

REGULAMIN KORZYSTANIA Z POKOJU FIZJO I MEDYCZNEGO CENTRUM SPORTOWEGO UNIwersytetu GDAŃSKIEGO (CS UG)

obowiązuje od dnia 1 października 2026 r.

1. Postanowienia ogólne

1. Regulamin określa zasady korzystania z Pokoju Fizjo i Medycznego Centrum Sportowego Uniwersytetu Gdańskiego, zwanego dalej „Pokojem Fizjo i Medycznym”, zlokalizowanego przy ul. Wita Stwosza 47 w Gdańsku, przez pracowników, klientów, gości oraz inne osoby przebywające na jego terenie.
2. Jednostką odpowiedzialną za Pokój Fizjo i Medyczny jest Centrum Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Gdańskiego, zwane dalej „CWFIS”.
3. Dyrektorem CWFIS jest Tomasz Aftański.
4. Pokój Fizjo i Medyczny jest przeznaczony do prowadzenia zabiegów fizjoterapeutycznych, ćwiczeń rehabilitacyjnych oraz działań z zakresu fizykoterapii, z wykorzystaniem wydzielonej przestrzeni do ćwiczeń, rowerka stacjonarnego, drabinek, przyrządów i przyborów do fizjoterapii, dwóch stołów do masażu oraz urządzeń do laseroterapii, magnetoterapii, terapii światłem, ultradźwięków i terapii TECAR.
5. Celem regulaminu jest zapewnienie bezpiecznego, sprawnego i zgodnego z przeznaczeniem użytkowania Pokoju Fizjo i Medycznego, ochrona zdrowia i życia osób w nim przebywających oraz ochrona mienia.
6. Wejście do Pokoju Fizjo i Medycznego oznacza akceptację niniejszego regulaminu oraz obowiązek stosowania się do poleceń fizjoterapeutów, personelu medycznego, prowadzących oraz obsługi CWFIS.

2. Zasady korzystania z Pokoju Fizjo i Medycznego

1. Z Pokoju Fizjo i Medycznego można korzystać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, obowiązującym harmonogramem, rezerwacją oraz zasadami bezpieczeństwa.
2. Zabiegi fizjoterapeutyczne, ćwiczenia rehabilitacyjne i korzystanie z urządzeń odbywają się w godzinach 6:30–22:00, zgodnie z harmonogramem, rezerwacją lub odrębną decyzją CWFIS.

3. W Pokoju Fizjo i Medycznym obowiązuje czysty, odpowiedni do rodzaju wykonywanych ćwiczeń lub zabiegów strój oraz obuwie zmienne. W wydzielonej przestrzeni rehabilitacyjnej dopuszcza się ćwiczenie bez obuwia, jeżeli prowadzący tak zdecyduje.
4. Rzeczy osobiste należy pozostawić w szatni albo w innym miejscu wskazanym przez obsługę. Zabrania się pozostawiania przedmiotów w przejściach, przy stołach do masażu, przy urządzeniach oraz w wydzielonej przestrzeni rehabilitacyjnej.
5. Dzieci i osoby wymagające opieki mogą przebywać w Pokoju Fizjo i Medycznym wyłącznie pod nadzorem osoby dorosłej lub uprawnionego opiekuna, jeżeli charakter zabiegu lub ćwiczeń na to pozwala.
6. Osoby korzystające z Pokoju Fizjo i Medycznego są zobowiązane do zachowania porządku, poszanowania mienia oraz niezakłócania zabiegów i ćwiczeń innych osób.

3. Zdrowie i bezpieczeństwo

1. Każda osoba korzystająca z Pokoju Fizjo i Medycznego jest zobowiązana dostosować rodzaj i intensywność ćwiczeń do swojego stanu zdrowia, kondycji, możliwości i samopoczucia, zgodnie z zaleceniami fizjoterapeuty lub personelu medycznego.
2. Osoby z chorobami przewlekłymi, urazami, dolegliwościami układu krążenia, ciążą, wszczepionymi urządzeniami medycznymi lub innymi okolicznościami mogącymi wpływać na bezpieczeństwo zabiegów lub ćwiczeń powinny przed ich rozpoczęciem poinformować fizjoterapeutę lub personel medyczny.
3. Przed rozpoczęciem ćwiczeń rehabilitacyjnych należy wykonać zaleconą rozgrzewkę, a intensywność wysiłku i zakres ćwiczeń zwiększać stopniowo.
4. W przypadku bólu, duszności, zawrotów głowy, nudności, osłabienia lub innych niepokojących objawów należy natychmiast przerwać ćwiczenia lub zabieg i poinformować fizjoterapeutę albo personel medyczny.
5. Zabrania się korzystania z Pokoju Fizjo i Medycznego osobom znajdującym się pod wpływem alkoholu, środków odurzających lub innych substancji ograniczających sprawność psychofizyczną.
6. Wszelkie zauważone usterki, uszkodzenia sprzętu, stołów do masażu, przewodów, aplikatorów lub urządzeń fizykoterapeutycznych, a także wypadki i zagrożenia należy niezwłocznie zgłosić fizjoterapeucie, personelowi medycznemu lub obsłudze CWFIS. Uszkodzonego sprzętu nie wolno używać ani samodzielnie naprawiać.
7. Zabrania się blokowania dróg ewakuacyjnych, wyjść awaryjnych oraz dostępu do gaśnic, hydrantów, apteczek, wyłączników prądu i innych urządzeń bezpieczeństwa.

4. Higiena i porządek

1. Podczas korzystania z Pokoju Fizjo i Medycznego należy przestrzegać zasad higieny osobistej oraz stosować czysty ręcznik lub inne środki higieniczne wymagane podczas zabiegów i ćwiczeń.
2. Po zakończeniu zabiegu lub ćwiczeń użytkownik albo osoba prowadząca jest zobowiązana do oczyszczenia i, jeżeli jest to wymagane, dezynfekcji sprzętu,

przyborów, stołu do masażu oraz innych powierzchni, z którymi miał kontakt użytkownik.

3. Do Pokoju Fizjo i Medycznego można wносить wyłącznie napoje w zamykanych, nietłukących się pojemnikach. Zabrania się spożywania posiłków oraz używania naczyń szklanych w strefie zabiegowej i rehabilitacyjnej.
4. Rozlane płyny należy niezwłocznie usunąć lub zgłosić obsłudze ze względu na ryzyko poślizgnięcia i zanieczyszczenia sprzętu.
5. Po zakończeniu ćwiczeń wszystkie przyrządy i przybory należy odłożyć w wyznaczone miejsce, a stanowisko zabiegowe pozostawić w stanie uporządkowanym.
6. Zabrania się palenia tytoniu, używania papierosów elektronicznych oraz pozostawiania odpadów.

5. Ćwiczenia rehabilitacyjne

1. Ćwiczenia rehabilitacyjne odbywają się w wydzielonej przestrzeni Pokoju Fizjo i Medycznego, pod nadzorem fizjoterapeuty lub innej uprawnionej osoby i zgodnie z jego poleceniami.
2. Rower stacjonarny, drabinki, przyrządy i przybory do fizjoterapii należy wykorzystywać wyłącznie zgodnie z ich przeznaczeniem oraz po sprawdzeniu ich stanu technicznego.
3. Ćwiczenia należy wykonywać w sposób kontrolowany, z zachowaniem bezpiecznej przestrzeni wokół stanowiska oraz z uwzględnieniem zaleceń fizjoterapeuty.
4. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy zgłosić prowadzącemu wszelkie dolegliwości, ból lub ograniczenia ruchowe, które mogą mieć wpływ na bezpieczeństwo ćwiczeń.
5. Zabrania się samowolnej zmiany programu ćwiczeń, zwiększania obciążenia lub wykonywania ćwiczeń bez uzgodnienia z prowadzącym, jeżeli mogłoby to wpłynąć na bezpieczeństwo lub efekt rehabilitacji.
6. Po zakończeniu ćwiczeń sprzęt i przybory należy pozostawić w stanie uporządkowanym, a używane powierzchnie oczyścić zgodnie z obowiązującymi zasadami.

6. Stoły do masażu

1. Z dwóch stołów do masażu można korzystać wyłącznie pod nadzorem lub za zgodą fizjoterapeuty albo uprawnionego personelu.
2. Przed każdym użyciem należy sprawdzić stabilność stołu, jego powierzchnię, elementy regulacyjne i zabezpieczenia. W przypadku zauważenia uszkodzenia nie wolno rozpoczynać zabiegu.
3. Na stole do masażu należy przyjmować pozycję wskazaną przez prowadzącego i stosować się do jego poleceń dotyczących ułożenia ciała oraz zabezpieczenia pacjenta.
4. Zabrania się siadania, stawiania lub opierania się o ruchome elementy stołu w sposób niezgodny z jego przeznaczeniem.

5. Po zakończeniu zabiegu stół należy pozostawić w bezpiecznym położeniu, a powierzchnie i wyposażenie wykorzystane podczas zabiegu oczyścić lub zdezynfekować zgodnie z zasadami obowiązującymi w Pokoju.
6. Nie wolno pozostawiać na stołach do masażu ani w ich bezpośrednim otoczeniu przedmiotów mogących ograniczać bezpieczne korzystanie ze stanowiska.

7. Sprzęt rehabilitacyjny i wyposażenie

1. Rower stacjonarny, drabinki, przyrządy i przybory do fizjoterapii należy przed użyciem sprawdzić i wykorzystywać wyłącznie zgodnie z ich przeznaczeniem.
2. Sprzęt rehabilitacyjny należy ustawić w wyznaczonej przestrzeni, z zachowaniem wolnego miejsca umożliwiającego bezpieczne wykonywanie ćwiczeń.
3. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy sprawdzić stabilność i stan techniczny sprzętu. Sprzętu uszkodzonego nie wolno używać.
4. Obciążenie, zakres ruchu i trudność ćwiczeń należy dostosować do zaleceń fizjoterapeuty oraz możliwości osoby ćwiczącej.
5. Zabrania się samowolnej zmiany ustawień sprzętu, zwiększania obciążenia lub wykonywania ćwiczeń bez uzgodnienia z prowadzącym, jeżeli mogłoby to wpłynąć na bezpieczeństwo.
6. Po zakończeniu ćwiczeń sprzęt i przybory należy oczyścić lub zdezynfekować zgodnie z obowiązującymi zasadami oraz odłożyć w wyznaczone miejsce.
7. Nie wolno pozostawiać sprzętu, przyborów ani innych przedmiotów w przejściach lub w strefie umożliwiającej swobodne poruszanie się.

8. Urządzenia fizykoterapeutyczne

1. Laser, pole magnetyczne, lampy terapeutyczne, ultradźwięki i TECAR mogą być obsługiwane wyłącznie przez uprawniony personel, zgodnie z instrukcją producenta i zaleceniami medycznymi.
2. Przed rozpoczęciem zabiegu należy sprawdzić stan urządzenia, przewodów, głowic, aplikatorów i pozostałego wyposażenia. W przypadku uszkodzenia nie wolno go używać.
3. Parametry zabiegu ustala fizjoterapeuta lub uprawniony personel. Osoba korzystająca nie może samodzielnie zmieniać ustawień urządzenia.
4. W trakcie zabiegu należy pozostawać w pozycji wskazanej przez prowadzącego i nie przemieszczać samodzielnie głowic, aplikatorów ani innych elementów urządzeń.
5. Podczas laseroterapii należy stosować wymagane środki ochrony wzroku oraz przestrzegać zasad dotyczących miejsca i kierunku działania wiązki.
6. W przypadku bólu, pieczenia, nadmiernego nagrzania, zawrotów głowy lub innych niepokojących objawów zabieg należy natychmiast przerwać i poinformować fizjoterapeutę lub personel medyczny.

9. Zasady korzystania z urządzeń fizykoterapeutycznych i utrwalanie wizerunku

1. Z urządzeń do fizykoterapii można korzystać wyłącznie po kwalifikacji do zabiegu oraz zgodnie z poleceniami uprawnionego personelu.
2. Przed zabiegiem należy poinformować prowadzącego o wszelkich chorobach, implantach, wszczepionych urządzeniach medycznych lub innych okolicznościach istotnych dla bezpieczeństwa terapii.
3. Zabrania się samodzielnego uruchamiania, programowania, regulowania i wyłączania urządzeń przez osoby nieuprawnione.
4. Podczas zabiegu należy stosować się do zaleceń personelu oraz nie podejmować działań mogących zakłócić pracę urządzenia lub bezpieczeństwo innych osób.
5. Fotografowanie i nagrywanie innych osób wymagają ich zgody, a podczas zabiegów i ćwiczeń również zgody prowadzącego lub CWFIS.
6. Po zakończeniu zabiegu stanowisko należy uporządkować, a urządzenie wyłączyć i pozostawić w stanie wskazanym przez personel.

10. Ewakuacja i sytuacje awaryjne

1. W przypadku pożaru, alarmu, awarii technicznej, zagrożenia zdrowia lub życia albo innej sytuacji nadzwyczajnej należy natychmiast przerwać ćwiczenia lub zabieg, a urządzenie odłączyć tylko wtedy, gdy można to zrobić bezpiecznie, oraz stosować się do poleceń osób kierujących ewakuacją.
2. Ewakuacja odbywa się najkrótszą dostępną, oznakowaną drogą ewakuacyjną do wyznaczonego miejsca zbiórki.
3. Zabrania się powrotu do Pokoju Fizjo i Medycznego przed uzyskaniem zgody osoby kierującej akcją lub właściwych służb.
4. Po zauważeniu pożaru lub innego bezpośredniego zagrożenia należy niezwłocznie powiadomić obsługę CWFIS oraz w razie potrzeby właściwe służby ratunkowe pod numerem alarmowym 112.

11. Odpowiedzialność za mienie i przestrzeganie regulaminu

1. Wyposażenie Pokoju Fizjo i Medycznego, w tym urządzenia fizykoterapeutyczne, stoły do masażu, sprzęt rehabilitacyjny oraz przybory do fizjoterapii, należy użytkować zgodnie z przeznaczeniem, instrukcjami oraz poleceniami prowadzącego i obsługi.
2. Użytkownik ponosi odpowiedzialność za szkody wyrządzone z własnej winy, w szczególności wynikające z niewłaściwego korzystania ze sprzętu lub niestosowania się do zasad bezpieczeństwa.
3. Za rzeczy osobiste pozostawione bez nadzoru Uniwersytet Gdański nie ponosi odpowiedzialności, chyba że przepisy prawa stanowią inaczej.
4. Osoby naruszające regulamin, zakłócające zabiegi lub ćwiczenia albo stwarzające zagrożenie mogą zostać poproszone o przerwanie korzystania z Pokoju Fizjo i Medycznego.

12. Postanowienia końcowe

1. Regulamin wchodzi w życie z dniem 1 października 2026 r.
2. Uniwersytet Gdański jako zarządca Pokoju Fizjo i Medycznego zastrzega sobie prawo do aktualizacji regulaminu, w szczególności w przypadku zmian organizacyjnych, technicznych, prawnych lub dotyczących bezpieczeństwa.
3. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem zastosowanie mają obowiązujące przepisy prawa, Statut Uniwersytetu Gdańskiego, Regulamin Organizacyjny Uniwersytetu Gdańskiego, Regulamin Pracy Uniwersytetu Gdańskiego, właściwe zarządzenia Rektora lub Kanclerza oraz decyzje zarządcy Pokoju Fizjo i Medycznego.
4. Osobą odpowiedzialną za wdrożenie, komunikację i bieżące stosowanie regulaminu jest Dyrektor CWFIS Tomasz Aftański lub osoba przez niego wyznaczona.
5. Zatwierdził: Data:

.....

POKÓJ FIZJO I MEDYCZNY CENTRUM SPORTOWEGO UNIwersytetu Gdańskiego

ul. Wita Stwosza 47, Gdańsk

NAJWAŻNIEJSZE ZASADY

GODZINY KORZYSTANIA: 6:30–22:00

1. Wejście do Pokoju Fizjo i Medycznego oznacza akceptację regulaminu i obowiązek stosowania się do poleceń fizjoterapeuty, personelu medycznego oraz obsługi.
2. Ćwicz w czystym stroju i odpowiednim obuwiu zmiennym; w wydzielonej strefie rehabilitacyjnej bez obuwia wyłącznie za zgodą prowadzącego.
3. Przed użyciem sprawdź sprzęt rehabilitacyjny. Usterki, uszkodzenia i zagrożenia natychmiast zgłaszaj personelowi.
4. Rower, drabinki oraz przyrządy i przybory do fizjoterapii wykorzystuj wyłącznie zgodnie z poleceniami prowadzącego i z zachowaniem wolnej przestrzeni.
5. Z dwóch stołów do masażu korzystaj wyłącznie pod nadzorem lub za zgodą uprawnionego personelu; przed użyciem sprawdź ich stabilność i stan techniczny.
6. Laser, pola magnetyczne, lampy, ultradźwięki i TECAR mogą być stosowane wyłącznie przez uprawniony personel, zgodnie z kwalifikacją do zabiegu i ustalonymi parametrami.
7. Nie uruchamiaj ani nie zmieniaj samodzielnie parametrów urządzeń fizykoterapeutycznych.
8. W razie bólu, pieczenia, zawrotów głowy, osłabienia lub innych niepokojących objawów natychmiast przerwij ćwiczenie albo zabieg i powiadom personel.
9. Po zakończeniu ćwiczeń i zabiegów uporządkuj stanowisko oraz oczyść lub zdezynfekuj wykorzystany sprzęt zgodnie z poleceniami.
10. Nie korzystaj z Pokoju Fizjo i Medycznego pod wpływem alkoholu, środków odurzających ani innych substancji ograniczających sprawność psychofizyczną.
11. W razie bólu, zawrotów głowy, osłabienia lub innych niepokojących objawów natychmiast przerwij ćwiczenie albo zabieg i powiadom personel.
12. Nie blokuj dróg ewakuacyjnych, wyjść awaryjnych ani dostępu do sprzętu bezpieczeństwa.

NUMER ALARMOWY: 112

PEŁNY REGULAMIN JEST DOSTĘPNY NA STRONIE CWFIS