi di ambientamento ed adattamento alle peculiari caratteristiche della Grotta, salva la possibilità, all'esito di tale verifica, di interrompere definitivamente l'immersione.

I partecipanti al corso SPA DIVER (minimo due immersioni) devono essere in possesso, ed esibire a richiesta, un certificato medico in corso di validità che abiliti all'esercizio dell'attività sportiva di tipo non agonistico.

Ogni subacqueo deve avere un proprio computer da immersione (con calcolo dei tempi di non decompressione), la cui profondità ed il tempo di permanenza sul fondo possono essere controllati all'uscita dal personale di sorveglianza.

Tutte le attrezzature necessarie allo svolgimento dell'attività subacquea sono comprese nel prezzo dell'immersione, con la sola eccezione della maschera, del computer e dei calzari.

**E' obbligatorio indossare il casco protettivo fornito dallo staff di Grotta Giusti, che potrà essere dismesso solamente al momento della riconsegna dell'attrezzatura allo staff.**

Il subacqueo che riceve in comodato l'attrezzatura è tenuto alla restituzione nel medesimo stato in cui l'ha ricevuta; in caso di perdita distruzione e/o danneggiamento dell'attrezzatura usata, il subacqueo è obbligato a corrispondere una somma di denaro necessaria per l'acquisto dell'attrezzatura persa e/o distrutta e/o per la riparazione di quella danneggiata.

Lo staff di Grotta Giusti avverte che l'introduzione in immersione di macchine fotografiche di qualunque genere, ivi comprese le *actioncam* (quali go-pro e similari), non è consentita, di talchè la Direzione non risponderà di eventuali perdite o danneggiamenti, ivi inclusi quelli derivanti da allagamenti, urti o abrasioni.

Tutti i subacquei sono obbligati a rispettare il sistema di gruppo guidato, spiegato e illustrato nella lezione/briefing, per tutta la durata dell'immersione e a mantenersi ad una distanza idonea a prestare tempestivo soccorso agli altri componenti del gruppo.

Ogni subacqueo può immergersi non oltre la profondità massima ed entro i limiti del proprio brevetto, ma in ogni caso non oltre il limite indicato dall'istruttore/guida nella lezione/briefing pre immersione.

Per i minori di 15 anni la profondità massima consentita è di 12 metri; indipendentemente dal limite del proprio brevetto, ed è altresì obbligatorio, in immersione, l'accompagnamento di un genitore, di un tutore o di una persona da queste delegata.

Tutte le immersioni devono essere programmate in maniera da rimanere entro la curva di sicurezza.

Non sono consentite immersioni con tappe di decompressione.

La velocità di risalita deve essere contenuta entro il limite di 10 metri/minuto.

Il subacqueo giunto in risalita ad una profondità di 5 metri deve effettuare una sosta di sicurezza compresa tra 3 e 5 minuti.

In ogni caso durante la risalita dovranno essere rispettate le indicazioni e la velocità di risalita indicate dall'istruttore/guida e dal proprio computer.

## AVVERTENZE

L'attività di sommozzatore con uso di bombole se non svolta secondo gli standard delle agenzie didattiche, e quelle della buona tecnica subacquea previsti dalle norme UNI, comporta rischi alla propria salute.

Ogni superamento di quota oltre i limiti concessi dal proprio brevetto può comportare pericoli anche molto gravi alla propria salute.

Controllare sempre, alla fine dell'immersione, il periodo di no-fly, nel caso dobbiate prendere l'aereo o andare in auto verso dei passi montani.

Prima delle immersioni è vietato bere alcolici, fumare o assumere sostanze psicotrope.

Grotta Giusti informa inoltre che ove si verifichi a contrario una delle condizioni psico-fisiche di seguito indicate dalle lettere da "A" ad "H", ovvero il soggetto abbia o sia affetto da infezioni, patologie, malattie, interventi, situazioni e/o stati descritti di seguito, l'immersione è pericolosa per la salute e nelle ipotesi più gravi potrebbe essere addirittura letale.

Nei predetti casi l'immersione è fortemente sconsigliata se non preceduta da specifico certificato medico in corso di validità.

L'immersione è quindi consentita esclusivamente se il subacqueo:

A. È in buone condizioni fisiche e mentali, è in grado di nuotare autonomamente ed è a proprio agio in acqua profonda.

B. In questo momento non risulta raffreddato, costipato o con infezioni alle orecchie e, pertanto, risulta in grado di svolgere senza impedimenti la manovra della compensazione.

C. Non ha avuto neanche in passato problemi di: asma, enfisema tubercolosi, di malattie respiratorie o qualsiasi altra forma di infezione e/o malattia polmonare o bronchiale, di malattie o interventi alle orecchie, infezioni o problemi di altro genere ai seni frontali.

D. Non ha ingerito prima dell'immersione alimenti che sconsiglino l'entrata in acqua e non ha assunto sostanze alcoliche o intossicanti, farmaceutiche o psicotrope o comunque medicinali.

E. Non ha subito interventi chirurgici al cuore, ai polmoni, alla schiena o alla colonna vertebrale e comunque nell'ultimo anno non ha subito alcun tipo di intervento chirurgico.

F. Non si trova in una delle seguenti condizioni e/o stati patologici: diabetico, in stato di gravidanza, assunzione regolare di medicinali, tabagismo, alto livello di colesterolo, malattie o dolori alla schiena o ernie.

G. Non ha una anamnesi familiare e personale che include attacchi di cuore/infarti o di malattie cardiache, ipertensione, emorragie o alterazione della coagulazione.

H. Non soffre di disturbi comportamentali, di claustrofobia, agorafobia, epilessia, ansia e attacchi di panico, perdita di sensi o svenimento, labirintite, disturbi del sistema nervoso.

In caso contrario, il subacqueo deve darne comunicazione allo staff di Grotta Giusti.

La falsa o inesatta informazione resa dal subacqueo, nonché l'omissione delle informazioni richieste circa la propria anamnesi e il proprio stato psico-fisico, potrebbero esporre a gravi rischi la salute del soggetto partecipante e degli altri componenti del gruppo.

Grotta Giusti informa, inoltre, che durante l'immersione il subacqueo si espone a rischi legati alla compressione e decompressione dell'organismo.

Con la compressione ci possono essere delle difficoltà a compensare l'aumentata pressione esterna nelle orecchie, nei seni paranasali, nei denti e nei polmoni. Questo può causare dolore, stravasamento di fluidi in questi spazi, perdita d'udito e/o infiammazione auricolari o dei seni paranasali. Di solito questi problemi si risolvono in pochi giorni. Raramente si verificano problemi permanenti, come barotraumi dell'orecchio interno (vertigini e perdita di udito).

Il subacqueo deve riferire immediatamente qualsiasi disagio durante l'immersione all'istruttore/guida responsabile dell'immersione.

**In caso di mancata compensazione da parte del subacqueo l'immersione sarà interrotta fino a quando non avrà la possibilità di compensare, e qualora non fosse più possibile compensare, l'immersione verrà definitivamente interrotta per tutto il gruppo di partecipanti.**

Con la diminuzione della pressione, durante e dopo la decompressione o la risalita dal fondo, possono verificarsi sintomi come dolori articolari, debolezza muscolare, stordimento, paralisi, perdita di udito, alterazioni visive o problemi cerebrali.

Questi problemi fanno parte della cosiddetta Patologia Da Decompressione (PDD).

La PDD può causare danni cerebrali, al midollo spinale, all'orecchio interno, invalidità e morte. I primi sintomi della Patologia Da Decompressione possono essere dolori articolari, eruzioni cutanee o mal di testa.

La PDD è trattata con la ricompressione e l'ossigeno iperbarico. Se il trattamento viene eseguito al più presto dopo la comparsa dei sintomi, questi, di norma, si risolvono completamente. È tuttavia possibile che il recupero non sia completo e possano persistere dolore, debolezza o altri problemi neurologici, anche dopo un trattamento adeguato.

Se i sintomi si presentano durante o dopo l'immersione, deve essere immediatamente avvertita la direzione di Grotta Giusti e la centrale del 118.

La decompressione può, inoltre, provocare lesioni polmonari (Barotrauma Polmonare, con possibile collasso del polmone e pneumotorace).

Questo può richiedere un immediato intervento medico-chirurgico, e/o provocare il passaggio di bolle di gas nelle arterie che irrorano il cuore, cervello o altri organi. Si possono verificare quadri di attacco cardiaco o di ictus cerebrale (per Embolia Gassosa Arteriosa) con possibilità di grave invalidità. Questo è estremamente raro in sub che risalgono respirando correttamente dopo immersioni in acqua o compressioni in camera iperbarica.

Un ulteriore possibile danno a lungo termine è la necrosi ossea disbarica (necrosi asettica), simile all'artrite, a carico delle grandi articolazioni (spalle, anche, ginocchia). Questa condizione può essere dolorosa ed a volte richiede l'impianto chirurgico di protesi artificiali.

Altri rischi associati all'esposizione ad aumento della pressione atmosferica.

L'esposizione ad elevate pressioni parziali di azoto può causare una sensazione di vertigine o di ebbrezza, conosciuta come narcosi da azoto. Questa sensazione non è dolorosa e di solito si risolve immediatamente appena risaliti al di sopra dei 20 m. Esposizione a pressioni parziali di ossigeno più alte del normale possono causare convulsioni.

In caso di gravidanza la partecipazione all'immersione non sarà consentita.

Ci sono prove che indicano una maggiore frequenza di malformazioni fetali in donne esposte a incrementi di pressione durante la gravidanza.