

Katolícka univerzita v Ružomberku



Vnútorňý predpis č. 11/2017

Smernica na zabezpečenie pitného režimu na pracoviskách Katolíckej univerzity v Ružomberku

CZ 2183/2017 RE

Platnosť od: 22.5.2017

Účinnosť od: 22.5.2017

V Ružomberku dňa: 22.5.2017



KATOLÍCKA UNIVERZITA V RUŽOMBERKU

formujúca myseľ i srdce

REKTOR

Hrabovská cesta 1A, 034 01 Ružomberok

www.ku.sk, tel.: +421 44 43 04 693, fax: +421 44 43 04 694, e-mail: rektor@ku.sk

CZ 2183/2017 RE

Smernica na zabezpečenie pitného režimu na pracoviskách Katolíckej univerzity v Ružomberku

Obsah

1	ÚČEL	2
2	ROZSAH PLATNOSTI	2
3	ZODPOVEDNOSTI A PRÁVOMOCI	2
4	OSOBITNÉ USTANOVENIA	2
4.1	Ďalšie opatrenia pri záťaži teplom a chladom	4
5	SÚVISIACE DOKUMENTY A ZÁZNAMY	4
5.1	Dokumenty.....	5
6	ZÁVEREČNÉ USTANOVENIA	5

1 ÚČEL

Účelom tejto smernice je stanovenie rozsahu a podmienok zabezpečenia pitného režimu pre zamestnancov Katolíckej univerzity v Ružomberku (ďalej len „KU“). Zamestnávateľ zabezpečením pitného režimu pre zamestnancov chce predchádzať vyčerpanosti organizmu zamestnancov, eliminovať vplyv nepriaznivých mikroklimatických podmienok a napomáhať urýchlenej regenerácii organizmu po záťaži.

2 ROZSAH PLATNOSTI

Táto smernica je platná v rámci KU a záväzná pre zamestnávateľa a všetkých jeho zamestnancov. Vzťahuje sa taktiež primerane aj na osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržujú v jej priestoroch a objektoch.

3 ZODPOVEDNOSTI A PRÁVOMOCI

Postupy a zásady uvedené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov KU. Za spracovanie a aktualizáciu tejto smernice, ako aj jej realizáciu v praxi je zodpovedný rektor univerzity. Všetci zamestnanci sú povinní preukázateľne oboznámiť sa s touto smernicou a dodržiavať jej ustanovenia. Táto smernica je záväzná pre každého zamestnanca univerzity dňom, kedy bol s ňou oboznámený. Zamestnanci sú s touto smernicou oboznamovaní v pravidelných intervaloch a to raz za 2 roky. Vedúci zamestnanci sú povinní umiestniť túto smernicu na takom mieste, aby bola zamestnancom verejne prístupná.

4 OSOBITNÉ USTANOVENIA

Pitný režim pri záťaži teplom je dopĺňanie dostatočného množstva tekutín a minerálnych látok stratených pri práci do organizmu.

Pitný režim pri záťaži chladom pomáha udržiavať teplotu vnútorného prostredia organizmu.

Zamestnávateľ zabezpečuje pri záťaži teplom zamestnancovi na svoje náklady pitnú vodu na mieste výkonu práce alebo na inom vhodnom mieste určenom vnútorným predpisom zamestnávateľa.

Zamestnávateľ pri záťaži teplom zamestnancovi, ktorý vykonáva dlhodobú prácu zaradenú v triede 1b až 4, poskytuje na svoje náklady aj minerálne nápoje, ktorými sa doplnia tekutiny a minerálne látky stratené potením a dýchaním,

- ak sú splnené podmienky na úpravu času práce alebo ak sa predpokladá takáto úprava času práce, alebo

- pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku počas mimoriadne teplých dní.

Zamestnávateľ poskytuje pri záťaži chladom zamestnancovi na svoje náklady nápoje, prostredníctvom ktorých sa dopĺňa strata tepla v organizme, najmä pri dlhodobej práci na

- vnútornom pracovisku, na ktorom je z technologických dôvodov operatívna teplota 4°C a nižšia, alebo
- vonkajšom pracovisku, ak je priemerná korigovaná teplota vzduchu počas pracovnej zmeny 4°C a nižšia.

Zamestnávateľ zabezpečuje

- pri záťaži teplom prostredníctvom pitného režimu náhradu najmenej 70% tekutín stratených počas pracovnej zmeny potením a dýchaním; minimálne množstvo tekutín, ktoré zamestnávateľ poskytne zamestnancovi, je v tabuľke 1
- ak je teplota prostredia 4°C a nižšia, najmenej pol litra teplého nápoja počas pracovnej zmeny.

Dlhodobá práca je práca zamestnanca trvajúca dlhšie ako štyri hodiny za pracovnú zmenu.

Mimoriadne teplý deň je deň, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu nameraná v tieni dosiahla hodnotu vyššiu ako 30°C.

Mimoriadne chladný deň je deň, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu nameraná v tieni dosiahla hodnotu nižšiu ako -15°C.

V prípade poskytovania minerálnych nápojov sa odporúča podávanie stredne mineralizovaných vôd (500-1500mg/l), pričom minerálna voda by mala tvoriť aspoň polovicu odporúčanej dávky tekutín, druhú polovicu odporúčanej dávky by mala dopĺňať pitná voda.

Nápoje, ktoré zamestnávateľ poskytuje zamestnancom v rámci pitného režimu, majú mať primerané uhrádzajúce a občerstvujúce vlastnosti. Musia byť zdravotne neškodné, majú mať vhodné chuťové vlastnosti a teplotu. Majú obsahovať čo najmenej cukru (do 6%), pretože sladké nápoje zvyšujú pocit smädu a nemali by obsahovať ani malé množstvo alkoholu.

Tabuľka č.1:

Trieda práce	Energetický výdaj $q_M (W.m^{-2})$	Náhrada tekutín za pracovnú zmenu	
		$T_0(^{\circ}C)$	(litre*)(litre/1 $^{\circ}C$)
1a	≤ 80	31- ≥36	0,9-2,7 (0,36)**)
1b	81-105	27- ≥34	0,9-3,1 (0,24)
1c	106-130	24- ≥32	0,9-2,8 (0,24)
2a	131-160	20- ≥29	0,9-2,8 (0,21)
2b	161-200	16- ≥27	0,9-2,8 (0,17)
3	201-260	15- ≥24	1,2-3,0 (0,2)
4	>260	15- ≥21	1,6-3,0 (0,23)

Poznámky k tabuľke:

Množstvo poskytovaných nápojov platí pre $v_a \leq 1\text{m}\cdot\text{s}^{-1}$ a $rh \leq 70\%$.

*) Náhrada tekutín na pracoviskách triedy práce 1 až 4 sa ustanoví prepočtom v závislosti na t_g , teda na každý 1°C nad dolnou hranicou rozpätia pre príslušnú triedu práce sa pripočíta k základnej hodnote náhrady tekutín pre danú triedu práce hodnota uvedená v zátvorke.

**) Veľkosť pripočítanej náhrady nad základnú hodnotu náhrady tekutín.

4.1 Ďalšie opatrenia pri záťaži teplom a chladom

Ďalšie opatrenia pomáhajú znižovať nepriaznivý vplyv záťaže teplom a chladom na zdravie zamestnanca. Sú to napríklad:

- pri záťaži teplom
 - o zmena dĺžky pracovnej zmeny
 - o posun začiatku pracovnej zmeny
 - o zaraďovanie prestávok v práci
 - o predĺženie prestávky na obed
 - o pobyt v klimatizovaných priestoroch
 - o striedanie (rotácia) zamestnancov
 - o klimatizácia alebo nútené vetranie
 - o tienenie
 - o sprchovanie a ochladzovanie
 - o vhodné oblečenie
 - o pitný režim.
- pri záťaži chladom
 - o zmena dĺžky pracovnej zmeny
 - o posun začiatku pracovnej zmeny
 - o zaraďovanie prestávok v práci
 - o predĺženie prestávok v práci
 - o striedanie (rotácia) zamestnancov
 - o osobné ochranné pracovné prostriedky
 - o ohrieváreň a sušiareň
 - o pitný režim.

5 SÚVISIACE DOKUMENTY A ZÁZNAMY

Ide o dokumenty a záznamy, ktoré vznikajú pri zabezpečovaní činností popísaných v tejto smernici.

5.1 Dokumenty

Dokumenty, na ktoré sú odkazy v tejto smernici a ďalej dokumenty majúce priamu súvislosť so zabezpečovaním činností v tejto smernici popísaných:

- Ústavný zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 460/1992 Zb. Slovenskej republiky v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia v znení neskorších predpisov
- Vyhláška MZ SR č. 99/2016 Z. z. o podrobnostiach o ochrane zdravia pred záťažou teplom a chladom.

6 ZÁVEREČNÉ USTANOVENIA

Postupy a zásady stanovené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov Katolíckej univerzity, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností v smernici popísaných a primerane aj pre osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržujú v jej priestoroch a objektoch.

Všetky zmeny v tejto smernici je oprávnený vykonávať technik BOZP/ autorizovaný bezpečnostný technik v spolupráci so zamestnávateľom.

Za ošetrovanie existujúcich výtlačkov dokumentu – udržiavanie v čitateľnej podobe, uloženie na dostupnom mieste, ochrana proti strate, zničeniu alebo zneužitiu – zodpovedajú užívateľa danej smernice.

Vnútorňý predpis nadobúda platnosť a účinnosť dňom podpisu.

Dňom nadobudnutia platnosti Vnútorňého predpisu č. 11/2017 (CZ 2183/2017), sa ruší Vnútorňý predpis č. 4/2012 „*Smernica na zabezpečenie pitného režimu na pracoviskách Katolíckej univerzity v Ružomberku*“ zo dňa 31.5.2012.

V Ružomberku dňa 22.5.2017

prof. ThDr. Jozef Jarab, PhD.,
rektor KU

