



SAUNA. Mit Herz und Verstand!



# Leitfaden

zum Tag der Sauna 2018 am 24. September

[www.tagdersauna.de](http://www.tagdersauna.de)

# Tag der Sauna 2018

## „SAUNA. Mit Herz und Verstand!“

- unter diesem Leitgedanken steht der Tag der Sauna 2018.

Der Aktionstag wird jedes Jahr am 24. September begangen und markiert den Beginn der Saunasaison.

In diesem Jahr findet der **Tag der Sauna** bereits zum fünften Mal statt und man darf erfreut feststellen, dass sich der marketing-wirksame Event sehr erfolgreich entwickelt. So hat sich die Zahl der teilnehmenden Saunananlagen seit der Erstveranstaltung etwa vervierfacht und die Medienresonanz ist, mit zuletzt fast 600 Veröffentlichungen, mehr als beachtlich.



Das diesjährige Motto **„SAUNA. Mit Herz und Verstand!“** thematisiert das Miteinander in den Saunananlagen, mit all seinen Chancen und Herausforderungen. Dafür wurden Berichte und Anregungen der Mitgliedsbetriebe des Deutschen Sauna-Bundes gebündelt und diskutiert.

In diesem Leitfaden finden Sie interessante Aktionsvorschläge passend zum aktuellen Motto, Werbemittel um Ihre Gäste zu beschenken, eine Musterpressemitteilung und vieles mehr. Die Medien werden das Thema sicher gern aufgreifen, denn besonders zu Beginn der Saunasaison wird häufig über das richtige Saunaverhalten informiert. Davon profitiert nicht zuletzt die weitere Verbreitung der Sauna in Deutschland. 16 Millionen Saunabesucher in den Saunabetrieben reichen uns nicht!

Aus Gründen der Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen die männliche Form gewählt, es ist jedoch immer auch die weibliche Form mit gemeint.

# Inhalt

	Seite
1. Das Motto	4
2. Weshalb sollte sich Ihre Saunaanlage am Tag der Sauna beteiligen?	5
3. Aktionsvorschläge zum Tag der Sauna 2018	6
4. Die Website	17
5. Der Medienauftritt	18
6. Muster Pressemitteilung	19
7. Tag der Sauna kompakt	20
8. Noch Fragen?	21
9. Werbemittel-Shop	22
10. Bestellformular für Werbemittel	23

# 1. Das Motto

*„Sauna. Mit Herz und Verstand!“*

Das neue Motto ist auf das Miteinander der Gäste in öffentlichen Saunaanlagen ausgerichtet. Es geht um die notwendige Einhaltung von Baderegeln und die wünschenswerten Verhaltensweisen für einen erholsamen Saunaaufenthalt, aber auch um den höflichen, respektvollen Umgang miteinander. Wenn in Deutschland etwa 16 Millionen Menschen in den gut 2.100 öffentlichen Saunabädern unbekleidet saunabaden, sind geschriebene und ungeschriebene Grundsätze unerlässlich, sind Herz und Verstand gefordert!

Von der gründlichen Körperreinigung vor dem ersten Saunagang über das untergelegte Liegetuch in den Schwitzräumen oder das Abduschen vor Benutzung des Tauchbeckens bis hin zur Nichtreservierung von Ruheliegen oder der Beachtung des Verbotes zu fotografieren sind die Vorgaben der Badeordnung vielfältig und wichtig.

Ergänzt werden die notwendigen Baderegeln um einen Verhaltensknigge der zum Beispiel dazu auffordert den Austausch von Zärtlichkeiten oder laute Gespräche im Saunaraum zu unterlassen. Höflichkeit und Rücksichtnahme sind grundlegend, um das öffentliche Saunabaden für alle Gäste angenehm zu gestalten.



Im Mittelpunkt der Handlungen soll dabei immer das klassische Saunabad stehen, welches Wohlbefinden und Entspannung fördert. Die zu beachtenden Grundsätze machen das Saunabaden zu einem sinnvollen, gesundheitsförderlichen und angenehmen Erlebnis. Ein gutes Miteinander führt zu einem entspannten Gemeinschaftserlebnis.

## 2. Weshalb soll sich Ihre Saunaanlage am Tag der Sauna beteiligen?

Saunabaden ist für viele Gäste ein besonderes Erlebnis, aber es konkurriert auch mit anderen Freizeitaktivitäten. Um die vielfältigen Vorteile des Saunabadens besonders herausstellen zu können, ist der **Tag der Sauna** eine gute Gelegenheit. Die Sauna steht heute im Spannungsfeld von Ruhe und Erholung einerseits, sowie Erlebnis und Events andererseits. Der Angebotsrahmen vieler Saunaanlagen ist weit gesteckt. Das kann eine echte Herausforderung sein. Diese Breite und Vielfalt ermöglichen es aber auch, das Saunapublikum unter vielen Aspekten anzusprechen und die Zielgruppen zu erweitern.

Sie können die Gelegenheit nutzen, um neue Gäste für das Saunabaden zu gewinnen und Stammgäste zu belohnen. Besondere Events wecken Interesse und Neugierde und können gleichzeitig eine Gelegenheit sein, sich bei Stammgästen zu bedanken. Zum Beispiel können Gästeaktionen oder Veranstaltungen aus anderen kulturellen Bereichen neue Zielgruppen anlocken und den Erfahrungsschatz langjähriger Besucher erweitern.

Das Ansprechen von geschriebenen und ungeschriebenen Regeln fördert ein freundliches Miteinander. Davon profitieren Ihre Gäste ebenso wie Ihre Mitarbeiter. Wenn Sie Ideen und Aktionen entwickeln um Gebote und Verbote zu erklären, fällt allen Beteiligten das Einhalten leichter. Ein Aktionstag wie der **Tag der Sauna** bietet eine tolle Gelegenheit spielerisch und unterhaltsam die Aufmerksamkeit auf das Thema zu lenken.

Sie können den Tag auch nutzen, um für sich und Ihre Mitarbeiter etwas Neues auszuprobieren und dadurch frische Ideen für die Saunasaison zu gewinnen. Der **Tag der Sauna** bietet die Chance, sich gegenüber anderen Betrieben zu profilieren und Ihre eigene Leistungsfähigkeit und die Kreativität Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auszutesten.

Ihre Pressearbeit und die flankierende Öffentlichkeitsarbeit des Deutschen Sauna-Bundes bieten gute Möglichkeiten, auf Ihren Betrieb aufmerksam zu machen und die Vielfalt des Saunabadens in den Fokus zu rücken.

*Nutzen Sie die Chancen und seien Sie dabei!*

### 3. Aktionsvorschläge zum Tag der Sauna 2018

Auf den folgenden Seiten werden **herausfordernde Themen** der Sauna diskutiert und Sie finden **Vorschläge**, wie Sie den **Tag der Sauna** gestalten können. Gerne können Sie auch eigene Ideen entwickeln und dabei das volle Potenzial ihrer Mitarbeiter und Ihres Betriebes ausschöpfen. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und nutzen Sie das aktuelle Motto „**SAUNA. Mit Herz und Verstand!**“ als Inspiration.

Der Saunameister steht in ständigem **Austausch mit den Gästen**. Direkt vor einem Aufguss wird ihm besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Er kann die Situation nutzen, um den gespannten Saunagästen wechselnde Themen zu erläutern. Das Duschen vor und nach dem Saunagang und insbesondere vor der Nutzung des Tauchbeckens bieten sich gut an. Aber auch die Wirkung eines Fußbades oder das Verbot von Aufgüssen durch die Gäste kann hier erklärt werden. Bei besonders gut besuchten Aufgussdarbietungen kann der Aufgießer zudem bei der Sitzordnung helfen. Die Saunagäste sollten dabei nie das Gefühl haben belehrt zu werden. Der Mehrwert für den Gast steht immer im Vordergrund. Eine Übersicht über herausfordernde Themen und passende Erklärungen finden Sie auf den folgenden Seiten.

Wichtig für die Atmosphäre in der Saunaanlage sind die **Ansprache und die Aufmachung** der Hinweisschilder sowie der Haus- und Badeordnung. Kurz formulierte und freundliche Texte unterrichten die Gäste – ohne, dass sie sich bevormundet fühlen. Optisch ansprechende Tafeln und Schilder lockern das Thema zusätzlich auf.



## Die Haus- und Badeordnung regelt das Verhalten der Gäste

Die Haus- und Badeordnung ist ein wesentlicher Bestandteil des Vertragsverhältnisses zwischen dem Betreiber einer Saunaanlage und seinem Kunden. Sie muss gut sichtbar im Eingangsbereich ausgehängt werden. Der Gast muss die Möglichkeit haben, die Haus- und Badeordnung zu lesen, bevor er mit dem Kauf einer Eintrittskarte ein Vertragsverhältnis mit dem Betreiber eingeht.

Die Haus- und Badeordnung dient der Sicherheit, Ordnung und Sauberkeit und ist für alle Nutzer verbindlich. Sie regelt das Verhalten der Gäste, damit es zu einem entspannten Miteinander kommt.

### **Bekleidung:**

#### *Nicht überall ohne...*

Es gelten unterschiedliche Bekleidungsregeln in einzelnen Bereichen:

- Die Saunaanlage ist ein textilfreier Bereich. Die Benutzung der Schwitzräume ist nur unbekleidet gestattet.
- Bestimmte Aufenthaltsbereiche, wie die Gastronomie und die Ruheräume, dürfen nur mit einem Bademantel oder mit einem trockenen, den Körper umhüllenden Badetuch genutzt werden.
- Badeschuhe dürfen aus Sicherheitsgründen in Sauna- und Warmlufträumen nicht getragen werden.
- Barfußbereiche dürfen nicht mit Straßenschuhen betreten werden.

### **Sauberkeit:**

#### *Kein Schweiß aufs Holz!*

- Die Körperreinigung ist vor der Nutzung von Schwitzräumen und Tauchbecken durchzuführen.
- Rasieren, Nägel schneiden, Haare färben u. ä. sind nicht erlaubt.
- In Sauna- und Warmlufträumen müssen ausreichend große Liegetücher untergelegt werden, um das Holz vor Schweiß zu schützen.
- In Dampf- und Warmlufträumen sollten, aus hygienischen Gründen, Sitzunterlagen oder leichte Tücher genutzt werden.

## Sicherheit:

### *Aufgüsse nur vom Personal*

- Saunaaufgüsse dürfen nur vom Personal durchgeführt werden, denn die Verwendung von Aufgussmitteln muss gelernt sein.
- Die besonderen Bedingungen in den Schwitzräumen (Wärme) und im Badbereich (Glätte) erfordern besondere (gegenseitige) Vorsicht.
- Technische Einbauten (Heizkörper, Beleuchtung, Saunaöfen) dürfen nicht mit Gegenständen belegt werden.
- Personen mit gesundheitlichen Problemen sollten vorab klären, ob beim Saunabaden für sie besondere Risiken bestehen.
- Personen die an offenen Wunden oder (meldepflichtigen) ansteckende Krankheiten leiden, ist der Zutritt nicht gestattet.
- Rauchen ist ausschließlich in ausgewiesenen Bereichen gestattet. E-Zigaretten bilden keine Ausnahme.

## Rücksichtnahme:

### *Liegen sind für alle da*

- Saunaanlagen dienen der Gesundheitsförderung und der Erholung der Gäste.
- In Ruheräumen müssen sich die Gäste rücksichtsvoll und ruhig verhalten.
- Sexuelle Handlungen oder Darstellungen sind verboten.
- Laute Gespräche, Schweißabschaben, Bürsten und (selbstmitgebrachte) Peelings sind aus Gründen der Rücksichtnahme in den Schwitzräumen unzulässig.
- Liegen dürfen nicht dauerhaft belegt werden.

## Medien:

### *Keine Fotos!*

- Eine Mediennutzung, die zur Belästigung oder Störung anderer Gäste führt, ist nicht erlaubt.
- Das Fotografieren und Filmen von Saunagästen ist nicht gestattet. Mediengeräte mit entsprechender Funktionen dürfen nur in ausgewiesenen Bereichen genutzt werden.

## Speisen und Getränke:

### *Verzehr in der Gastro*

- Speisen und Getränke dürfen aus hygienischen Gründen nur in gekennzeichneten Bereichen verzehrt werden.
- Mitgebrachte Speisen und Getränke dürfen im gastronomischen Bereich nicht verzehrt werden.
- Alkoholische Getränke dürfen nicht mitgebracht werden.
- Der Konsum von Rauschmitteln ist untersagt.
- Die Verwendung von zerbrechlichen Materialien (Glas, Porzellan u. ä.) ist nicht gestattet.

Die **Haus- und Badeordnung** ist beim Deutschen Sauna-Bund in fünf Sprachen erhältlich. Hier können auch einzelne Passagen kopiert und an den entsprechenden Orten in der Saunaanlage sichtbar angebracht werden. **Kulturelle Vielfalt** kann eine Herausforderung sein. Wenn neue Gäste anderer Kulturkreise oder Religionen sich direkt mit einbezogen und angesprochen fühlen, können viele Konflikte vermieden werden. Auch hier ist es sinnvoll die bestehenden Baderegeln nicht nur mitzuteilen, sondern auch zu erklären.

Wie wäre es mit einem **Malwettbewerb**? Bilder haben den Vorteil, dass sie lehrreich und unterhaltsam sein können und dass sie in jeder Sprache verstanden werden. Sie könnten Ihre Gäste Comics zu den Sauna Wirkungen oder den Baderegeln zeichnen lassen. Die Bilder lassen sich nachher hervorragend im Bad oder für eigene Marketingmaßnahmen verwenden.

Wussten Sie, dass es bei WhatsApp einen **Sauna-Emoticon** gibt? Das entwickeln und aushängen von schönen Icons, zum Beispiel für das Handyverbot und das Handtuch-Gebot, ist ein unaufdringlicher Weg ihren Gästen etwas mitzuteilen. Auch hier bietet sich der Vorteil, dass Bilder in jeder Sprache verstanden werden.

Die **Innenseite der Garderobenschranktüren** ist ein guter Platz, um direkt zu informieren. Ihre Gäste werden so bereits beim Auskleiden über Ver- und Gebote informiert. Hier können Sie auch Bilder, Grafiken oder Karikaturen anbringen. So vermeiden Sie den erhobenen Zeigefinger.



## Gesundheit und Wohlbefinden – der Kreislauf der Erholung

**Nacktheit** ist ein sehr präsent Thema in Saunaanlagen. Es muss in der Haus- und Badeordnung angesprochen werden. Hier ist Fingerspitzengefühl gefragt. In keinem anderen Land der Erde gibt es so viele öffentliche Saunaanlagen, in denen gemeinschaftlich nackt sauniert wird, wie in Deutschland. In Italien und Spanien tragen die Gäste während des Aufgusses Badekleidung und in Finnland wird in erster Linie

im privaten Rahmen gebadet. Aus verschiedenen Gründen empfiehlt sich das nackte Saunabaden. Werden die Begründungen den Saunagästen erklärt, fällt es häufig leichter, sich daran zu halten; unabhängig von Kulturkreis und Religion.

Die wichtigsten Gründe haben wir für Sie aufgelistet:

### Nackt in der Sauna – Warum?

- Badekleidung behindert das gewünschte Schwitzen am ganzen Körper. Sie beeinträchtigt die Wärmeaufnahme durch die Wärmestrahlung und die warme Luft.
- In Ausnahmefällen können sich Hautirritationen durch die Badekleidung ergeben.
- Durch das Schwitzen unter der Badekleidung entsteht eher eine Geruchsbelästigung als beim nackten Schwitzen oder z.B. beim Schwitzen in ein Handtuch.
- Ein nackter Körper ist deutlich schneller gereinigt und abgetrocknet als Badekleidung.
- Belastende Stoffe aus der Kleidung können in die Haut gelangen.
- Badekleidung ist oft nass. Das Holz in den Schwitzkabinen würde deutlich stärker beansprucht.
- Mit der Badekleidung werden Keime in andere Bereiche der Saunaanlage und des Schwimmbades „transportiert“. Badebecken, Liegen und Sitzgelegenheiten werden so unhygienisch belastet.
- Solange alle Badegäste unbekleidet sind, ist die Scham deutlich geringer, als wenn einzelne Badegäste Kleidung tragen. Es ist also auch eine demokratische Entscheidung.

Das Verhältnis zum unbekleideten Körper ist unterschiedlich. Im Gegensatz zu den Gästen, die sich nicht gern unbekleidet in Saunaanlagen bewegen, gibt es auch Gäste, die es als angenehm empfinden, nackt sein zu dürfen. In gastronomischen Bereichen besteht jedoch eine Bekleidungspflicht. Dies hat sowohl hygienische als auch äs-

thetische Gründe. Korrekturen am Verhalten der Gäste müssen diplomatisch vorgenommen werden. Die Gäste dürfen nicht das Gefühl haben, sie seien unansehnlich. Für Ruheräume und Aufenthaltsbereiche sollte die Bekleidungsordnung klar gekennzeichnet sein. Es empfiehlt sich auch dort das Tragen eines Bademantels.

Ein Quiz ist immer eine gute Möglichkeit um herauszufinden, wie gut sich Ihre Gäste bereits mit der Haus- und Badeordnung oder auch in Ihrem Betrieb auskennen und wie viel sie über die Wirkungen von Wärme und Kälte auf den Körper wissen. Mögliche Preise für ein Quiz finden Sie in der Kategorie Werbemittel.

Der Deutsche Sauna-Bund hat 2018 einen Informationsfilm „SAUNA – natürlich! gesund“ auf YouTube hochgeladen. Sie können ihn gern zeigen und so eventuelle Wissenslücken schließen. Der Film eignet sich außerdem um Ihre Gäste über das Thema Krankheiten und Sauna zu informieren.



Im Sauna Matti Online Shop finden Sie auch den Leporello „Richtig Saunabaden“. Dieser enthält alle wichtigen Informationen für Ihre Gäste.

## Sauna – aber richtig!

Saunabaden soll die Gesundheit fördern und Spaß machen. Damit dies gelingt, empfehlen wir einige Grundsätze:

### Die Vorbereitung

- Nicht abgehetzt in die Sauna kommen. Ein Saunabesuch soll von Beginn an Erholung sein.
- Nicht mit vollem Magen oder hungrig saunabaden. Beides kann das Wohlfühl stören.
- Eine gründliche Körperreinigung ist vor Badebeginn hygienisch.
- Ein warmes Fußbad vor Betreten des Saunaraums fördert das Schwitzen; denn die Weitstellung der Blutgefäße in der Haut bietet den Schweißdrüsen mehr Flüssigkeit.

### Die Erwärmung

- Im Saunaraum wird aus hygienischen Gründen ein Liegetuch unter den ganzen Körper gelegt.
- Badeschuhe werden aus Sicherheitsgründen nicht mit in den Saunaraum genommen.
- Die beste Position ist das Liegen, dann wird der Körper gleichmäßig erwärmt
- Bei Aufgüssen ist es höflich, die Darbietung sitzend zu verfolgen. Das Platzangebot verlangt dies oft, aber auch der Respekt vor der Leistung des Aufgießers.

- Der Aufenthalt im Saunaraum sollte kurz sein. Acht bis zwölf, maximal fünfzehn Minuten, genügen für eine ausreichende Wärmeaufnahme.
- Die Wärmeaufnahme sollte intensiv sein. Die oberen und mittleren Saunabänke sind dafür ideal.
- Für eine gesundheitlich fördernde Aufenthaltszeit in der Saunawärme sollte das Körpergefühl beachtet werden.
- Lautes Reden und Kreislauf belastende Übungen sind im Saunaraum zu vermeiden. Sie stören die Entspannung der Mitbadenden.
- Schweißschaben und/oder Bürsten ist im Saunaraum aus hygienischen Gründen nicht erlaubt.
- Nach dem Liegen sollte der Gast noch kurze Zeit (ca. 2 Minuten) sitzen, damit der Kreislauf sich wieder an die aufrechte Haltung gewöhnt. Die im Saunaraum weitgestellten Blutgefäße lassen das Blut sonst leicht in der Peripherie versacken.

### Die Abkühlung

- Zuerst sollten die Atemwege an der frischen Luft gekühlt werden.
- Beim Aufenthalt im Freiluftbereich oder im Garten sollte der Gast nicht stehen bleiben. Gehen ist günstig, damit das Blut nicht wegen der noch weitgestellten Blutgefäße in die Beine versackt.
- Für die Kaltwasseranwendungen bieten sich Schwallbrause und Kneippschlauch an. Abkühlen mit dem Kneippschlauch ist die schonendste und gründlichste Anwendung.
- Eine starke Abkühlung des Kopfes kann zu Kopfschmerzen führen.
- Vor dem Abkühlen im Kaltwasser-Tauchbecken muss geduscht werden, damit der Schweiß nicht das Wasser verunreinigt.
- Saunagäste mit hohem Blutdruck sollten das Kaltwasser-Tauchbecken nicht nutzen. Der Wasserdruck und der Kältereiz könnten zu einem Blutdruckanstieg führen.
- Die Nutzung des Fußwärmebeckens gehört zur Abkühlphase. Das warme Wasser öffnet wieder die zuvor verengten Blutgefäße in der Haut. Im Körperinneren kommt es zu einem Temperatenausgleich.

### Zeit zum Relaxen

- Nach Abschluss eines Saunaganges kann im Ruheraum weiter entspannt werden. Dort muss man beachten, ob Gespräche gestattet sind.
- Nach einem Saunagang ist der Körper gut auf eine Massage oder eine andere Wellness-Anwendungen vorbereitet.

## Kommunikation und Konsum – die Motivation der Gäste

Es ist hilfreich, die **Bedürfnisse und Motive der Badegäste** zu kennen. Kommen sie, um sich zu pflegen und weil sie mit dem Saunabesuch einen Tag für die Schönheit verbinden, so wird ein Verbot von mitgebrachten Produkten auf wenig Verständnis stoßen. Bieten Sie deshalb selbst Anwendungen mit Peelings an. Das Dampfbad ist dafür der geeignete Platz. Dann haben Sie die Anwendungen zeitlich und örtlich begrenzt und können im Anschluss direkt den Bereich säubern. Gute Erfahrung wurde auch mit einem eigens für Peelings und weitere Körperpflegeaktionen eingerichteten Raum gemacht. Peelings mit einer Erklärung zur richtigen Handhabung durch das Badpersonal oder über eine Informationstafel, werden Ihre Gäste schätzen. Im Leitfa-den 2017 hat der Deutsche Sauna-Bund einfache und schnelle Rezepte für schöne Peelings veröffentlicht. Diese können Sie in diesem Jahr gut wieder aufgreifen:



### ■ Zucker-Rosmarin-Peeling

Zucker und Olivenöl im Verhältnis fünf zu drei mischen, sodass eine dicke Paste entsteht. Frische oder getrocknete Rosmarinspitzen kleinhacken und dazu geben. Sie verleihen dem Peeling eine belebende Duft-Note.

### ■ Meersalz-Peeling

Meersalz im Verhältnis zwei zu eins mit einem pflegenden Öl wie z.B. Mandelöl, Olivenöl oder Avocadoöl vermengen. Für ein besonderes Dufferlebnis können noch wenige Tropfen ätherischen Öls darunter gemischt werden: Zitrusnoten wie z.B. Orange oder Limette sind dazu gut geeignet.

### ■ Kaffee-Peeling

Frischen Kaffeesatz im Verhältnis ca. fünf zu zwei mit Olivenöl vermengen. Nach dem Einreiben mit dem Peeling abduschen und mit Duschgel abwaschen, um den Kaffeegeruch zu entfernen. Das Kaffee-Peeling frisch herstellen, da der Kaffeesatz sonst schnell schimmelt.

### Hinweis:

Ein Peeling sollte nicht zu trocken, aber auch nicht zu ölig sein. Ist zu viel Öl verwendet worden, kann noch etwas Salz/Zucker/Kaffee hinzugegeben werden oder umgekehrt.

Die **Nutzung von mobilen Endgeräten**, wie Tablets, Handys oder E-Books ist für viele Gäste auch in der Sauna unverzichtbar. Gleichzeitig muss gewährleistet sein, dass in Bereichen, in denen Menschen gegebenenfalls unbekleidet sind, keine audiovisuellen Aufnahmen entstehen. Zudem wird die Geräuschkulisse von technischen Geräten in der Regel als störend empfunden. Um die Nutzung nicht generell verbieten zu müssen, können Sie das Verbot in ein Gebot umformulieren und solche Geräte in bestimmten Bereichen zulassen. Die Gastronomie bietet sich hierfür an, weil hier aus hygienischen Gründen eine Bekleidungspflicht besteht und zudem beim Essen ohnehin kommuniziert wird. Möchten Sie Ihren Gästen mehr Freiraum lassen, können Sie bereits am Empfang Fotolinsen oder auch Mikrophone abkleben lassen. Passende Sticker, z.B. mit Ihrem Bad-Logo oder einer Werbung, liegen im Idealfall dafür bereit. Wichtig ist, dass die Sticker im Saunabereich ab und zu unauffällig überprüft werden. Es wird immer wieder Gäste geben, die sie eigenmächtig entfernen.

Auch die **analoge Kommunikation** bedarf in der Saunaanlage bestimmter Regeln. Saunagäste kommen sowohl der Ruhe als auch der Geselligkeit wegen. Bieten Sie deshalb einen Ruheraum an, in dem das Sprechen untersagt ist. Ergänzt durch klar benannte Kommunikationsbereiche, die zum Austausch einladen, können alle Interessen abgedeckt werden. Dies lässt sich auch auf die Saunakabinen übertragen. Jeder Bereich der Saunaanlage sollte klar gekennzeichnet sein. Der Gast muss schnell erkennen, wo er sich unterhalten darf und wo geschwiegen wird. Bei „Zwischenräumen“ können Sie zur leisen Kommunikation auffordern. Illustrationen sind dafür ein Weg der Umsetzung.

Manchmal ist es auch notwendig eine **freundliche Kommunikation** anzuregen. Das Begrüßen beim Betreten der Saunakabine ist hier immer wieder ein Thema. Zur Kommunikation gehört auch die Körpersprache. Während die Mitarbeiter zugänglich und offen wirken sollten, schirmen sich manche Gäste gerne ab. Ein sinnvoller körperlicher Abstand sollte grundsätzlich eingehalten werden.



Die Nutzung von **Ruheliegen** wird sehr unterschiedlich gehandhabt. Jeder Gast sollte die Möglichkeit haben, sich nach dem Saunagang auszuruhen. Das ist zur umfassenden Erholung förderlich. Es gibt aber auch Gäste, die sich gern für einen längeren Aufenthalt einrichten. Um allen Gästen gerecht zu werden, können zum Beispiel ausgewiesene Liegen gegen einen Aufpreis vermietet werden. Alle anderen Liegen werden vom Saunapersonal regelmäßig abgeräumt, wenn es voll ist. Die eingesammelten Sachen können in gekennzeichneten Boxen verwahrt werden. Darüber muss der Gast unbedingt informiert werden. Ein Hinweiskärtchen auf der geräumten Liege weist zum Beispiel darauf hin, wo die Sachen zu finden sind. Rechtlich ist es zulässig, Sachen der Gäste von der Liege zu entfernen, da die Gäste in der Haus- und Badeordnung aufgefordert werden, ihre Wertsachen sicher zu verschließen.

Die **Gastronomie** ist ein wichtiges Thema – für den Badbetreiber genauso wie für die Gäste. Hier wird zusätzlicher Umsatz generiert und gleichzeitig ein Grundbedürfnis befriedigt. Aus hygienischen Gründen sollte die Gastronomie nur im Bademantel genutzt werden. Rauchen sollte nur in ausgewiesenen Bereichen erlaubt sein. Der Umgang mit mitgebrachten Speisen und Getränken muss überlegt werden. Oft ist beides untersagt, obwohl dies rechtlich zweifelhaft ist.

Glasflaschen sind in Bädern problematisch. In Barfußbereichen besteht ein Sicherheitsrisiko. Mitgebrachte Getränke sollten nur in einem festgelegten Bereich gestattet werden. So werden Verschmutzungen und Geruchsbelästigung anderer Gäste verhindert. Für viele Gäste gehört auch der Verzehr von **Alkohol** zu einem entspannten Tag. Dies sollte nur innerhalb der Gastronomie erlaubt werden. So erkennt das Personal, wieviel die Gäste zu sich nehmen. In einigen Betrieben hat es sich auch bewährt, die Zahl der alkoholischen Getränke zu limitieren. Dies kann z.B. über das Chipsystem erfolgen.

Nutzen Sie den Tag der Sauna 2018 um eine kleine **Umfrage** unter Ihren Saunagästen durchzuführen. So erfahren Sie mehr über die Motivation ihr Bad zu besuchen und was die Gäste besonders schätzen. Verbesserungsmöglichkeiten können so ermittelt werden. Eine **Verlosung** kann ein zusätzlicher Anreiz zur Teilnahme sein.

Im Rahmen eines Saunaganges treten unterschiedliche Situationen der Etikette auf, wie z.B. nackt in der Saunakabine aber nicht in der Gastronomie. Engagierte **Pantomimen** oder Laienschauspielern könnten diese Unterschiede aufgreifen und unterhaltsam darstellen.

Sie können Ihre Gäste auch animieren, **witzige Saunasprüche** oder Reime zu entwickeln. Diese können mit einem Augenzwinkern präsentiert werden:

*„Im Schweiß deines Angesichts  
sollst du nicht essen.“*

*„In der Sauna gibt es Fülle  
ohne Hülle.“*

*„Das Wort Sauna kommt nicht von  
Sau. Drum benimm dich nicht so.“*



## Freundlich und bestimmt – das professionelle Personal

Vieles hängt vom Saunapersonal ab. Es bestimmt mit seinem Auftreten, seiner Ansprache und seiner Kompetenz die Atmosphäre in der Anlage. An der Kleidung sollte sofort erkennbar sein, dass es zum Betrieb gehört. Bei Verstößen gegen Regeln und die Hausordnung ist es wichtig, dass sofort, bestimmt und angemessen angemessen reagiert wird. Dies gilt für das gesamte Personal, ohne Ausnahme. Dies ist auch als Signalwirkung und Fürsorge für andere Gäste wichtig. Dafür ist Diplomatie und Fingerspitzengefühl nötig. Der Umgang mit Saunagästen kann geübt werden. Der Deutsche Sauna-Bund bietet hierfür eine speziell konzipierte Schulung „Service mit Herz“ an (auch als Inhouse-Schulungen

möglich).

Als zusätzliches Angebot hat der Sauna-Bund auf Facebook eine geschlossene Gruppe zum aktuellen Motto eingerichtet. Hier können sich Saunameister bei Bedarf über die Herausforderungen im Arbeitsalltag austauschen. Häufig stellen sich in den Betrieben sehr ähnliche Fragen. So treten Sie der Gruppe bei:

- Rufen Sie die Gruppe „Sauna – Service mit Herz“ auf.
- Beantragen sie den Beitritt zur Gruppe.
- Schreiben Sie eine Nachricht an den Deutschen Sauna-Bund, unter Angabe Ihres Betriebs.

### Service mit Herz

*„Es reicht nicht zu wissen, was wir tun könnten.  
Wir müssen fähig werden, es tatsächlich zu TUN.“*

Konfliktsituationen sind ein unausweichlicher Bestandteil der Tätigkeit jedes Dienstleisters - insbesondere der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter öffentlicher Sauna-Anlagen. Die verborgenen Gesetzmäßigkeiten von Konfliktsituationen und die damit verbundenen, „unangenehmen“ Gespräche sind erlern- und vor allem trainierbar.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich eingeladen, in diesem Seminar neue Erkenntnisse zu gewinnen und Fähigkeiten zu erwerben bzw. diese auf praktische Weise weiterzuentwickeln. Das erworbene Wissen ist nicht nur für die berufliche Tätigkeit sondern auch in einem ganz allgemeinen Sinn von entscheidender Bedeutung. Das erklärte Ziel ist: Vom ohnmächtigen Spielball einer Konfliktsituation zu ihrem souveränen Meister werden!

- **Konfliktsituationen** Wie sie entstehen und warum?
- **Haus- und Badeordnung - Hausetikette**  
Wie wichtig ist sie? Wer bestimmt die Atmosphäre?
- **Spielregeln einhalten und Grenzen setzen**  
Von geschriebenen und ungeschriebenen Gesetzen!
- **Entscheidungen treffen und konsequent handeln**  
Aber wie trifft man die richtige Entscheidung?
- **Gesprächsstrategien** Gemüter beruhigen oder Öl aufs Feuer gießen?
- **Konfliktlösungsstraining** Rollenspiel mit den Kolleginnen und Kollegen trainieren!

Termine und Preise auf [www.sauna-bund.de](http://www.sauna-bund.de)

## 4. Die Website

Für den **Tag der Sauna** steht eine eigene Website zur Verfügung. Hier können Sie sich informieren, aktuelle Meldungen erfahren, auf sich und Ihre Aktionen aufmerksam machen und im Anschluss an den **Tag der Sauna** Ihre besonderen Eindrücke in einer Fotogalerie veröffentlichen. Dazu stellen wir eine Datenbank zur Verfügung, in die Sie sich mit Ihren Aktivitäten eintragen lassen können. So werden auch die Medien und Gäste auf Ihre Aktionen aufmerksam. Außerdem stellen wir gern nach dem Aktionstag Ihre Fotos in der Galerie der Website ein, um Interessenten einen Eindruck von den Aktionen geben zu können und Appetit auf den nächsten **Tag der Sauna** zu machen.

Wir machen auch auf Facebook Werbung für den **Tag der Sauna**. Ihre Logos und Ihre besten Aktionsfotos veröffentlichen wir gerne unter: [www.facebook.com/DeutscherSaunaBund/](http://www.facebook.com/DeutscherSaunaBund/)

Für die Einträge setzten Sie sich bitte mit uns in Verbindung:  
Telefon 0521/96679-22  
[info@tagdersauna.de](mailto:info@tagdersauna.de)



## 5. Der Medienauftritt

Der Deutsche Sauna-Bund unterstützt die Aktivitäten der teilnehmenden Saunaanlagen zum **Tag der Sauna** und bereitet die Veranstaltung durch eine gezielte Presse- und Öffentlichkeitsarbeit vor:

- Wir informieren die Medien (Regional- und Fachpresse, Radio, TV) bundesweit über den **Tag der Sauna**
- Auf lokaler Ebene kommen die Presseverteiler der teilnehmenden Betriebe zum Einsatz, hierfür können Sie gerne die Musterpressemeldung nutzen
- Die Fachzeitschrift „Sauna & Bäderpraxis“ berichtet über den **Tag der Sauna**
- Wir berichten auf unseren Websites und auf Facebook über den **Tag der Sauna**

## 6. Muster Pressemitteilung

Nutzen Sie diesen Text als Vorlage für eine eigene Pressemitteilung zu Ihren speziellen Aktionen am **Tag der Sauna**. Ergänzen Sie ihn mit Ihren eigenen Ideen und fügen Sie Bilder Ihres Unternehmens hinzu. Das Logo zum **Tag der Sauna** und frei verfügbare Bilder können auf der Website zum **Tag der Sauna** unter [www.tagdersauna.de](http://www.tagdersauna.de) im

Bereich Service heruntergeladen werden. Diese Meldung können Sie an Ihre lokalen Medien verschicken und so Ihren Aktionstag ankündigen. Bitte senden Sie uns ebenfalls Ihre Presseinformation zu, damit wir sie in unsere Datenbank aufnehmen und dafür werben können.

### **Tag der Sauna 2018: Sauna. Mit Herz und Verstand!**

Am 24. September ist es wieder soweit: Deutschlandweit wird bereits zum fünften Mal der Tag der Sauna gefeiert. Das diesjährige Motto fokussiert das klassische Saunabaden in öffentlichen Anlagen - mit allen Chancen und Herausforderungen für das Miteinander und die Gesundheit.

Zum Ende des Spätsommers zieht es wieder viele Menschen in die Sauna. Die letzten warmen Sonnenstrahlen werden in den Außenbereichen der Saunaanlagen genossen und den ersten kalten Tagen wird in der Schwitzkabine getrotzt. In Deutschland gibt es mehr als 2.000 öffentliche Saunaanlagen mit gut 16 Millionen Besuchern pro Jahr.

Die meisten Saunagäste suchen nach Entspannung und wollen etwas für ihre Gesundheit tun. Damit sich alle gleichermaßen wohlfühlen ist ein höflicher und respektvoller Umgang miteinander notwendig. Die Einhaltung der Haus- und Badeordnung spielt eine wichtige Rolle. Der kulturelle Austausch aber auch das unterschiedliche Verständnis von Erholung stellen die Mitarbeiter von Saunabädern immer wieder vor Herausforderungen.

Mit abwechslungsreichen Aktionen werden die unterschiedlichen Do's und Dont's der Sauna, am 24. September, in den teilnehmenden Betrieben erklärt und erlebbar gemacht. Die Badegäste erwartet ein unterhaltsames Programm und sie haben die Möglichkeit neues Wissen über das Saunabaden zu erlangen und altes aufzufrischen.

Der Tag der Sauna ist eine Gemeinschaftsaktion des Deutschen Sauna-Bundes, die jedes Jahr zu Beginn der Sauna-Saison am 24. September stattfindet. Der Aktionstag erfreut sich mit jedem Jahr größerer Beliebtheit.

# 7. Tag der Sauna kompakt

## Warum gibt es einen **Tag der Sauna**?

Die Idee entstand im Qualitätsausschuss des Deutschen Sauna-Bundes, der für die Vergabe der Qualitätszeichen Classic, Selection und Premium zuständig ist. In einem Workshop wurden Details von Mitgliedern des Sauna-Bundes erarbeitet. Mit dem **Tag der Sauna** werden Marketingfolge erhofft. Die Öffentlichkeit soll zu Saisonbeginn auf die Themen Sauna und Wellness aufmerksam gemacht werden, den Saunabetrieben soll eine Präsentationsplattform geboten und über die Darstellung aller Aspekte des Saunabadens eine Imagesteigerung erzielt werden.

## Warum sollten die Saunaanlagen am **Tag der Sauna** teilnehmen?

Der **Tag der Sauna** ist eine gute Gelegenheit, Saunabaden als besonderes Erlebnis neben anderen Freizeitaktivitäten hervorzuheben und damit neue Gäste zu gewinnen. Außerdem bietet dieser Tag die Möglichkeit, Neues im Betrieb auszuprobieren und für die Gäste das Bekannte um Ungewöhnliches zu erweitern. Die Aktionen sind damit auch Stammkundenbindung. Durch begleitende Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Deutschen Sauna-Bundes können Sie auf sich aufmerksam machen und die besonderen Merkmale Ihrer Anlage präsentieren.

## Warum ein Motto?

Ein Motto gibt den Aktionen zum **Tag der Sauna** eine gemeinsame Richtung. Hieran können sich die Saunaanlagen mit ihren Aktionen orientieren und aus der Fülle der Ideen entsprechend auswählen. Außerdem bietet sich durch ein Motto die Möglichkeit, ein aktuelles Thema in den Vordergrund zu stellen und damit die Breite des Angebots durch Aktionen sichtbar zu machen.

## Warum wurde der 24. September zum **Tag der Sauna** gewählt?

In den Verzeichnissen für Aktionen und Gedenktage war das Datum ohne konkurrierende andere Aktionstage noch frei. Im September eines Jahres beginnt die eigentliche Saunasaison.

## Wie kann ich teilnehmen?

Jedes Mitglied des Deutschen Sauna-Bundes kann am **Tag der Sauna** teilnehmen. Informieren Sie uns über Ihre Aktionen am Tag der Sauna.

Melden Sie sich bei uns.

Wir nehmen gern Ihre Aktivitäten in die Datenbank auf der Website auf und beraten Sie bei der Suche und Umsetzung von Aktionsideen!

## 8. Noch Fragen?

Bei weiteren Fragen zum **Tag der Sauna** steht Ihnen Winnie Rüter beim Deutschen Sauna-Bund zur Verfügung.

Telefon 0521 / 9 66 79-22

Telefax 0521 / 9 66 79-19

[info@tagdersauna.de](mailto:info@tagdersauna.de)

[www.tagdersauna.de](http://www.tagdersauna.de)

[www.facebook.com/DeutscherSaunaBund](https://www.facebook.com/DeutscherSaunaBund)

# 9. Werbemittel-Shop

## Werbung



### Plakat

DIN A2  
(Breite 420 x Höhe 594 mm)



### Bowflag

(Höhe 2,10 m)



### Tischaufsteller

zum Falzen  
(Breite 95 x Höhe 165 mm)



### Bierdeckel

oval  
(Breite 130 x Höhe 95 mm)



### Aufkleber

(Breite 37,5 x Höhe 45 mm)



### Tischset

DIN A3  
(Breite 420 x Höhe 297 mm)

## Giveaway



**CD:**  
„Duftreise  
Verbundenheit“



### Duschgel Hair & Body

„Tag der Sauna“  
(31 ml)



### Aufgusskonzentrat

„Verbundenheit“  
(200 ml)



### Bodylotion

„Tag der Sauna“  
(31 ml)



**Leporello**  
„Richtig Saunabaden“  
(12 Seiten)



### Sitzunterlage aus Frottee

(40 x 40 mm)



### Bastelbogen Saunahut

„Gut behütet in die Sauna!“  
inkl. Bastelanleitung, DIN A2

Bestellen Sie mit dem Bestellformular von Seite 24 per Fax, Post, E-Mail, oder Internet.

# 10. Bestellformular für Werbemittel

Werbung	Bestellmenge	Gesamtstückzahl	Preise €	Gesamtpreis €
<b>Bowflags</b> für drinnen und draußen (Höhe 2,10 m)				
1 Stück	<input type="checkbox"/>	pro Stück	179,00	
ab 5 Stück			159,00	
<b>Plakate</b> (DIN A 2 = Breite 420 x Höhe 594 mm)				
1 Stück	<input type="checkbox"/>	pro Stück	3,00	
ab 5 Stück			2,00	
<b>Tischsets</b> (DIN A 3 = Breite 420 x Höhe 297 mm) 50 Blatt verleimt zum Block				
1 Block	<input type="checkbox"/>	pro Block	8,00	
ab 2 Blöcke			6,00	
<b>Tischaufsteller</b> zum Falzen (Breite 95 x Höhe 165 mm)				
25 Stück	<input type="checkbox"/>	pro 25 Stück	12,00	
ab 50 Stück			10,00	
<b>Bierdeckel</b> oval (Breite 130 x Höhe 95 mm)				
50 Stück	<input type="checkbox"/>	pro 50 Stück	17,00	
ab 100 Stück			15,00	
<b>Aufkleber</b> (Breite 37,5 x Höhe 55 mm)				
90 Stück	<input type="checkbox"/>	pro 90 Stück	11,70	
ab 450 Stück			10,00	
<b>Giveaway</b>				
<b>Duschgel</b> Hair & Body „Tag der Sauna“ (31 ml)				
5 Stück	<input type="checkbox"/>	pro Stück	0,78	
ab 5 Stück			0,58	
<b>Bodylotion</b> „Tag der Sauna“ (31 ml)				
5 Stück	<input type="checkbox"/>	pro Stück	0,78	
ab 5 Stück			0,58	
<b>Aufgussmittel</b> „Verbundenheit“ (200 ml)				
1 Stück	<input type="checkbox"/>	pro Stück	12,50	
ab 10 Stück			11,00	
<b>CD: „Duftreise Verbundenheit“</b>				
1 Stück	<input type="checkbox"/>		18,00	
<b>Sitzunterlage aus Frottee</b> (40 x 40 cm)				
1 Stück	<input type="checkbox"/>	pro Stück	3,00	
ab 10 Stück			2,50	
<b>Leporello</b> „Gesundheitstipps für die Sauna“				
500 Stück	<input type="checkbox"/>	pro 500 Stück	150,00	
ab 100 Stück			90,00	
<b>Bastelbögen für Saunahut</b> „Gut behütet in die Sauna!“ 50 Blatt verleimt zum Block, inkl. Bastelanleitung				
1 Block	<input type="checkbox"/>	pro Block	5,00	
ab 5 Blöcke			4,50	

Alle Preise zuzüglich Mehrwertsteuer und Versandkosten. Preisänderungen vorbehalten.

# Bestellformular für Werbemittel

## Rechnungsanschrift

---

Firma

---

Name, Vorname

---

Straße

---

PLZ, Ort

---

Tel.

---

E-Mail

## Abweichende Lieferanschrift

---

Firma

---

Name, Vorname

---

Straße

---

PLZ, Ort

---

Datum, Unterschrift

### **Bestellen Sie per**

#### **Fax, Post, E-Mail oder Internet**

1. per Fax: 0521 | 9 66 79-19
2. per Post: Deutscher Sauna-Bund, Meisenstraße 83, 33607 Bielefeld
3. per E-Mail: [info@sauna-bund.de](mailto:info@sauna-bund.de)
4. im internet: [www.tagdersauna.de](http://www.tagdersauna.de)

## Impressum

Herausgeber:  
Deutscher Sauna-Bund e. V.  
Meisenstraße 83 • 33607 Bielefeld  
Telefon +49 (0)521 / 9 66 79-0  
Telefax +49 (0)521 / 9 66 79-19  
[www.sauna-bund.de](http://www.sauna-bund.de)  
[info@sauna-bund.de](mailto:info@sauna-bund.de)