

RL 25-01

Réalisation de rituels d'aufguss manuels en sauna

Exposé

La directive RL 25-01 définit pour la première fois des standards uniformes, conformes au droit et orientés vers la pratique pour la réalisation des rituels d'aufguss manuels dans les installations de sauna publiques en Suisse. Elle a été élaborée afin de garantir durablement et de développer la sécurité, la qualité et le professionnalisme des cérémonies d'aufguss au sein de la culture suisse du sauna.



**Schweizer
Sauna Bund**
Fédération suisse des saunas
Federazione Svizzera della Sauna

État : janvier 2026

Statut du document et versioning

Identification du document

Titre : Directive RL 25-01 – Réalisation des rituels d’aufguss manuels en sauna

Éditeur : Fédération suisse des saunas (FSS), secteur Formation et perfectionnement

Historique des versions

Version	Date	Statut	Description
0.1	Printemps 2025	Projet	Première version interne
0.2	Décembre 2025	Projet	Extension et révision technique
0.9	Janvier 2026	Projet final	Consolidation formelle et préparation à la publication
1.0	1er février 2026	En vigueur	Première publication officielle

Version en vigueur

Version : 1.0

État : janvier 2026

Entrée en vigueur : 1er février 2026

Statut d’application

Avec l’entrée en vigueur de la version 1.0, toutes les versions antérieures de projet de la présente directive perdent leur validité.

Seule la version en vigueur publiée par la Fédération suisse des saunas fait foi.

Évolution et révisions

La Fédération suisse des saunas se réserve le droit de réviser, d’actualiser ou de développer la présente directive en fonction de l’évolution des pratiques professionnelles, des exigences de sécurité ou du cadre réglementaire.

Toute modification fait l’objet d’une nouvelle version publiée et communiquée de manière appropriée.

Relation avec le chapitre 9

Les dispositions relatives à l’entrée en vigueur, à la version faisant foi, à l’éditeur ainsi qu’aux coordonnées de contact sont réglées de manière exhaustive au chapitre 9 (Dispositions finales). Le présent chapitre a pour seul objectif d’assurer la traçabilité documentaire et la transparence du versioning.

RL 25-01 – Réalisation de rituels d’aufguss manuels en sauna	État : janvier 2026	Page 1 sur 26
--	---------------------	---------------

Table des matières

Statut du document et versioning	1
1 Champ d'application	4
1.1 Objet du présent chapitre.....	4
1.2 Champ d'application territorial et institutionnel	4
1.3 Champ d'application matériel	5
1.4 Champ d'application personnel	5
1.5 Délimitation.....	5
1.6 Relation avec d'autres réglementations	5
2 Objectif de la directive.....	6
2.1 Finalité	6
2.2 Groupes cibles	6
2.3 Rôle dans le management de la qualité et de la sécurité.....	6
3 Intégration dans le système juridique suisse.....	6
3.1 Statut juridique.....	6
3.2 Bases légales pertinentes (liste non exhaustive).....	7
3.3 Responsabilité.....	7
4 Définitions	7
4.1 Aufguss	7
4.2 Types d'aufguss	8
4.3 Produits d'aufguss	8
4.4 Personnel d'aufguss.....	8
4.5 Client·e de sauna.....	9
4.6 Installation de sauna.....	9
4.7 Salle de sauna / cabine de sauna.....	9
4.8 Substance odorante.....	9
4.9 Technique de ventilation manuelle	10
4.10 Obligation de sécurité (devoir de diligence)	10
4.11 Qualification.....	10
5 Exigences générales relatives à la réalisation des rituels d'aufguss.....	11
5.1 Principes fondamentaux	11
5.2 Conditions requises dans la cabine de sauna	11
5.3 Information des client·e·s.....	12
5.4 Déroulement technique de l'aufguss	12
5.5 Exigences en matière d'hygiène	13
5.6 Critères d'interruption.....	13

6 Engagement du personnel	14
6.1 Principe général	14
6.2 Qualification professionnelle du personnel d'aufguss	14
6.3 Responsabilité professionnelle et supervision	15
6.4 Formation et instruction	15
6.5 Instruction spécifique à l'exploitation	16
6.6 Aptitude médicale	16
6.7 Aptitude personnelle et comportement	17
6.8 Documentation	17
6.9 Planification des affectations et régénération du personnel d'aufguss.....	17
7 Réalisation du rituel d'aufguss	18
7.1 Principes généraux.....	18
7.2 Préparation.....	19
7.3 Information des client·e·s.....	19
7.4 Réalisation de l'aufguss	20
7.5 Quantité d'eau d'aufguss.....	21
7.6 Comportement pendant l'aufguss	22
7.7 Clôture et aération	22
7.8 Tenue du personnel d'aufguss	23
7.9 Documentation	24
8 Obligation de sécurité (devoir de diligence)	24
8.1 Principe général	24
8.2 Responsabilité.....	24
8.3 Sources de danger typiques lors des aufguss	24
8.4 Mesures de prévention des dangers.....	25
8.5 Comportement en cas d'événements	25
8.6 Documentation et traçabilité.....	26
9. Dispositions finales	26

1 Champ d'application

1.1 Objet du présent chapitre

Le présent chapitre définit le cadre d'application de la directive RL 25-01. Il précise de manière contraignante :

- les types d'établissements concernés,
- les activités couvertes,
- les acteur·rice·s impliqué·e·s,

ainsi que les cas dans lesquels la directive ne s'applique pas.

L'objectif est de garantir une qualification claire, tant sur le plan professionnel que juridique, de la directive en tant que **standard de référence sectoriel** de la **Fédération suisse des saunas**.

1.2 Champ d'application territorial et institutionnel

La présente directive s'adresse aux exploitant·e·s d'installations de sauna publiques en Suisse dans lesquelles des rituels d'aufguss manuels sont réalisés par du personnel employé par l'établissement.

Sont considérées comme des installations de sauna publiques au sens de la présente directive toutes les infrastructures exploitées à titre commercial qui :

- sont gérées par des personnes physiques, des entreprises ou des personnes morales, et
- sont physiquement accessibles à une clientèle externe (c'est-à-dire non utilisées exclusivement à des fins privées).

La directive décrit l'état reconnu des bonnes pratiques professionnelles en matière de :

- planification et organisation des rituels d'aufguss manuels,
- réalisation conforme aux règles de l'art,
- engagement du personnel d'aufguss dans des conditions compatibles avec la santé.

Elle constitue une **recommandation professionnelle** de la **Fédération suisse des saunas (FSS)**.

Elle ne crée pas d'obligations légales directes, mais peut être utilisée comme **standard de référence sectoriel**, notamment dans le cadre de :

- l'assurance qualité,
- la sécurité au travail et la protection de la santé,
- la formation, l'affectation et l'évaluation du personnel de sauna,
- les directives internes, contrats et systèmes de certification.

Des dérogations sont admissibles pour autant que des mesures organisationnelles ou techniques équivalentes garantissent un niveau de protection et de qualité comparable.

1.3 Champ d'application matériel

La présente directive s'applique exclusivement aux **rituels d'aufguss manuels** consistant à verser de manière ciblée de l'eau, de la glace ou des liquides préparés sur des pierres de poêle chauffées, afin d'intensifier de manière contrôlée les stimuli thermiques.

Ne relèvent pas du champ d'application de la présente directive :

- les systèmes d'aufguss automatisés,
 - les rituels et applications en hammam,
 - les applications d'inhalation, de lumière ou d'aromathérapie sans processus classique d'aufguss,
 - toute autre application thermique sans réalisation manuelle d'un aufguss.
-

1.4 Champ d'application personnel

La directive s'adresse en particulier aux :

- exploitant·e·s d'installations de sauna publiques,
 - personnes responsables sur le plan professionnel (p. ex. direction d'exploitation ou de secteur, responsables de la sécurité),
 - personnes chargées de la réalisation des aufguss (maître·sse·s de sauna, personnel spécialisé en aufguss),
 - institutions chargées de la planification et de la formation dans le domaine des rituels d'aufguss,
 - autorités cantonales et communales dans le cadre de leurs missions de surveillance et de contrôle.
-

1.5 Délimitation

La présente directive ne s'applique pas :

- aux saunas entièrement privés destinés exclusivement à un usage personnel ou familial,
 - aux saunas temporaires ou mobiles sans exploitation régulière de rituels d'aufguss,
 - aux compétitions d'aufguss et aux formats de spectacle régis par un règlement spécifique expressément dérogatoire.
-

1.6 Relation avec d'autres réglementations

La RL 25-01 est une directive nationale de la **Fédération suisse des saunas**.

Elle ne remplace aucune disposition légale ou norme en vigueur, mais les **complète au niveau de la pratique opérationnelle**.

2 Objectif de la directive

2.1 Finalité

La directive RL 25-01 a pour objectif de définir des standards uniformes, orientés vers la pratique et axés sur la santé pour la réalisation des **rituels d'aufguss manuels** dans les installations de sauna publiques en Suisse.

Elle vise notamment à :

- garantir des rituels d'aufguss sûrs et favorables à la santé,
- renforcer la qualité des prestations dans le secteur suisse du sauna,
- soutenir les exploitant·e·s et les professionnel·le·s dans l'exercice de leurs responsabilités,
- créer une base professionnelle claire et traçable pour la formation, le contrôle et l'évaluation.

2.2 Groupes cibles

La directive s'adresse aux :

- exploitant·e·s d'installations de sauna publiques,
- personnel d'aufguss et maître·sse·s de sauna,
- organismes de formation et de perfectionnement,
- responsables internes de la sécurité et de la qualité.

2.3 Rôle dans le management de la qualité et de la sécurité

La RL 25-01 sert de :

- cadre d'orientation opérationnel,
- base pour les directives internes et les formations,
- standard de référence pour les audits, les certifications et les processus de développement de la qualité.

3 Intégration dans le système juridique suisse

3.1 Statut juridique

La RL 25-01 est une directive sectorielle non législative ayant le caractère d'une norme professionnelle.

Elle se situe en dessous des dispositions légales, qu'elle précise toutefois de manière orientée vers la pratique.

Elle peut être prise en considération, dans le cadre de contrôles, d'expertises ou d'appréciations juridiques, comme **état reconnu de la pratique dans la branche**.

3.2 Bases légales pertinentes (liste non exhaustive)

L'application de la présente directive s'inscrit notamment dans le contexte des bases légales et réglementaires suivantes :

- loi sur le travail (LTr),
 - ordonnance sur la prévention des accidents (OPA),
 - loi sur les produits chimiques et ordonnance correspondante (LChim / OChim),
 - prescriptions cantonales en matière d'hygiène, de qualité de l'air intérieur et de sécurité d'exploitation,
 - directives et prescriptions de la CFST, de la SUVA et des autorités d'exécution compétentes.
-

3.3 Responsabilité

La responsabilité du respect des exigences légales ainsi que de la mise en œuvre conforme de la présente directive incombe à l'exploitant de l'installation de sauna.

La délégation de tâches est possible ; toutefois, la responsabilité globale demeure auprès de l'exploitation.

4 Définitions

Le présent chapitre définit les termes centraux nécessaires à la compréhension et à l'application de la directive RL 25-01.

Les définitions suivantes s'appliquent à l'ensemble du champ d'application de la présente directive et doivent être utilisées de manière contraignante lors de son interprétation et de sa mise en œuvre.

4.1 Aufguss

Un **aufguss de sauna**, au sens de la présente directive, désigne la vaporisation ciblée de liquides sur les pierres chaudes du poêle de sauna, dans le but d'intensifier de manière contrôlée l'effet thermique à l'intérieur de la cabine de sauna.

L'aufguss comprend :

- l'application d'eau, de glace ou de liquides préparés sur les pierres du poêle, ainsi que
- la répartition active de l'air chaud généré au moyen de **techniques de ventilation manuelle appropriées**.

4.2 Types d'aufguss

Selon l'objectif, le déroulement et les moyens utilisés, on distingue les types d'aufguss suivants:

- **Aufguss standard**
Aufguss classique comprenant généralement deux à trois rondes, utilisant de l'eau et, le cas échéant, des substances odorantes.
- **Aufguss à la glace**
Aufguss réalisé à l'aide de glace d'aufguss, éventuellement additionnée de substances odorantes.
- **Aufguss cérémoniel**
Aufguss structuré avec un cadre thématique, une séquence définie, une communication ciblée avec les client·e·s et des techniques de ventilation manuelle utilisées de manière consciente.
- **Aufguss spécial**
Aufguss intégrant des éléments complémentaires tels que, par exemple, le miel, les gommages, les herbes ou le son, pour autant que ceux-ci soient autorisés dans le cadre de la présente directive.

4.3 Produits d'aufguss

Les produits d'aufguss regroupent toutes les substances et tous les liquides utilisés lors d'un aufguss, notamment :

- **eau d'aufguss** : eau naturelle ou eau additionnée de substances odorantes,
- **glace d'aufguss** : eau congelée avec ou sans additifs aromatiques,
- **substances odorantes** : huiles essentielles, concentrés ou émulsions destinés à la composition olfactive.

Seuls des produits disposant d'une **fiche de données de sécurité complète (FDS)** peuvent être utilisés.

Les produits d'aufguss doivent être stockés, étiquetés et manipulés conformément à la législation en vigueur sur les produits chimiques.

4.4 Personnel d'aufguss

Sont considérées comme personnel d'aufguss toutes les personnes qui réalisent des rituels d'aufguss manuels sur mandat ou avec l'accord de l'exploitant.

On distingue :

- les **maître·sse·s de sauna** : professionnel·le·s qualifié·e·s disposant d'une formation attestée conformément à la présente directive,
- les **professionnel·le·s chargé·e·s de la réalisation des aufguss** : personnes employées par l'établissement ayant suivi une formation et une instruction documentées.

L'ensemble du personnel d'aufguss doit être :

- formé sur le plan professionnel,
 - apte sur le plan de la santé,
 - instruit quant aux procédures internes de l'établissement.
-

4.5 Client·e de sauna

Un·e client·e de sauna est toute personne se trouvant légalement dans la cabine de sauna et participant à l'aufguss sans intervenir activement dans le processus d'aufguss.

Les client·e·s de sauna sont considéré·e·s comme des personnes nécessitant une protection particulière au sens de la protection de la santé et de la sécurité des usager·ère·s.

4.6 Installation de sauna

Une installation de sauna comprend l'ensemble des locaux et équipements fonctionnellement liés servant à l'exploitation du sauna, notamment :

- les cabines de sauna,
 - les espaces de repos et de séjour,
 - les zones de douche et de refroidissement,
 - les zones d'accès, les locaux techniques et annexes,
 - le cas échéant, les espaces destinés au personnel et les zones de transition.
-

4.7 Salle de sauna / cabine de sauna

La salle de sauna (cabine de sauna) est un espace délimité sur le plan architectural, isolé thermiquement, équipé d'un système de chauffage et d'une ventilation appropriée, destiné à l'accueil de personnes à des températures comprises entre environ 70 °C et 100 °C.

Un aufguss au sens de la présente directive ne peut être réalisé que dans une salle de sauna prévue à cet effet.

4.8 Substance odorante

Une substance odorante est un produit chimique d'origine naturelle ou synthétique utilisé pour la composition olfactive d'un aufguss de sauna.

Les substances odorantes sont soumises aux dispositions de la législation sur les produits chimiques (LChim) et doivent être étiquetées, stockées et utilisées conformément à celles-ci.

4.9 Technique de ventilation manuelle

La **technique de ventilation manuelle** désigne tout mouvement manuel ou assisté de l'air visant à répartir de manière contrôlée la vapeur chaude dans la cabine de sauna.

Les techniques de ventilation manuelle courantes comprennent notamment :

- les mouvements réalisés à l'aide d'un textile (serviette, drapeau),
- les techniques à l'aide d'un éventail ou d'accessoires similaires,
- les mouvements circulaires, de balayage ou de projection de l'air.

Les techniques de ventilation manuelle doivent toujours être exécutées de manière :

- sûre,
- adaptée à l'espace,
- respectueuse des client·e·s.

4.10 Obligation de sécurité (devoir de diligence)

L'obligation de sécurité désigne le devoir de l'exploitant ainsi que du personnel d'aufguss de garantir, par des mesures appropriées, qu'aucun danger évitable ne menace les client·e·s ou les collaborateur·rice·s.

Elle comprend notamment :

- les mesures de sécurité structurelles et techniques,
- les consignes et procédures opérationnelles,
- la surveillance personnelle pendant l'aufguss.

4.11 Qualification

La qualification désigne l'aptitude professionnelle attestée à réaliser des rituels d'aufguss.

Une qualification au sens de la présente directive comprend :

- des formations suivies auprès d'organismes de formation reconnus ou des justificatifs équivalents au niveau de l'établissement,
- des instructions documentées,
- des connaissances en matière d'hygiène, de sécurité, de connaissance des substances et de premiers secours.

5 Exigences générales relatives à la réalisation des rituels d'aufguss

5.1 Principes fondamentaux

Un rituel d'aufguss manuel constitue une intensification thermique ciblée de la phase de sauna et implique des exigences accrues en matière de professionnalisme, de sécurité et de responsabilité.

Chaque aufguss doit :

- favoriser la santé et ne pas surmener les client-e-s,
- être réalisé de manière sûre et exempt de dangers évitables,
- être exécuté de manière techniquement correcte et reposer sur des actions formées,
- être planifié et organisé de manière traçable.

L'aufguss ne constitue pas une fin en soi, mais fait partie intégrante d'une exploitation globale du sauna axée sur le bien-être, la prévention et la sécurité.

5.2 Conditions requises dans la cabine de sauna

5.2.1 Température et climat ambiant

La réalisation d'un aufguss suppose des conditions climatiques appropriées :

- température recommandée de la cabine : **85–100 °C**,
- humidité relative de l'air avant le début de l'aufguss : env. **5–15 %**,
- les systèmes d'apport et d'évacuation d'air doivent être pleinement fonctionnels.

Un aufguss ne doit pas être réalisé lorsque :

- des dysfonctionnements techniques sont constatés,
- des dispositifs de mesure ou de sécurité sont hors service,
- une ventilation suffisante ne peut être garantie.

5.2.2 Poêle de sauna et zone du poêle

Le poêle de sauna doit :

- être sûr en fonctionnement, entretenu et autorisé pour une exploitation publique,
- être protégé contre tout contact involontaire,
- être équipé de pierres de poêle propres, stables et correctement disposées.

La zone du poêle doit :

- être exempte de tout matériau inflammable,
- ne pas être utilisée comme surface de dépôt.

5.2.3 Disposition des banquettes et cheminements

Dans la cabine de sauna, il doit être garanti que :

- le personnel d'aufguss dispose d'au moins un chemin de circulation libre et antidérapant,
- la visibilité sur les client·e·s est assurée,
- une sortie sûre de la cabine est possible à tout moment.

Les matériaux ou accessoires ne doivent en aucun cas entraver les voies de circulation.

5.3 Information des client·e·s

Avant chaque aufguss, une information personnelle des client·e·s doit être fournie. Elle doit être communiquée de manière calme, compréhensible et factuelle.

Les informations minimales à transmettre sont :

- le type d'aufguss,
- la durée approximative ou le nombre de rondes,
- les substances odorantes utilisées (y compris une indication sur les éventuelles intolérances),
- le caractère volontaire de la participation et la possibilité de quitter la cabine à tout moment.

Les panneaux d'information ou les affichages numériques ne remplacent pas l'information personnelle.

5.4 Déroulement technique de l'aufguss

5.4.1 Produits d'aufguss

Seuls peuvent être utilisés :

- des produits d'aufguss autorisés disposant d'une fiche de données de sécurité (FDS),
- des substances odorantes correctement diluées.

Sont notamment interdits :

- les huiles essentielles non diluées directement sur des pierres chaudes,
 - les liquides huileux ou fortement alcoolisés sans autorisation interne,
 - les substances d'origine inconnue.
-

5.4.2 Technique de versement

Le liquide doit être :

- réparti de manière uniforme sur les pierres du poêle,

- versé sans contact direct avec les résistances chauffantes ou les capteurs.

Valeur indicative :

- env. **30–60 ml d'eau par m³ de volume de cabine et par ronde.**

Des pauses courtes doivent être respectées entre les rondes afin d'éviter toute surcharge des client·e·s.

5.4.3 Répartition de l'air (technique de ventilation manuelle)

Après l'application des produits d'aufguss, la répartition ciblée de l'air est effectuée au moyen de **techniques de ventilation manuelle appropriées**, conformément aux définitions du chapitre 4.9.

Les principes suivants s'appliquent :

- aucune ventilation directe vers le visage des client·e·s,
- une répartition homogène de la chaleur dans l'ensemble de la cabine,
- une adaptation de l'intensité et du rythme aux dimensions de la cabine et à la situation des client·e·s.

Les techniques de ventilation manuelle doivent être exécutées de manière calme, contrôlée et respectueuse.

5.5 Exigences en matière d'hygiène

Pendant et après l'aufguss, les normes d'hygiène suivantes doivent être respectées :

- les produits d'aufguss doivent être conservés dans des récipients propres et clairement étiquetés,
- les textiles, éventails et accessoires utilisés pour la **ventilation manuelle** doivent être nettoyés ou remplacés après usage,
- le personnel doit présenter une apparence propre et soignée.

Un aufguss ne doit pas être réalisé lorsque :

- le personnel souffre de maladies contagieuses,
- des plaies ouvertes ou des affections cutanées infectieuses sont présentes,
- le personnel est sous l'influence de l'alcool ou de médicaments susceptibles d'altérer la vigilance ou la capacité d'action.

5.6 Critères d'interruption

Un aufguss doit être interrompu immédiatement lorsque :

- un·e client·e s'effondre ou exprime des troubles aigus,

- un incendie, de la fumée ou des dysfonctionnements techniques surviennent,
- le personnel d'aufguss est lui-même affecté sur le plan de la santé,
- les exigences de sécurité ne peuvent plus être respectées.

Toute interruption doit être documentée en interne et, le cas échéant, signalée aux instances compétentes.

6 Engagement du personnel

6.1 Principe général

La réalisation de rituels d'aufguss manuels constitue une activité exigeante sur le plan professionnel et physiquement éprouvante. Elle ne peut être effectuée que par du personnel approprié, formé et apte sur le plan de la santé.

La responsabilité de la sélection, de l'affectation et de la supervision du personnel d'aufguss incombe à l'exploitant de l'installation de sauna ou à l'instance professionnelle responsable mandatée par celui-ci.

6.2 Qualification professionnelle du personnel d'aufguss

6.2.1 Exigences minimales

Le personnel d'aufguss doit au minimum :

- avoir atteint l'âge de 18 ans,
- être familiarisé avec les processus d'exploitation, les risques et les substances utilisées,
- disposer d'une formation BLS-AED valide (datant de moins de 24 mois),
- avoir été introduit aux contenus de la présente directive.

La réalisation des aufguss ne peut être confiée qu'à des personnes qui sont :

- formées sur le plan professionnel,
- instruites au niveau de l'exploitation,
- aptes sur les plans physique et psychique.

6.2.2 Personne responsable sur le plan professionnel

Chaque exploitation doit désigner au moins une personne responsable sur le plan professionnel.

Cette personne est notamment chargée de :

- la sélection et la formation du personnel d'aufguss,
- l'organisation des instructions et formations internes,

- la supervision professionnelle et l'assurance qualité,
- le rôle de personne de contact en cas de questions, de dérogations ou d'événements particuliers.

Cette fonction peut être répartie organisationnellement entre plusieurs personnes ; elle doit toutefois être clairement définie et documentée.

La personne responsable sur le plan professionnel doit disposer d'une qualification reconnue et attestée, notamment :

- un diplôme de maître·sse de sauna ou une formation équivalente comprenant au moins **50 heures d'enseignement théorique**,
- des contenus comprenant notamment :
 - la thermophysiologie et la charge cardiovasculaire,
 - les effets de la chaleur et de l'humidité de l'air,
 - les types d'aufguss et leurs déroulements,
 - l'hygiène, la sécurité et la gestion des situations d'urgence,
 - les substances odorantes et leur utilisation appropriée,
 - les bases juridiques (droit du travail, des produits chimiques et de l'hygiène),
- une formation sanctionnée par un examen et un certificat ou diplôme.

Sont également considérées comme professionnellement aptes les personnes disposant d'un bagage médical, thérapeutique ou en sciences du sport, pour autant qu'une formation de base spécifique à l'aufguss d'au moins **12 heures** soit attestée.

6.3 Responsabilité professionnelle et supervision

La réalisation des aufguss s'effectue toujours sous la responsabilité professionnelle d'une personne qualifiée conformément au point 6.2.2.

La présence permanente de cette personne lors de chaque aufguss n'est pas requise, pour autant que :

- d'autres collaborateur·rice·s instruit·e·s soient présent·e·s, et
- qu'ils·elles soient habilité·e·s à ordonner, le cas échéant, des mesures liées à la sécurité.

6.4 Formation et instruction

Avant toute première affectation, chaque personne chargée de la réalisation des aufguss doit être formée ou instruite sur le plan professionnel. Cela s'effectue par :

- la participation à une formation reconnue, ou
- une instruction interne assurée par une personne responsable sur le plan professionnel.

Toutes les formations et instructions doivent être documentées par écrit.
La documentation comprend :

- le nom de la personne instruite,
- la date et la durée,
- le nom et la qualification de la personne ayant dispensé l'instruction,
- les signatures.

Les documents doivent être conservés pendant **au moins cinq ans**.

6.5 Instruction spécifique à l'exploitation

En complément de la qualification de base, une instruction spécifique à l'exploitation est requise avant la première intervention. Elle comprend notamment :

- la visite des installations,
- l'instruction relative aux systèmes de chauffage, de ventilation et de sécurité,
- l'organisation des cheminements et des banquettes dans la cabine de sauna,
- les procédures de signalement et les voies d'urgence.

Cette instruction doit être documentée et confirmée.

6.6 Aptitude médicale

6.6.1 Conditions requises

Le personnel d'aufguss doit être médicalement apte à supporter la charge thermique et le travail en groupe. Sont notamment requis :

- un système cardiovasculaire stable,
- une capacité physique suffisante,
- une bonne attention et réactivité.

6.6.2 Motifs d'exclusion

Une affectation n'est pas autorisée en cas de :

- infections aiguës ou fièvre,
 - influence de l'alcool ou de substances psychotropes,
 - allergies sévères connues aux substances odorantes utilisées,
 - situations aiguës de surcharge psychique.
-

6.7 Aptitude personnelle et comportement

Le personnel d'aufguss représente l'exploitation et assume une fonction d'exemplarité et de confiance.

Sont notamment attendus :

- une attitude calme, respectueuse et neutre,
- l'absence de toute influence ou évaluation des client·e·s,
- l'absence de langage, de gestes ou de mises en scène à caractère érotisant,
- le respect de la sphère privée et de la distance envers les client·e·s.

6.8 Documentation

L'affectation du personnel d'aufguss doit être documentée en interne, notamment :

- les attestations de qualification et de formation,
- les procès-verbaux d'instruction,
- les formations continues et perfectionnements.

Les documents doivent pouvoir être présentés lors de contrôles internes ou externes.

6.9 Planification des affectations et régénération du personnel d'aufguss

6.9.1 Planification des services et temps d'affectation

La réalisation des aufguss doit être prise en compte de manière contraignante dans la planification des services et des affectations. Doivent être planifiés :

- la préparation et le temps de mise en place (15 minutes),
- la réalisation de l'aufguss,
- le suivi et la documentation,
- la phase de régénération incluant le refroidissement, l'hygiène corporelle et le changement de tenue.

6.9.2 Limite de charge

En principe, un·e professionnel·le ne devrait pas réaliser plus d'un aufguss complet par heure de travail.

Les aufguss de courte durée inférieure à six minutes ne sont autorisés que s'ils sont expressément réglementés dans le cadre d'une évaluation interne de la charge ou des risques.

6.9.3 Refroidissement et régénération

Après chaque aufguss, une phase de normalisation de la température corporelle doit être prévue, par exemple :

- séjour à l'air frais,
 - douches froides ou bains de pieds,
 - activité physique légère dans des zones tempérées.
-

6.9.4 Activités durant la phase de régénération

Au cours des **15 premières minutes** suivant la fin d'un aufguss, les activités devraient être limitées à :

- la surveillance des client·e·s, ou
- des tâches légères ne générant pas de charge physique.

Les travaux de nettoyage ne sont pas obligatoires durant cette phase et devraient, dans la mesure du possible, être effectués ultérieurement ou confiés à d'autres collaborateur·rice·s.

6.9.5 Compensation hydrique

La compensation de la perte hydrique doit être assurée. Des boissons appropriées (p. ex. eau, tisanes non sucrées) doivent être mises à disposition.

6.9.6 Qualification de l'activité

Un aufguss réalisé conformément à la présente directive ne constitue pas automatiquement un « travail en ambiance chaude » au sens du droit du travail. Une évaluation interne des risques demeure réservée.

7 Réalisation du rituel d'aufguss

7.1 Principes généraux

Le rituel d'aufguss est un processus structuré et limité dans le temps, qui suit un déroulement uniforme. Son objectif est d'offrir aux client·e·s une expérience de sauna sûre, contrôlée et de haute qualité.

L'aufguss se compose des phases suivantes :

- préparation,
- information des client·e·s,
- réalisation des rondes d'aufguss,
- clôture et aération.

Tout au long du déroulement, il convient de prêter une attention particulière à l'état physique des client·e·s, au climat ambiant ainsi qu'aux aspects liés à la sécurité.

7.2 Préparation

7.2.1 Contrôle technique et organisationnel

Avant le début d'un aufguss, il convient de s'assurer que :

- le poêle de sauna fonctionne correctement,
- les systèmes de ventilation, d'éclairage et d'appel d'urgence sont opérationnels,
- la cabine est exempte de risques de chute ou de glissade,
- tous les produits d'aufguss nécessaires sont disponibles et correctement étiquetés.

Un aufguss ne doit pas être entamé lorsque des défauts présentant un risque pour la sécurité sont constatés.

7.2.2 Accès et occupation

La capacité maximale de la cabine de sauna ne doit pas être dépassée. Sont déterminants :

- les surfaces disponibles pour s'asseoir ou s'allonger,
- les voies d'évacuation et de circulation,
- la visibilité et la liberté d'action du personnel d'aufguss.

Lorsque la capacité maximale est atteinte, l'accès doit être régulé ou fermé.

7.3 Information des client·e·s

Immédiatement avant le début de l'aufguss, une information orale est donnée aux client·e·s présent·e·s. Celle-ci doit être communiquée de manière calme, factuelle et respectueuse.

Les informations minimales à transmettre sont :

- le type et le caractère de l'aufguss,
- les substances odorantes utilisées (y compris une indication sur les éventuelles intolérances),
- le nombre de rondes et la durée approximative,
- le caractère volontaire de la participation ainsi que la possibilité de quitter l'aufguss à tout moment.

L'information des client·e·s sert à l'orientation et à la sécurité et constitue une composante obligatoire du déroulement de l'aufguss.

7.4 Réalisation de l'aufguss

7.4.1 Application des produits d'aufguss

Les produits d'aufguss doivent être appliqués de manière contrôlée et uniforme sur les pierres du poêle.

Les principes suivants s'appliquent :

- versement exclusivement sur les pierres, et non sur les résistances ou les capteurs,
- répartition homogène sur la surface des pierres,
- absence de versements brusques ou choquants.

La quantité de liquide utilisée doit être adaptée à la taille de la cabine, à la température et à la densité des client·e·s.

7.4.2 Utilisation des substances odorantes

Les substances odorantes doivent :

- être dosées conformément aux indications du fabricant,
- être diluées au préalable,
- être utilisées individuellement ou en combinaisons validées.

Sont interdites :

- l'application directe d'huiles non diluées sur des pierres chaudes,
- les mélanges spontanés sans recette définie,
- les substances odorantes sans fiche de données de sécurité.

7.4.3 Répartition de l'air (techniques de ventilation manuelle)

Après l'application des produits d'aufguss, la répartition ciblée de l'air est réalisée au moyen de **techniques de ventilation manuelle appropriées**.

Il convient de garantir :

- l'absence de ventilation directe vers le visage des client·e·s,
- une répartition homogène de la chaleur dans l'ensemble de la cabine,
- une adaptation de l'intensité et du rythme à la situation des client·e·s.

Entre les différentes rondes, de courtes phases de récupération doivent être respectées.

7.5 Quantité d'eau d'aufguss

7.5.1 Principe

La quantité d'eau utilisée lors d'un rituel d'aufguss a une influence déterminante sur la charge thermique subie par les client·e·s ainsi que par le personnel d'aufguss.

Elle doit être dosée de manière à générer une formation de vapeur contrôlée, homogène et compatible avec la santé.

La quantité d'eau ne doit provoquer ni une charge thermique brutale ni une surcharge pour certain·e·s client·e·s.

7.5.2 Facteurs d'influence et valeurs indicatives

La quantité d'eau d'aufguss nécessaire dépend de plusieurs facteurs, notamment :

- le volume de la cabine de sauna,
- la température de la cabine,
- la taille et la puissance du poêle de sauna,
- la quantité, le type et la qualité des pierres du poêle,
- le type d'aufguss,
- la hauteur et la configuration du plafond de la cabine.

Pour les aufguss classiques, des études indiquent que la quantité d'eau peut atteindre jusqu'à **60 g d'eau par mètre cube** de volume de cabine.

Pour des quantités allant jusqu'à **30 g d'eau par mètre cube**, de longues expériences pratiques démontrent une bonne tolérance et une compatibilité avec la santé.

7.5.3 Quantités d'eau élevées supérieures à 30 g/m³

Pour une réalisation axée sur la santé d'aufguss utilisant plus de **30 g d'eau par mètre cube**, des tests internes sur site, dans la cabine concernée, sont recommandés.

Les connaissances acquises doivent :

- être documentées, et
- être intégrées dans les directives ou instructions de travail internes.

Les valeurs indicatives mentionnées se réfèrent à une température ambiante de **90 °C** au point de mesure, conformément aux prescriptions relatives à la mesure de la température dans la cabine de sauna.

7.5.4 Responsabilité et adaptation

Le dosage concret de la quantité d'eau d'aufguss relève de la responsabilité professionnelle du personnel réalisant l'aufguss.

Doivent être pris en compte en permanence :

- la réaction des client·e·s,
- la charge thermique et de vapeur actuelle,
- les directives internes de l'exploitation.

En cas de signes de surcharge ou de malaise, la quantité d'eau doit être réduite immédiatement ou l'aufguss interrompu.

7.5.5 Délimitation par rapport aux formats spéciaux et compétitions

Les dispositions du présent chapitre s'appliquent exclusivement à l'exploitation régulière des aufguss dans les installations de sauna publiques.

Pour les compétitions d'aufguss, les aufguss de démonstration ou les formats spéciaux, des règlements distincts s'appliquent, lesquels doivent être clairement distingués, tant sur le plan organisationnel que sur le plan du contenu, de l'exploitation régulière.

7.6 Comportement pendant l'aufguss

Pendant toute la durée de l'aufguss, le personnel d'aufguss doit :

- surveiller en continu le climat ambiant et les client·e·s,
- être attentif aux signes de surcharge ou de malaise,
- demeurer à tout moment en mesure d'intervenir et de décider.

Ne sont pas autorisés :

- les distractions dues aux téléphones portables ou à d'autres appareils,
- les conversations ou commentaires inutiles,
- les éléments de spectacle, de divertissement ou de mise en scène.

L'accent est toujours mis sur la sécurité, le calme et le professionnalisme.

7.7 Clôture et aération

Après la dernière ronde d'aufguss, une clôture clairement identifiable a lieu. Celle-ci peut inclure un bref mot de remerciement ou d'au revoir aux client·e·s.

Ensuite, il convient :

- d'ouvrir la porte de la cabine de sauna,
- d'aérer suffisamment la cabine,
- de contrôler l'espace quant à d'éventuelles salissures, objets oubliés ou anomalies techniques.

Avant un nouvel aufguss, il doit être garanti que la cabine est à nouveau prête à l'exploitation.

7.8 Tenue du personnel d'aufguss

7.8.1 Vêtements du haut du corps

Le personnel d'aufguss devrait réaliser l'aufguss en étant vêtu.

La **Fédération suisse des saunas** recommande expressément de porter une tenue appropriée pour le haut du corps lors de la réalisation des aufguss.

Cette recommandation vise :

- la protection de la santé du personnel d'aufguss,
- la réduction d'une charge thermique excessive,
- l'hygiène dans l'espace destiné aux client·e·s,
- une apparence professionnelle et uniforme vis-à-vis des client·e·s.

Sont notamment considérés comme appropriés :

- des vêtements légers et respirants pour le haut du corps (p. ex. t-shirt),
- des matériaux perméables à l'humidité, compatibles avec la peau et adaptés à la chaleur,
- une tenue de travail uniforme, lorsque celle-ci est prévue par l'exploitant.

Il convient de tenir compte du fait que les textiles fortement synthétiques, moulants ou accumulant la chaleur peuvent accroître la charge thermique et ne sont donc pas recommandés.

L'aménagement concret de la tenue peut être réglé au niveau de l'exploitation. Des dérogations à cette recommandation sont admissibles pour autant que :

- la sécurité, l'hygiène et le professionnalisme soient garantis, et
- aucune charge supplémentaire pour la santé du personnel d'aufguss n'en résulte.

Les costumes, déguisements thématiques ou éléments vestimentaires de mise en scène ne sont pas prévus dans l'exploitation régulière. Des règlements distincts s'appliquent pour les compétitions.

7.8.2 Vêtements du bas du corps et chaussures

La **Fédération suisse des saunas** recommande, en complément aux vêtements du haut du corps :

- le port de vêtements courts et favorisant la liberté de mouvement pour le bas du corps (p. ex. short de sport, pestemal ou kilt), ainsi que
- le port de chaussures de bain antidérapantes munies d'une bride au talon.

Cette recommandation vise la prévention des chutes, la sécurité des déplacements dans la cabine de sauna ainsi que la protection contre les risques de glissade et de trébuchement.

7.9 Documentation

Chaque aufguss doit être documenté au niveau interne, au minimum avec :

- la date et l'heure,
- le type d'aufguss,
- le nom de la personne responsable de la réalisation de l'aufguss.

Les événements particuliers (p. ex. interruption, incidents de santé) doivent être consignés séparément et transmis conformément aux directives internes de l'exploitation.

8 Obligation de sécurité (devoir de diligence)

8.1 Principe général

L'obligation de sécurité impose aux exploitant·e·s d'installations de sauna publiques ainsi qu'à leurs mandataires de prendre toutes les mesures raisonnablement exigibles afin d'éviter toute mise en danger des client·e·s et des collaborateur·rice·s en lien avec les rituels d'aufguss manuels.

Cette obligation s'applique :

- de manière **préventive** (par la planification, l'organisation et la formation), ainsi que
- de manière **réactive** (par un comportement approprié en cas d'événements ou de dérogations).

L'obligation de sécurité constitue une composante intégrale du management opérationnel des risques et de la qualité.

8.2 Responsabilité

La responsabilité principale du respect de l'obligation de sécurité incombe à l'organisation exploitante de l'installation de sauna.

Les tâches et obligations peuvent être déléguées sur le plan organisationnel, notamment à :

- les directions d'exploitation ou de secteur,
- les responsables de la sécurité,
- les personnes responsables sur le plan professionnel conformément au chapitre 6.

La responsabilité globale demeure en tout temps auprès de l'exploitant.

8.3 Sources de danger typiques lors des aufguss

Dans le cadre des rituels d'aufguss manuels, les principaux potentiels de danger sont notamment les suivants :

- **Eau chaude et vapeur d'eau**
→ risque de brûlures par ébullition ou de réactions de sursaut
- **Températures élevées et charge thermique**
→ risque de troubles circulatoires ou d'altération de la conscience
- **Humidité sur les sols et les banquettes**
→ risque de glissade et de chute
- **Substances odorantes et produits d'aufguss**
→ irritations des voies respiratoires, réactions allergiques
- **Équipements techniques**
→ risque d'incendie, panne de courant, dysfonctionnements du poêle ou de la ventilation

Ces risques doivent être identifiés de manière systématique et réduits au moyen de mesures appropriées.

8.4 Mesures de prévention des dangers

Afin de satisfaire à l'obligation de sécurité, les mesures suivantes doivent notamment être mises en œuvre :

- sélection, formation et affectation du personnel d'aufguss selon les règles de l'art,
 - respect des prescriptions de la présente directive lors de la planification et de la réalisation des aufguss,
 - contrôles réguliers du poêle de sauna, de la ventilation, de l'éclairage et des dispositifs de sécurité,
 - stockage sûr et manipulation appropriée des produits d'aufguss et des substances odorantes,
 - information claire des client·e·s et possibilité de quitter la cabine à tout moment,
 - intervention immédiate en cas de danger identifiable.
-

8.5 Comportement en cas d'événements

En cas d'incident, d'urgence ou de dérogation présentant un risque pour la sécurité, il convient :

- d'interrompre l'aufguss sans délai,
- de prendre en charge la personne concernée et, si nécessaire, de faire appel à une assistance médicale,
- de documenter l'événement en interne.

Selon la nature de l'événement, d'autres mesures doivent être engagées conformément aux directives internes ou aux obligations légales d'annonce.

8.6 Documentation et traçabilité

Afin d'étayer l'obligation de sécurité, les documents suivants doivent être disponibles au niveau de l'exploitation :

- attestations de formation et de qualification du personnel,
- preuves d'entretien et de contrôle des installations techniques,
- procès-verbaux relatifs aux événements particuliers ou aux interruptions.

La documentation sert à l'assurance qualité interne ainsi qu'à la preuve vis-à-vis des autorités de surveillance et d'exécution.

9. Dispositions finales

La présente directive a été élaborée par la Fédération suisse des saunas (FSS), secteur Formation et perfectionnement, en tenant compte de standards européens existants, notamment la directive DGfDB R 26.30.04, et adaptée aux spécificités du contexte suisse.

Pour les établissements membres de la Fédération suisse des saunas, la présente directive constitue un standard de référence professionnel déterminant pour la réalisation de rituels d'aufguss manuels en sauna.

Pour les établissements non membres, elle sert de guide fondé sur l'état reconnu des bonnes pratiques.

Entrée en vigueur

La présente directive entre en vigueur le **1er février 2026**.

Version faisant foi

La **version en langue allemande** de la présente directive fait foi et constitue la **version originale de référence**.

Contact

Fédération suisse des saunas (FSS)
Secteur Formation et perfectionnement

www.saunabund.ch | kontakt@saunabund.ch

© 2026 Fédération suisse des saunas. Tous droits réservés.

Toute reproduction, diffusion ou transmission – même partielle – sous forme imprimée ou numérique, est interdite sans autorisation écrite préalable de la Fédération suisse des saunas.