

**Mestský podnik Snina, s. r. o., r. s. p., Strojárska 2060/95, 069 01 Snina, IČO: 52532810**

**PREVÁDZKOVÝ PORIADOK**  
**ZARIADENIE MASÉR – PLAVÁREŇ SNINA**

Prevádzkovateľ: Mestský podnik Snina, s.r.o., r.s.p.  
Strojárska 2060/95  
069 01 Snina

Vypracovaný dňa \_\_\_\_\_

Pečiatka, podpis prevádzkovateľa

## ***1. Identifikačné údaje prevádzkovateľa zariadenia***

Názov a adresa prevádzky: **Plaváreň Snina, Kukučínova 3911/8, 069 01 Snina**

Druh prevádzky: masážny salón

Obchodné meno: Mestský podnik Snina, s. r. o., r.s.p.

Sídlo prevádzkovateľa: Strojárska 2060/95, 069 01 Snina

IČO: 52532810

DIČ: SK2121058874

Zodpovedný vedúci: Mgr. Klaudia Čopová

Telefonický kontakt: 0911 020 338, 057 / 239 95 41

e-mail: spravca@plavarensnina.eu

Otváracie hodiny prevádzky:

Zákazníci sú prijímaní formou objednávok, podľa časového harmonogramu, na základe telefonických objednávok.

## ***2. Druh a spôsob poskytovania služieb, zdravotné kontraindikácie služieb, zakázané úkony pri poskytovaní služieb***

### **Zoznam poskytovaných služieb:**

klasické masáže podľa výberu /masáž šije a krku, masáž chrbta, masáž končatín, masáž celého tela/, masáže s lávovými kameňmi, bankovanie, reflexná masáž chodidiel a podobne.

### **Druh poskytovanej služby:**

- masáže – klasická, relaxačná
- masáž lávovými kameňmi
- reflexná masáž chodidiel
- bankovanie

### **Spôsob poskytovania služby / pracovný postup:**

Masážne služby sú poskytované za pomoci rúk a jednoduchých masážnych pomôcok napr. lávové kamene, banky, masážne kolieska), pri ktorých zákazník leží alebo sedí na lehátku. Pri

výkone masáže budú ako masážne prípravky používané kvalitné a certifikované masážne a esenciálne oleje.

**Klasická masáž:** Sústava masážnych hmatov, ktoré vykonáva masér rukami na tele zákazníka (koži, podkožných fasciách a svaloch), za účelom liečebným alebo preventívnym, za pomoci jednotlivých hmatov, s použitím masážnych prostriedkov (oleje, emulzie). Je vhodná pre všetky vekové kategórie s vylúčením osôb s kontraindikáciami.

**Relaxačná masáž:** Vychádza z klasickej masáže, pôsobí relaxačne, povzbudzuje imunitný systém a dokáže čistiť telo od škodlivých látok. Je vhodná pre všetky vekové kategórie s vylúčením osôb s kontraindikáciami.

**Masáž lávovými kameňmi:** Špeciálna technika, pri ktorej masér používa okrem svojich rúk aj hladké ohriate kamene tak, že nimi masíruje a umiestňuje na telo zákazníka. Teplo, ktoré z nich sála, pôsobí relaxačne, uvoľňuje stuhnuté svaly, čo urýchli a zefektívni jej účinok.

**Bankovanie:** Vykonáva sa prikladaním sklenených nádobiek s nahriatým vzduchom alebo plastových baniek, z ktorých sa odsaje vzduch vákuovou pumpou. Tým sa vytvorí podtlak, ktorý spôsobí ich prisatie na pokožku, pôsobí fyzikálne, reflexne, ale aj metabolicky. To ovplyvňuje látkovú výmenu a stimuluje imunitu organizmu. Je vhodné pri doliečení, pri infarktoch, mozgových príhodách, astme, alergiách, menštruačných poruchách a zápaloch.

**Reflexná masáž chodidiel:** ide o stimuláciu reflexných plôšok na chodidlách, ktoré majú spojitosť s vnútornými a vonkajšími orgánmi (oči, uši). Stlačením či stimulovaním danej plôšky dochádza k aktivácii samoliečebnej sily v danom orgáne. Robí sa „na sucho“ bez olejov či emulzií.

#### **Zdravotné kontraindikácie poskytovanej služby:**

**Zdravotné kontraindikácie klasickej a relax masáže:** akútne stavy, srdcová slabosť, osoby so srdcovým stimulátorom, krvácavé stavy, horúčkovité ochorenia, respiračné ochorenia, gravidita (vykonáva sa iba masáž dolných končatín, krku a šije, a to do tretieho mesiaca tehotenstva), dojčenie, nejasné brušné bolesti, bolestivá alebo silná menštruácia, infekčné kožné ochorenia, akútna bakteriálna alebo vírusová infekcia, kľčové žily, zjavné prejavy zápalov žíl a trombóz, vredy predkolenia, osoby s kovovými transplantátmi, vysoký krvný tlak, zelený očný zákal. Masáže nie sú vykonávané v oblastiach, v ktorých sa nachádzajú zápalové prejavy, opuchy, TBC ložiská kože, zhubné alebo nezhubné nádory kože, podkožia, lymfatické uzliny, čerstvé rany, jazvy, hnisavé ochorenia kože, plesne, osteoporóza, oblasť štítnej žľazy, kachexia (vychudnutosť), oblasť primárnych nádorov.

**Zdravotné kontraindikácie reflexnej masáže chodidiel:** Akútne ochorenia, infekčné ochorenia, hnisavé ochorenia kože, plesňové ochorenia, infekcie, gravidita.

**Zdravotné kontraindikácie lávovými kameňmi:** Hypersenzitivita na teplo, ochorenie, srdca, diabetes, epilepsia, užívanie liekov na rednutie krvi a ďalšie zdravotnými kontraindikáciami, ktoré sú uvedené v klasickej a relax masáži.

**Zdravotné kontraindikácie bankovanie:** Krehké cievy, hemofília, leukémia a nádorové ochorenia, gravidita, silná menštruácia, horúčka, vírusové ochorenia, vysoký tlak, znamienka na mieste aplikácie, kľčové žily, poranená koža, popáleniny, infekčné kožné ochorenia, TBC, opuchy, ochorenia srdca, búšenie srdca.

Pri zdravotných kontraindikáciách je masér oprávnený odmietnuť poskytnutie služieb (masáže).

Pred každou službou je potrebná konzultácia so zákazníkom o jeho zdravotných problémoch. V prípade nejasností vzhľadom na zdravotný stav zákazníka vo vzťahu k požadovanej procedúre je zákazník povinný konzultovať, resp. vyžiadať si vyjadrenie príslušného ošetrojúceho lekára.

Zo strany zákazníka je nevyhnutné, aby zákazník nezamlčal svoj zdravotný stav, ktorým by mohol ohroziť zdravie maséra. V prípade nebezpečia poškodenia zdravia zákazníka alebo maséra, ktoré by mohlo vzniknúť prenosom infekčných ochorení / mykózy, stafylokokové nákazy a iné prenosné ochorenia/ môže byť masážna procedúra pracovníkom masážneho salónu odmietnutá, alebo pozastavená

Pozor na individuálnu precitlivosť zákazníkov na chemické látky použitých prostriedkov.

V prípade poranenia zamestnanca alebo zákazníka, musí byť postihnuté miesto opláchnuté vodou a následne hneď vydezinfikované (SEPTONEX, AJATÍN). V prípade znečistení rúk biologickým materiálom sa ruky musia umyť a dezinfikovať prípravkom s baktericídnym a virucídnym účinkom.

### **Kontraindikácie zo strany maséra:**

Masér nesmie vykonávať činnosť, ak má zvýšenú teplotu, respiračné ochorenie, kožnú chorobu, najmä prenosnú (zápal nechtového lôžka, kvasinkové ochorenie, ekzém, herpes)

### **Zakázané úkony pri poskytovaní služby:**

Masér môže vykonávať iba kondičnú masáž, liečebnú masáž je možné vykonávať iba pod dohľadom lekára.

Masáž sa nesmie vykonávať tesne po jedení (najskôr pol hodiny po požití potravy). Nemasírujú sa osoby znečistené, pod vplyvom alkoholu, omamných látok. Nemasíruje sa predná časť krku, podkolenné, lakt'ové a podpazuchové jamky, prsné bradavky, intímne partie, obličky (oblasť ľadvín), oblasti s viditeľnými prejavmi zápalu, nádorové oblasti, jazvy, materské znamienka a iné výrastky, ktoré nevyšetril lekár.

Preventívne opatrenia môžu zamedziť prenos nežiadúcich faktorov, napr. dodržiavanie zásad osobnej hygieny obsluhujúceho personálu (napr. umývanie rúk tečúcou vodou a mydlom, používanie pracovného odevu a ochranných pomôcok s pravidelnou výmenou – čistá bielizeň,

uteráky) a zákazníka. Nevyhnutná je taktiež dekontaminácia pracovných nástrojov, pomôcok, prístrojov a pracovného prostredia. Dekontaminácia sa vykonáva postupmi s rôznym stupňom účinnosti, a to mechanickou očistou, dezinfekciou, sterilizáciou.

Uvedené zakázané úkony sa pri poskytovaní služby nevykonávajú.

### **3. Podmienky prevádzky a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia zákazníkov a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia zamestnancov**

- a) Pracovníci prevádzky priamo vykonávajúci epidemiologicky závažné činnosti sú:
  - zdravotne a odborne spôsobilí podľa zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých predpisov (sú držiteľmi zdravotného preukazu, sú vyučení v odbore „masér“, absolvovali školenia, kurzy..),
  - vybavení vhodným pracovným odevom, pracovnou obuvou a podľa potreby aj ďalšími osobnými ochrannými pracovnými prostriedkami, uterákom, mydlom a ďalšími potrebnými toaletnými potrebami.
- b) Uloženie civilného a pracovného odevu, ako aj pomôcok na upratovanie je vzájomne oddelené.
- c) V prevádzkovej miestnosti a v priestoroch pre osobnú hygienu (WC) je k dispozícii umývadlo s výtokom studenej pitnej vody a teplej vody.
- d) Odvetranie pracovnej miestnosti je zabezpečené prostredníctvom vzduchotechniky.
- e) Osvetlenie pracovnej miestnosti je zabezpečené nepriamo (umelé osvetlenie).  
Pri absencii denného osvetlenia sú zabezpečené kompenzačné náhradné opatrenia (príloha č. 4 vyhlášky MZ SR č. 541/2007 Z. z., o podrobnostiach o požiadavkách na osvetlenie pri práci). Spôsob celkového umelého osvetlenia (žiarovkové, žiarivkové) a umelého lokálneho osvetlenia (pracovný priestor).
- f) Pracovníci zariadenia pri poskytovaní služieb používajú také pracovné postupy, nástroje, prístroje, pomôcky a prípravky, aby pri poskytovaní služby nedošlo k ohrozeniu alebo poškodeniu zdravia. Zákazník by mal v odôvodnených prípadoch (ak to súvisí s kontraindikáciami procedúry) oboznámiť pracovníka zariadenia so svojimi závažnými ochoreniami.
- g) K dispozícii je dostatočné množstvo čistej bielizne (uteráky, jednorazové papierové obrúsky a plachty, bavlnené plachty) primerané predpokladanému počtu zákazníkov.
- h) Pri každom zákazníkovi sa používajú čisté, vydezinfikované a v určených prípadoch aj sterilné pracovné nástroje a pomôcky.
- i) Používané masážne prípravky sú vyrobené v krajinách EÚ a zo strany distribútora dokladované príslušnými certifikátmi.
- j) V zariadení je viditeľne umiestnené bezpečnostné a zdravotné označenie o zákaze fajčenia v zmysle zákona č. 377/2004 Z. z. o ochrane nefajčiarov a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov.
- k) V zariadení je k dispozícii lekárnička podľa prílohy č. 1 vyhlášky MZ SR č. 554/2007 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na zariadenia starostlivosti o ľudské telo.

#### **4. Návod na použitie prístrojov**

V zariadení sa budú používať nasledovné prístroje:

- nahrievacia nádoba na lávové kamene
- banky

Pri používaní príslušnej prístrojovej techniky/zariadení sa odporúča plne rešpektovať návod výrobcu.

#### **5. Postup pri mechanickej očiste, dezinfekcii a sterilizácii pracovných nástrojov a prístrojov**

- a) Pracovné nástroje, pomôcky a prístroje (nádoba na lávové kamene, lávové kamene, banky) sa po každom zákazníkovi dôkladne mechanicky očistia, umyjú horúcou vodou s prídavkom saponátu, osušia a vydezinfikujú vhodným dezinfekčným prostriedkom. Pracovné nástroje a pomôcky, ktoré sú používané opakovane sa čistia mechanicky po každom zákazníkovi a následne dezinfikujú.
- b) Pracovné nástroje, ktoré porušujú celistvosť pokožky alebo môžu spôsobiť poranenie sa aj dezinfikujú a sterilizujú.
- c) Pracovné nástroje znečistené biologickým materiálom sa pred čistením dezinfikujú prípravkom so širokým spektrom účinnosti.

#### **6. Postup pri mechanickej očiste a dezinfekcii povrchových plôch miestností a ich vybavenia**

- a) Vlhká mechanická očista a dezinfekcia pracovných podláh, plôch a zariadení pre osobnú hygienu sa vykonáva denne pred začatím alebo po skončení prevádzky a priebežne počas výkonu práce.
- b) Celková očista a dezinfekcia prevádzky sa vykonáva jedenkrát týždenne mimo prevádzkových hodín.
- c) Plochy zariadení prichádzajúce do priameho kontaktu s obnaženým telom zákazníka sa umyjú a dezinfikujú po každom zákazníkovi.
- d) Dezinfekčné prostriedky používané na plošnú dezinfekciu pracovných plôch, podláh a zariadení pre osobnú hygienu sa:
  - a) po upotrebení jedného prípravku obmieňajú (striedajú) za účelom potlačenia vzniku rezistencie choroboplodných zárodkov,
  - b) dodržiava sa ich správna koncentrácia a doba expozície.
- e) Roztoky dezinfekčných prípravkov sa pripravujú denne.
- f) Dezinfekcii musí predchádzať dôkladná vlhká mechanická očista roztokom teplej vody a čistiaceho prostriedku.

## **7. Spôsob skladovania a manipulácie s bielizňou**

- a) Pri manipulácii s bielizňou nesmie dochádzať k vzájomnému styku, či zámene čistej a použitej bielizne.
- b) Skladovanie čistých a použitých uterákov, jednorazových papierových obrúskov, plachiet a golierov, bavlnených plachiet ako aj civilného a pracovného odevu je oddelené.
- c) Použitá bielizeň sa skladuje vo vyčlenenom priestore, oddelene od čistej bielizne. Denne sa odnáša na pranie.
- d) Pranie a žehlenie sa uskutočňuje vo vlastnej réžii prevádzkovateľa a to priamo na prevádzke práčovne, ktorá sídli na ul. 1.mája 2533/12, 069 01 Snina.
- e) Do zariadenia sa prepravuje čistá bielizeň zabalená tak, aby nedošlo k jej znečisteniu.

## **8. Spôsob a frekvencia upratovania zariadenia**

- a) Upratovanie zariadenia sa vykonáva denne pred začatím, alebo po skončení prevádzky a priebežne počas zmeny.
- b) Musí byť zabezpečené oddelené skladovanie pomôcok na upratovanie.
- c) Základná oprava všetkých náterov zariadenia a maľovanie sa vykonáva najmenej raz za päť rokov pri viditeľnom znečistení alebo pri poškodení bezodkladne.

## **9. Spôsob nakladania s odpadom, jeho odstraňovanie, frekvencia vyprázdňovania odpadových nádob, ich čistenie a dezinfekcia**

- a) Odpad, ktorý vzniká pri obsluhu zákazníka, sa zhromažďuje v uzatvárateľných nádobách opatrených vreckami.
- b) Príslušné zberné nádoby sa denne vyprázdňujú, čistia a dezinfikujú.

### ***Všeobecné ustanovenia***

- a) Prevádzkový poriadok zariadenia musí byť prístupný na vhodnom a viditeľnom mieste.
- b) Za dodržiavanie prevádzkového poriadku je zodpovedný prevádzkovateľ zariadenia.
- c) Pri prerušení dodávky teplej a studenej vody ako aj pri prerušení dodávky elektrickej energie je prevádzka zatvorená.