



## **Annex to the guidance document on the use of solariums: examples of printed materials**

**30.06.2020**

### **Contents**

|            |                                                                                               |           |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b>   | <b>Background .....</b>                                                                       | <b>2</b>  |
| <b>2</b>   | <b>Customer information posters .....</b>                                                     | <b>3</b>  |
| <b>2.1</b> | <b>Information about high-risk groups .....</b>                                               | <b>3</b>  |
| <b>2.2</b> | <b>Information about the risks of UV exposure and measures to avoid them .....</b>            | <b>8</b>  |
| <b>3</b>   | <b>Exposure schedules .....</b>                                                               | <b>12</b> |
| <b>3.1</b> | <b>Personal exposure schedule/tanning schedule .....</b>                                      | <b>12</b> |
| <b>3.2</b> | <b>Exposure schedule: information on solarium/information to be displayed in booths .....</b> | <b>16</b> |

# 1 Background

Under the Federal Act of 16 June 2017 on Protection against Non-Ionising Radiation and Sound (NIRSA)<sup>1</sup>, anyone who operates a solarium must follow the manufacturer's safety instructions and ensure that they present minimal or no risk to human health (Art. 3 para. 1 NIRSA).

The Ordinance of 27 February 2019<sup>2</sup> to the Federal Act on Protection against Non-Ionising Radiation and Sound (O-NIRSA) contains the implementing provisions (Art. 1–4 O-NIRSA) that apply to operators of solariums. These implementing provisions are described in detail in the **Guidance document on the use of solariums** and the **Guidelines on the use of solariums** and are available at the following link: [www.bag.admin.ch/solarium-de](http://www.bag.admin.ch/solarium-de) (in German, French and Italian only).

This Annex contains posters, exposure schedules and information to be displayed in booths that were designed by the industry association, Photomed. They constitute examples that satisfy the requirements set out in the O-NIRSA.

---

<sup>1</sup> SR 814.71

<sup>2</sup> SR 814.711

## **2 Customer information posters**

### **2.1 Information about high-risk groups**

This poster fulfils the requirements set out in section 2.2.1 of the Guidance document on the use of solariums and in section 6.2.1 of the Guidelines on the use of solariums. The original size of each page is A1 format.

# Sicherheit geht vor

Ihre Sicherheit und Gesundheit ist uns wichtig. Überprüfen Sie deshalb vor Ihrem Solariumbesuch, ob Sie zur unten aufgeführten Risikogruppe gehören. Risikogruppen dürfen unter keinen Umständen ein Solarium benutzen.

**Risikogruppen** Als Risikogruppen gelten:

**Personen, die unter Hautkrebs leiden oder litten,**

**Personen mit erhöhtem Hautkrebsrisiko, insbesondere wenn:**

- a.** bei deren Verwandten ersten Grades schwarzer Hautkrebs aufgetreten ist,
- b.** Sie wiederholt schwere Sonnenbrände während Ihrer Kindheit erlitten haben,
- c.** Sie Leberflecken haben, die auf ein erhöhtes Hautkrebsrisiko hinweisen (mehr als 16 Leberflecken, solche mit asymmetrischer und ungleichmässiger Form und Rändern, größer als 5 mm oder veränderter Pigmentierung).

**auf UV-Strahlung empfindliche Personen, die:**

- a.** unter Sonnenbrand leiden,
- b.** sich an der Sonne überhaupt nicht bräunen können oder dabei leicht mit einem Sonnenbrand reagieren,
- c.** zu Sommersprossen neigen,
- d.** ungewöhnlich entfärbte Hautbereiche aufweisen,
- e.** von Natur aus rothaarig sind,
- f.** wegen Photosensibilität behandelt werden,
- g.** photosensitive Medikamente einnehmen.

# Safety first

Your health and safety is important to us. Before using a solarium you should therefore check whether you belong to any of the risk groups below:

Risk groups are not permitted to use solariums under any circumstances.

**Risk groups** Risk groups include the following:

**people who have or have had skin cancer;**

**people at increased risk of skin cancer, particularly if:**

- a.** first-degree relative has had malignant melanoma,
- b.** you repeatedly experienced severe sunburn during your childhood,
- c.** you have moles that indicate an increased risk of skin cancer  
(more than 16 moles, those with asymmetrical and uneven shapes and edges, with a diameter larger than 5 millimetres or altered pigmentation).

**people sensitive to UV radiation, who:**

- a.** suffer from sunburn,
- b.** do not tan at all in the sun or sunburn easily,
- c.** are prone to freckles,
- d.** have unusual abnormal areas of skin discolouration,
- e.** are naturally red-headed,
- f.** have been treated for photosensitivity,
- g.** are taking photosensitive medications

# La sécurité avant tout

Votre sécurité et votre santé sont importantes pour nous. Par conséquent, avant de vous rendre dans une cabine de bronzage, assurez-vous que vous ne faites pas partie du groupe à risque ci-dessous. Les groupes à risque doivent à tout prix s'abstenir d'utiliser un solarium.

**Groupes à risques** Les groupes à risque comprennent :

**les personnes souffrant ou ayant souffert d'un cancer de la peau,**

**les personnes présentant un risque accru de cancer de la peau, surtout si :**

- a.** chez leurs parents au premier degré un mélanome malin s'est produit,
- b.** ils ont eu de graves coups de soleil à plusieurs reprises pendant leur enfance,
- c.** vous avez des grains de beauté qui indiquent un risque accru de cancer de la peau (plus de 16 lentigos, ceux présentant une forme et des bords asymétriques et inégaux, avec un diamètre supérieur à 5 millimètres ou une pigmentation altérée).

**les personnes sensibles aux UV qui :**

- a.** souffrent de coups de soleil,
- b.** ne bronzent pas du tout au soleil ou réagissent facilement avec un coup de soleil,
- c.** ont tendance à avoir des taches de rousseur,
- d.** présentent des zones cutanées inhabituellement décolorées,
- e.** sont rousses naturellement,
- f.** sont traités pour la photosensibilité,
- g.** prennent des médicaments photosensibles.

# La sicurezza innanzitutto

La vostra sicurezza e salute sono importanti per noi. Pertanto, prima di visitare un solarium verificate se appartenete ad uno dei gruppi a rischio riportati di seguito. I gruppi a rischio non possono utilizzare il solarium in nessun caso.

**Gruppi a rischio** Per gruppi a rischio si intendono:

**persone che soffrono o hanno sofferto di cancro della pelle,**

**persone con elevato rischio di cancro della pelle; in particolare se:**

- a.** in familiari di primo grado si è verificato il melanoma maligno,
- b.** durante l'infanzia si sono verificate gravi ustioni solari ripetutamente,
- c.** si hanno nei che indicano un maggiore rischio di melanoma (più di 16 lentiggini, di tipo asimmetrico e di forma e bordi irregolari, con un diametro superiore a 5 millimetri o pigmentazione alterata).

**persone sensibili ai raggi UV, che:**

- a.** soffrono di ustioni solari,
- b.** non si abbronzano affatto al sole o sono facilmente soggette a ustioni solari,
- c.** hanno un'inclinazione alle efelidi,
- d.** presentano aree della pelle insolitamente scolorite,
- e.** hanno di natura capelli rossi,
- f.** svolgono trattamenti per la fotosensibilità,
- g.** assumono farmaci fotosensibilizzanti.

## **2.2 Information about the risks of UV exposure and measures to avoid them**

This poster fulfils the requirements set out in section 2.2.2 of the Guidance document on the use of solariums and in section 6.2.2 of the Guidance on the use of solariums. The original size of each page is A1 format.

# Gefahren & Massnahmen

UV-Strahlung kann irreversible Haut- oder Augenschäden wie Hautkrebs oder Linsentrübung hervorrufen.

UV-Bestrahlung erhöht in jedem Alter und insbesondere in jungen Jahren das Risiko von Hautschäden im späteren Leben.

Nach übermässiger UV-Bestrahlung kann die Haut mit einem Sonnenbrand reagieren und es kann zu frühzeitiger Hautalterung und auch zu einem erhöhten Hautkrebsrisiko kommen.

Bestimmte Medikamente können die UV-Empfindlichkeit erhöhen. Im Zweifelsfall kann Ihnen eine Ärztin / ein Arzt oder eine Apothekerin / ein Apotheker diesbezüglich Auskunft geben.

Zwischen den ersten beiden UV-Bestrahlungen sollten mindestens 48 Stunden liegen.

Mit den UV-Bestrahlungen gemäss Bestrahlungsplan darf erst nach einer Woche wieder begonnen werden, falls nach einer UV-Bestrahlung Erytheme (Hautrötungen) auftreten.

Solarium und Sonnenbad sollen nicht am gleichen Tag genossen werden.

Entfernen Sie Kosmetika vor der Bestrahlung und verwenden Sie keinerlei Sonnenschutzmittel oder Produkte, welche die Bräunung beschleunigen.

Verwenden Sie immer eine geeignete Schutzbrille und schützen Sie empfindliche Hautstellen wie Narben, Tätowierungen und Geschlechtsteile vor der Bestrahlung.

Konsultieren Sie vor der Bestrahlung eine Ärztin oder einen Arzt, falls:

- a.** Sie auf UV-Bestrahlung empfindlich sind oder allergisch reagieren.
- b.** unerwartete Effekte auftreten, beispielsweise ein Jucken innerhalb von 48 Stunden nach der ersten UV-Bestrahlung.
- c.** sich hartnäckige Schwellungen oder wundete Stellen auf der Haut bilden oder sich pigmentierte Leberflecken verändern.

## Risks & measures

UV radiation can cause irreversible skin and eye damage such as skin cancer or cataracts.

Exposure to UV radiation at any age, and particularly at a younger age, increases the risk of skin damage in later life.

Excessive exposure to UV radiation can cause sunburn, premature skin ageing and even an increased risk of skin cancer.

Certain medications can increase UV sensitivity. If in doubt, a doctor or pharmacist can provide more information.

You should wait at least 48 hours between the first two exposures to UV radiation.

A UV treatment plan may only be restarted after one week if erythema (reddening of the skin) occurs after UV exposure.

You should not use a solarium and sunbathe on the same day.

Remove any cosmetics before radiation and do not apply any suncreams or products to accelerate tanning.

Always use protective goggles and protect sensitive areas of skin such as scars, tattoos and genitals before radiation;

Consult a doctor before radiation if:

- a.** you are sensitive or allergic to UV radiation.
- b.** unexpected effects occur such as itching within 48 hours of the first UV radiation.
- c.** severe swelling or wounds form on the skin or pigmented moles change.

# Dangers et mesures

Le rayonnement UV peut provoquer des lésions irréversibles de la peau ou des yeux telles que le cancer de la peau ou l'opacité du cristallin.

Le rayonnement UV augmente le risque de lésions cutanées plus tard dans la vie à tout âge, en particulier à un jeune âge.

Après une irradiation UV excessive, la peau peut réagir par un coup de soleil et entraîner un vieillissement cutané prématuré et un risque accru de cancer de la peau.

Certains médicaments peuvent augmenter la sensibilité aux UV. En cas de doute, un médecin ou un pharmacien peut vous renseigner à ce sujet.

Au moins 48 heures devraient s'écouler entre les deux premières expositions aux UV.

L'irradiation UV selon le plan de traitement ne peut être redémarrée qu'après une semaine si un érythème (rougeur de la peau) survient après l'irradiation UV.

Le solarium et les bains de soleil ne doivent pas être utilisés le même jour.

Retirez les cosmétiques avant l'irradiation et n'utilisez pas de crème solaire ou de produits qui accélèrent le processus de bronzage.

Utilisez toujours des lunettes de sécurité appropriées et protégez les zones sensibles de la peau telles que les cicatrices, les tatouages et les organes génitaux avant l'irradiation.

Consultez un médecin avant de vous exposer aux rayons si :

- a.** vous êtes sensibles aux rayons UV ou réagissez en développant une allergie.
- b.** des effets inattendus se produisent, tels que des démangeaisons dans les 48 heures après la première exposition aux rayons UV.
- c.** Gonflement ou plaies persistantes sur la peau ou modification des lentigos pigmentés.

## Risks & measures

UV radiation can cause irreversible skin and eye damage such as skin cancer or cataracts.

Exposure to UV radiation at any age, and particularly at a younger age, increases the risk of skin damage in later life.

Excessive exposure to UV radiation can cause sunburn, premature skin ageing and even an increased risk of skin cancer.

Certain medications can increase UV sensitivity. If in doubt, a doctor or pharmacist can provide more information.

You should wait at least 48 hours between the first two exposures to UV radiation.

A UV treatment plan may only be restarted after one week if erythema (reddening of the skin) occurs after UV exposure.

You should not use a solarium and sunbathe on the same day.

Remove any cosmetics before radiation and do not apply any suncreams or products to accelerate tanning.

Always use protective goggles and protect sensitive areas of skin such as scars, tattoos and genitals before radiation;

Consult a doctor before radiation if:

- a.** you are sensitive or allergic to UV radiation.
- b.** unexpected effects occur such as itching within 48 hours of the first UV radiation.
- c.** severe swelling or wounds form on the skin or pigmented moles change.

# Pericoli e contromisure

Le radiazioni UV possono causare danni irreversibili alla pelle e agli occhi e cancro della pelle oppure opacizzazione del cristallino.

Le radiazioni UV aumentano il rischio di danni alla pelle ad ogni età e in particolare tra i giovani in un momento successivo.

Oltre alle radiazioni UV in eccesso, la pelle può reagire ad un'ustione solare e può verificarsi un invecchiamento prematuro della pelle e anche un maggiore rischio di carcinoma della pelle.

Determinati farmaci possono aumentare la sensibilità agli UV. In caso di dubbi, consultare un medico o un farmacista.

Tra le prime due radiazioni UV devono passare almeno 48 ore.

Secondo il piano di radiazioni è possibile riprendere con le radiazioni UV solo dopo una settimana, se dopo una radiazione UV si sono verificati eritemi (arrossamenti della pelle).

Il solarium e il bagno solare non possono essere effettuati lo stesso giorno.

Prima delle radiazioni rimuovere i cosmetici e non utilizzare protezioni solari o prodotti che accelerano l'abbronzatura.

Utilizzare sempre occhiali protettivi adeguati e proteggere le parti sensibili della pelle come cicatrici, tatuaggi e organi genitali prima della radiazione;

Prima della radiazione consultare un medico se:

- a.** si è sensibili alle radiazioni UV o si reagisce in forma allergica.
- b.** si verificano effetti imprevisti, ad es. prurito entro 48 ore dalla prima radiazione UV.
- c.** si verificano gonfiori persistenti o lacerazioni della pelle o le lentiggini pigmentate cambiano aspetto.

## Risks & measures

UV radiation can cause irreversible skin and eye damage such as skin cancer or cataracts.

Exposure to UV radiation at any age, and particularly at a younger age, increases the risk of skin damage in later life.

Excessive exposure to UV radiation can cause sunburn, premature skin ageing and even an increased risk of skin cancer.

Certain medications can increase UV sensitivity. If in doubt, a doctor or pharmacist can provide more information.

You should wait at least 48 hours between the first two exposures to UV radiation.

A UV treatment plan may only be restarted after one week if erythema (reddening of the skin) occurs after UV exposure.

You should not use a solarium and sunbathe on the same day.

Remove any cosmetics before radiation and do not apply any suncreams or products to accelerate tanning.

Always use protective goggles and protect sensitive areas of skin such as scars, tattoos and genitals before radiation;

Consult a doctor before radiation if:

- a.** you are sensitive or allergic to UV radiation.
- b.** unexpected effects occur such as itching within 48 hours of the first UV radiation.
- c.** severe swelling or wounds form on the skin or pigmented moles change.

### **3 Exposure schedules**

#### **3.1 Personal exposure schedule/tanning schedule**

This document fulfils the requirements set out in section 5.2.2 of the Guidance document on the use of solariums and in section 9.2.2 of the Guidelines on the use of solariums.

# Persönlicher Besonnungsplan

Sitzungsserie Nr. >

Übertrag Beitrag zur Jahresdosis (NMSC) vorheriger Sitzungsserien >

(A)

(B)

| Datum | Sitzung                          | Abgegebene<br>Bestrahlungsmenge<br>des Solariums | Wartezeit<br>zur nächsten<br>Behandlung | Beitrag zur Jahresdosis |
|-------|----------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------|
|       |                                  | Eer [J/m²]                                       | [h]                                     | NMSC [J/m²]             |
|       | 1. Sitzung bei ungebräunter Haut |                                                  | 48                                      |                         |
|       | 2. Sitzung bei ungebräunter Haut |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 1                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 2                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 3                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 4                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 5                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 6                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 7                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 8                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 9                   |                                                  | 48                                      |                         |
|       | Folgesitzung 10                  |                                                  | 48                                      |                         |
|       |                                  |                                                  |                                         |                         |

Total alle Sitzungsserien

Total Bestrahlungsmenge (Eer) einer Sitzungsserie  
max. 3000 J/m²

Total Beitrag zur Jahresdosis (NMSC)  
inkl. Übertrag aus vorherigen Sitzungsserien.  
max. 25000 J/m²

**Anwendung:** Die Bestrahlungsmenge (Eer) und der Beitrag zur Jahresdosis (NMSC) werden vom Kabinenblatt übertragen und zusammengezählt. Sie finden das Kabinenblatt bei der entsprechenden Kabine beim Münzautomaten bzw. der Bezahlvorrichtung. Bei der ersten Sitzungsserie bzw. bei ungebräunter Haut starten Sie bei Position (A). Bei nachfolgenden Sitzungsserien bzw. bei vorgebräunter Haut bei Position (B).

**Hinweis:** Ist eine Bestrahlungsmenge von max. 3000 J/m² (Eer) in einer Sitzungsserie erreicht, soll die Nutzung eines Solarium für drei Wochen eingestellt werden. Bei Überschreitung der Jahresdosis von 25000 J/m² (NMSC) soll auf die Nutzung eines Solarium verzichtet werden, bis seit Beginn der ersten Sitzungsserie ein Jahr vergangen ist.

# Planning de séance de bronzage personnalisé

Série de séances n° >

Report de contribution à la dose annuelle (NMSC) des séries de séances précédentes >

|                              | Date | Séance                                               | Quantité de rayonnement délivrée par le solarium                              | Intervalle jusqu'à la prochaine séance | Contribution à la dose annuelle                                                                                 |
|------------------------------|------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              |      |                                                      | Eer [J/m²]                                                                    | [h]                                    | NMSC [J/m²]                                                                                                     |
| (A)                          |      | 1 <sup>re</sup> séance en cas de peau sans bronzage  |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | 2 <sup>ème</sup> séance en cas de peau sans bronzage |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
| (B)                          |      | Séance de suivi 1                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 2                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 3                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 4                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 5                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 6                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 7                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 8                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 9                                    |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
|                              |      | Séance de suivi 10                                   |                                                                               | 48                                     |                                                                                                                 |
| Toutes les séries de séances |      |                                                      | Quantité totale de rayonnement (Eer) d'une série de séances<br>max. 3000 J/m² |                                        | Contribution totale à la dose annuelle (NMSC) avec report de la série de séances précédentes<br>max. 25000 J/m² |

**Utilisation :** la quantité de rayonnement (Eer) et la contribution à la dose annuelle (NMSC) sont transférées de la feuille de cabine puis additionnées. Vous trouverez la feuille de cabine dans la cabine correspondante sur le distributeur automatique ou sur le dispositif de paiement. Pour la première série de séances ou pour une peau non bronzée, commencez à la position **(A)**. Pour des séries de séances ultérieures ou pour une peau pré-bronzée, position **(B)**.

**Remarque :** si vous vous exposez à une quantité de rayonnement de max **3000 J/m² (Eer)** pendant une série de séances, l'utilisation d'un solarium doit être interrompue pendant trois semaines. Si la dose annuelle de **25 000 J/m² (NMSC)** est dépassée, il convient d'éviter l'utilisation d'un solarium pendant une période d'un an depuis le début de la première série de séances.

# Piano di abbronzatura personale

Serie di sedute n. >

Residuo contributo alla dose annuale  
(NMSC) serie di sedute precedenti

>

(A)

(B)

| Data | Seduta                             | Dose di esposizione<br>del solarium | Periodo di<br>attesa fino<br>all'esposizione<br>successiva<br>[h] | Contributo alla dose<br>annuale |
|------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
|      |                                    | Eer<br>[J/m <sup>2</sup> ]          |                                                                   | NMSC<br>[J/m <sup>2</sup> ]     |
|      | 1a seduta con pelle non abbronzata |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | 2a seduta con pelle non abbronzata |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 1                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 2                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 3                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 4                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 5                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 6                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 7                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 8                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 9                |                                     | 48                                                                |                                 |
|      | Seduta successiva 10               |                                     | 48                                                                |                                 |
|      |                                    |                                     |                                                                   |                                 |

Totale di tutte le serie di sedute

Totale della dose di  
esposizione (Eer) di  
una serie di sedute  
max. 3000 J/m<sup>2</sup>

Contributo totale  
alla dose annuale (NMSC)  
incl. residuo da serie di  
sedute precedenti.  
max. 25000 J/m<sup>2</sup>

**Applicazione:** la dose di esposizione (Eer) e il contributo alla dose annuale (NMSC) ven-gono riportati dalla scheda di cabina e sommati. La scheda di cabina si trova nell'apposita cabina presso la macchinetta automatica o il dispositivo di pagamento. Alla prima serie di sedute o in caso di pelle non abbronzata partire dalla posizione (A). Alla successiva serie di sedute o con pelle pre-abbronzata dalla posizione (B).

**Avvertenza:** se la dose di esposizione di max. 3000 J/m<sup>2</sup> (Eer) viene raggiunta in una serie di sedute, l'uso del solarium deve essere sospeso per tre set-timane. In caso di superamento della dose annuale di 25 000 J/m<sup>2</sup> (NMSC) si deve interrompere l'uso del solarium finché dall'inizio della prima serie di sedute non è trascorso un anno.

### **3.2 Exposure schedule: information on solarium/information to be displayed in booths**

This poster fulfils the requirements set out in section 5.2.3 of the Guidance document on the use of solariums and in section 9.2.3 of the Guidelines on the use of solariums.

# Fr. 1.25 pro Min.

Mindesteinwurf: Fr. 5.–  
Vorlaufzeit = 2 Min.

## Ihre Bräunungszeiten

6  
Min.

**1. Sitzung**  
bei ungebräunter Haut

10 – 14  
Min.

**2. Sitzung**  
bei ungebräunter Haut

14 – 33  
Min.

**Folgesitzungen**

## Besonnungsplan für diese Kabine

| Sitzung                          | Bestrahlungszeit | Bestrahlungsmenge<br>Eer<br>[J/m <sup>2</sup> ] | Beitrag zur Jahresdosis<br>NMSC<br>[J/m <sup>2</sup> ] |
|----------------------------------|------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| 1. Sitzung bei ungebräunter Haut | 6 Min.           | 100                                             | 135                                                    |
| 2. Sitzung bei ungebräunter Haut | 10 Min.          | 180                                             | 225                                                    |
| Mögliche Folgesitzung            | 14 Min.          | 250                                             | 315                                                    |
| Mögliche Folgesitzung            | 20 Min.          | 360                                             | 451                                                    |
| Mögliche Folgesitzung            | 25 Min.          | 450                                             | 563                                                    |
| Mögliche Folgesitzung            | 30 Min.          | 540                                             | 676                                                    |
| Maximale Bräunungszeit           | 33 Min.          | 600                                             | 743                                                    |

Übertragen Sie die Werte für «Bestrahlungsmenge (Eer)» und «Beitrag zur Jahresdosis (NMSC)» auf Ihren persönlichen Besonnungsplan. Diesen finden Sie unterhalb des Münzautomaten.

Wartezeit zwischen den Besonnungen 48 Stunden. Immer UV-Schutzbrille verwenden.  
Benutzung unter 18 Jahren verboten.

# Fr. 1.25 al minuto

Importo minimo: Fr. 5.–  
Tempo di attesa = 2 Min.

## I tuoi periodi di abbronzatura

6  
Min.

**1a seduta**  
con pelle non abbronzata

10–14  
Min.

**2a seduta**  
con pelle non abbronzata

14 – 33  
Min.

**Seduta successiva**

## Piano di abbronzatura per questa cabina

| Seduta                             | Tempo di esposizione | Dose di esposizione<br>Eer [J/m <sup>2</sup> ] | Contributo alla<br>dose annuale<br>NMSC [J/m <sup>2</sup> ] |
|------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 1. Seduta con pelle non abbronzata | 6 Min.               | 100                                            | 135                                                         |
| 2. Seduta con pelle non abbronzata | 10 Min.              | 180                                            | 225                                                         |
| Seduta successiva                  | 14 Min.              | 250                                            | 315                                                         |
| Seduta successiva                  | 20 Min.              | 360                                            | 451                                                         |
| Seduta successiva                  | 25 Min.              | 450                                            | 563                                                         |
| Seduta successiva                  | 30 Min.              | 540                                            | 676                                                         |
| Tempo massimo di abbronzatura      | 33 Min.              | 600                                            | 743                                                         |

Registra i valori per «Dose di esposizione (Eer)» e «Contributo alla dose annuale (NMSC)» sul tuo piano di abbronzatura personale. Li trovi sotto la macchinetta automatica.

Periodo di attesa tra le abbronzature di 48 ore. Utilizzare sempre gli occhiali di protezione UV.  
Uso vietato ai minori di 18 anni.

# Fr. 1.25 par minute

Entrée minimum : Fr. 5.–  
Délai = 2 Min.

## Vos durées de bronzage

6  
Min.

**1<sup>re</sup> séance**  
en cas de peau sans bronzage

10 – 14  
Min.

**2<sup>ème</sup> séance**  
en cas de peau sans bronzage

14 – 33  
Min.

**Séance de suivi**

## Planning de séance de bronzage pour cette cabine

| Séance                                               | Temps de rayonnement | Quantité de rayonnement    | Contribution à la dose annuelle |
|------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------|---------------------------------|
|                                                      |                      | Eer<br>[J/m <sup>2</sup> ] | NMSC<br>[J/m <sup>2</sup> ]     |
| 1 <sup>re</sup> séance en cas de peau sans bronzage  | 6 Min.               | 100                        | 135                             |
| 2 <sup>ème</sup> séance en cas de peau sans bronzage | 10 Min.              | 180                        | 225                             |
| Séance de suivi                                      | 14 Min.              | 250                        | 315                             |
| Séance de suivi                                      | 20 Min.              | 360                        | 451                             |
| Séance de suivi                                      | 25 Min.              | 450                        | 563                             |
| Séance de suivi                                      | 30 Min.              | 540                        | 676                             |
| Durée maximale de bronzage                           | 33 Min.              | 600                        | 743                             |

Transférer les valeurs de « Quantité de rayonnement (Eer) » et « Contribution à la dose annuelle (NMSC) » sur votre programme de bronzage personnel. Vous trouverez cela sous le distributeur automatique.

Temps d'attente entre les séances de bronzage 48 heures. Utilisez toujours des lunettes UV.  
L'utilisation par les mineurs est interdite.