



**GesLoures, E.M.**  
**Quadro Normativo (Anexo IV)**  
**Programa “Clube Vida Ativa – Hidro+”**  
**Época 2023/2024**

**Artigo 1.º**

**Âmbito de Aplicação**

1. O presente anexo aplica-se à inscrição e frequência no Programa “Clube Vida Ativa – Hidro+”.
2. O programa “Clube Vida Ativa – Hidro+”, consiste na frequência da atividade que tem como objetivo promover a melhoria da condição física, sendo destinada à população sénior, proporcionando aulas de baixa intensidade destinadas a esta faixa etária específica.
3. Podem frequentar o Programa “Clube Vida Ativa – Hidro+”, todos os seniores com mais de 65 anos, ou que, estando numa situação de pré-reforma, de reforma, ou de desemprego, tenham idade superior a 55 anos.
4. A inscrição no programa “Clube Vida Ativa – Hidro+” encontra-se sujeito a vaga existente.
5. O programa “Clube Vida Ativa – Hidro+” é isenta de inscrição e não terá direito a quaisquer descontos, excepto a descontos por antecipação de pagamento.

**Artigo 2.º**

**Deveres e Obrigações Gerais da GesLoures**

1. As atividades promovidas nas instalações da GesLoures são planeadas, executadas e avaliadas por técnicos qualificados para o exercício da função e devidamente credenciados.
2. A GesLoures compromete-se a promover a capacidade física e funcional dos seniores, através da orientação específica da equipa técnica. O ambiente e as piscinas são mantidos em condições que assegurem o conforto e proteção máxima a todos os seniores.
3. A GesLoures compromete-se a efetuar análises regulares de água das Piscinas segundo as normas da Organização Mundial de Saúde e da Administração Regional de Saúde de Lisboa e a divulgar os seus resultados, afixando-os nas Piscinas, em local visível para os seniores, de acordo com o modelo em vigor nas entidades emissoras dos respetivos resultados.

**Artigo 3.º**

**Normas de Utilização**

1. A GesLoures cumpre todas as normas sobre os requisitos de qualidade da água para uso nos tanques das piscinas (lotação, tratamento da água, higiene, segurança e temperatura), designadamente o disposto na Norma Portuguesa NP 4542 2016, respeitando os seguintes referenciais de temperatura das piscinas terapêuticas e/ou de manutenção: temperatura de 28 a 32 graus.
2. Não é permitido entrar ou permanecer nas cubas (planos de água das piscinas) sem previamente tomar duche e eliminar da pele cremes, óleos ou outros produtos suscetíveis de sujar a água.
3. O acesso ao cais das piscinas para utilização das cubas deve ser feito com chinelos ou outro calçado específico para o efeito, estando excluído o uso de calçado comum.
4. É obrigatório o uso de touca de silicone, ou de conforto (látex com revestimento em lycra).
5. Não é permitido o acesso à zona envolvente dos tanques e balneários a todas as pessoas cujo destino imediato não seja a normal utilização do equipamento.



6. O equipamento utilizado (calção e fato de banho) deverá ser de lycra e adequado à atividade a frequentar.

#### **Artigo 4º**

##### **Regulamento Geral de Proteção de Dados**

1. Com o objetivo de instruir a ficha individual de cada sénior, a GesLoures requer aos mesmos, o fornecimento dos seguintes dados pessoais: nome completo, idade, número de cartão de cidadão e número de contribuinte;

2. Estes dados pessoais serão tratados pela GesLoures, sendo garantida a utilização única e exclusivamente para a inscrição dos seniores no programa “Hora dos Sábios”, ficando a mesma responsável pela sua confidencialidade e manutenção durante a execução da prestação de serviços, sendo os mesmos após a cessação dos vínculos eliminados dos registos internos da GesLoures.

3. Os clientes deverão declarar expressamente que antes da assinatura do contrato de prestação de serviços foram informados pela GesLoures do seu direito de oposição à recolha e processamento de dados, bem como, das formas de correção, verificação e/ou eliminação dos mesmos que se encontram à sua disposição.

#### **Artigo 5.º**

##### **Preçário**

1. Os valores da inscrição e das mensalidades do programa “Clube Vida Ativa – Hidro+” encontram-se sob consulta no preçário da Época Desportiva 2023/2024.