



ZŠ Prokopa Diviše a MŠ,

Znojmo – Přímětice 569

Ke Škole 569/15, Znojmo 669 04

IČO 70940843

Provozní řád sauny součást umělého koupaliště se slanou vodou

- **Provozní doba**

Provozní doba: říjen – květen
pondělí - sobota - 16.00 - 20.00 hod.
po předchozím objednání telefonicky nebo mailem

- **Popis zařízení**

- Vstupní prostory, šatny pro muže a ženy vč. sociálního zařízení, sprchy, chodba s botníky, odpočívárna s dřevěnými rošty, potírna – kapacita 8 osob, kád' pro ochlazování, sprchový kout se studenou vodou a ochlazovacím vědrem...
- Před zahájením provozu sauny se ochlazovací kád' napustí studenou vodou a večer po ukončení provozu sauny se voda vypustí, vyčistí a vydezinfikuje.

- **Hygienické zásady**

- Ochlazování probíhá v kád' nebo ve sprchovém koutu s vědrem. Přepadová a odpadní voda odtéká přímo do kanalizace. Voda, která odteče se doplňuje přímo z vodovodního řádu. Tím je zajištěno i neustálé doplňování nové vody.
- Voda v kád' se vyměňuje průběžně – dopouštěním, cca 2 – 3 m³ denně. Zdrojem vody pro kád' a sprchy je městský vodovodní řád.
- Teplota vody je 14-17° C.
- V prostorách bazénu je umístěna lékárnička s obsahem - náplast s polštářkem i bez, nůžky, vata, obinadla, teploměr, léky na bolest, dětské čípky proti bolesti, virucidní desinfekční prostředek na kůži, kapky do očí. Vybavení lékárničky s uplynulou expirační lhůtou z lékárničky vyřazujeme a nahrazujeme jej novým

- **Úklidový řád**

- Všechny prostory sauny, bazénu + zázemí (sprchy) se 1x denně desinfikují. Dřevěné lavice jsou opláchnuty horkou vodou a vydezinfikovány.
- K desinfekci se používají prostředky SAVO, Chloramin a Incidur.
- Z důvodu zabránění vzniku rezistence bakterií se cca po měsíci desinfekční přípravky střídají podle obsazení účinné látky a přesně se dodržuje expoziční doba dle návodů výrobců.

- Při práci s dezinfekčními prostředky je nutné používat osobní ochranné pomůcky (gumové rukavice, pracovní oděv, vhodnou obuv). Provozní pracovníci školy průběžně doplňují toaletní papír a mýdlo. Denně je vynášen odpadkový koš.
- Důležité je dodržet stanovenou koncentraci, dobu působení desinfekčního prostředku, uvedenou v návodu výrobce. K přípravě desinfekčního roztoku je potřeba používat odměrné nádoby nebo dávkovací pumpičky.
- Při použití desinfekčních prostředků je nutno dodržet pokyny výrobce, které jsou uvedeny na štítku. Vzhledem k tomu, že se jedná o žiraviny je nutno používat při manipulaci s těmito prostředky gumové rukavice a někdy i ochranné brýle. V místě použití či skladování je zakázáno ukládání a konzumování potravin a nápojů a je nezbytně nutné dodržovat mytí rukou teplou vodou s toaletním mýdlem a ošetření rukou ochranným krémem.

• **OBEČNÉ ZÁSADY**

- Před saunováním odložte oděv, prádlo a ozdoby. Připravte si mýdlo, šampon, ručník a vlastní osušku.
- Před prvním vstupem do potírny se důkladně umyjte mýdlem a řádně se osprchujte. Osprchujte se teplou vodou.
- Před každým vstupem do potírny setřete vodu s povrchu těla a osušte se.
- V potírně si lehněte nebo sedněte na ručník. Při pocení masírujte povrch těla např. kartáčem. V potírně dýchejte jen ústy! Suchý vzduch při dýchání nosem vysušuje sliznici a způsobuje bolesti hlavy. Dobu prohřívání volte podle svých příjemných pocitů
- Po dokonalém prohřátí (10 až 15 minut) vyjděte z potírny, opláchněte se pod teplou sprchou (pro odstranění potu a uvolněných nečistot z kůže). Ochlaďte se pod studenou sprchou a následně můžete využít i ochlazovací kád'. Do kádě vstupujte vždy pomalu. Ponořte celé tělo i hlavu, nebo alespoň zátylek. Pro dokonalé ochlazení si v ochlazovně lehněte a při pocitu chladu se vraťte z ochlazovny do potírny.
- Proceduru teplo-chlad opakujte alespoň třikrát. Dobu prohřívání nadměrně neprodlužujte.
- Po posledním ochlazení se opláchněte vlažnou vodou, nepoužívejte již mýdlo a umyjte si vlasy.
- Do odpočívárny vstupujte dostatečně ochlazení. Na lehátku v klidu odpočívejte. V odpočívárně zůstaňte alespoň půl hodiny, stále bez oděvu.
- Dopřejte si lehké jídlo, džus, mléko, kávu, něco slanejšího-naprosto nevhodné je pití tvrdého alkoholu. Rušíte tím vliv lázně na svůj organismus.
- Po sauně je vhodné zařadit trochu tělesného pohybu. Odmaštěný povrch těla dle potřeby ošetřete lehce olejem nebo krémem. Dopřejte si klidný a nerušený spánek.

• **OBČERSTVENÍ**

- Při vstupu do areálu bazénu a sauny jsou umístěny výdajové automaty, které slouží k občerstvení návštěvníků. Provozovatel – Varga – nápojové automaty.

- **Závěrečná ustanovení**

- Kurzy saunování jsou vedeny pod odborným dohledem kvalifikované instruktorky „Plavání batolat a dětí předškolního věku“. Metodika vedení kurzů byla vytvořena na základě teoretických znalostí a praktických zkušeností provozovatele kurzů, odborných publikací a ve spolupráci s pediatrem.
- Tento provozní řád a jeho dodržování je závazný pro všechny návštěvníky sauny a účastníky kurzů. Provozovatel se zavazuje dodržovat všechny platné právní předpisy a pokyny příslušné hygienické stanice a ustanovení tohoto provozního řádu.
- Za pravidelné provádění kontroly jakosti vody odpovídá provozovatel bazénu, který výsledky rozborů v elektronické podobě prostřednictvím laboratoře průběžně předkládá místně příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví - KHS JmK se sídlem ve Znojmě dle požadavků vyhlášky 238/2011 Sb a 97/2014.

- **Kontrola dodržování základních zásad hygienického chování návštěvníků:**

- *Se zásadami hygienického chování jsou návštěvníci seznámeni prostřednictvím návštěvního řádu, který je vyvěšen na viditelném místě u vstupu do bazénu. Kontrolu dodržování zásad hygienického chování návštěvníků provádí průběžně obsluha.*