

# Directeur/-trice de sauna

## diriger, nettoyer, entretenir, contrôler, accueillir, conseiller

Lors d'une séance de sauna, le corps transpire à cause d'une température élevée. La séance de sauna est suivie d'une immersion refroidissante ou de douches froides. Ce bain alterné permet de stimuler la circulation et de baisser le stress.

Les directeurs et directrices de sauna sont responsables du bon fonctionnement et de l'état hygiénique du sauna, des douches, des bassins, des vestiaires et des salles de repos. Des travaux de nettoyage étendus permettent de maintenir un

standard élevé et constant. La température et l'humidité sont régulièrement contrôlées par ces professionnels.

Les directeurs et directrices accueillent les clients, répondent à leurs questions et leur donnent également des instructions. Ils veillent à ce que l'atmosphère soit agréable et à ce que les règles de conduite soient respectées. Souvent, ils travaillent en même temps comme masseur sportif ou employé de bain ou maître de bain.



### Quoi et pourquoi?

- ▶ Afin que les clients sachent ce qu'ils doivent prendre en compte lors d'une séance de sauna, le directeur de sauna leur explique combien de temps ils peuvent rester dans le sauna et pourquoi il est important de se rafraîchir après et leur remet des serviettes de bain et du savon.
- ▶ Afin que tous les clients se sentent à l'aise, le directeur de sauna veille à ce que l'atmosphère soit calme et détendue et que l'intimité de chacun soit préservée.
- ▶ Afin d'éviter que des agents pathogènes ne se développent et ne soient transmis par la chaleur et l'humidité, la directrice de sauna s'occupe de l'eau fraîche dans le bassin de plongée et nettoie soigneusement et à intervalles réguliers les cabines, les salles d'eau, les bassins de plongée et les sols.

### Les faits

**Admission** Cours de premiers secours est souhaité.

**Formation** E-Learning et ensuite un cours de 2 jours.

**Les aspects positifs** Lorsque l'on pense à la culture du sauna, on pense certainement d'abord aux Finlandais et à leur sauna finlandais, mais l'origine est à chercher du côté des Asiatiques du nord-est, qui ont découvert le bain d'air chaud pour se détendre après le travail. C'est au 20ème siècle que la culture du sauna a commencé à connaître le succès dans nos contrées: ses effets bénéfiques sur la santé ont été confirmés et le sauna a été introduit dans de nombreux établissements de cure, dans des piscines et des centres de santé.

**Les aspects négatifs** Les revenus générés par l'exploitation du sauna ne suffisent généralement pas à eux seuls à garantir un revenu suffisant pour vivre. Les heures de travail s'étendent jusque tard dans la soirée et il faut généralement travailler à la lumière artificielle et à une température ambiante d'environ 27 degrés.

**Bon à savoir** La plupart des saunas sont loués ou gérés de manière indépendante. Il est recommandé de suivre des formations ou des cours complémentaires, par exemple en massage, en natation de sauvetage ou en premiers secours. Que vous soyez propriétaire de votre propre espace sauna, employé dans une piscine ou dans un hôtel wellness, du personnel qualifié est demandé!

### Profil requis

	avantageux	important	très important
attitude confiante, capacité à s'imposer	[Bar chart showing importance]		
bonne santé, résilience	[Bar chart showing importance]		
compréhension technique, sensibilisation à l'hygiène	[Bar chart showing importance]		
discrétion, tact	[Bar chart showing importance]		
intérêt pour le monitoring et le contrôle	[Bar chart showing importance]		
intérêt pour les questions de santé	[Bar chart showing importance]		
réceptivité, ouverture d'esprit	[Bar chart showing importance]		
sens des responsabilités, maturité personnelle	[Bar chart showing importance]		
sens pratique, habileté manuelle	[Bar chart showing importance]		
volonté de faire un effort, facilité de contact	[Bar chart showing importance]		

### Plans de carrière

