VYSOKÁ ŠKOLA MÚZICKÝCH UMENÍ V BRATISLAVE
VENTÚRSKA 3, 813 01 BRATISLAVA

SMERNICA

Stanovenie rozsahu a podmienok zabezpečenia pitného režimu

Vypracoval: BT, PaedDr. Marek Obuch

Účinnosť: od 05.01.2026

VYSOKÁ ŠKOLA MÚZICKÝCH UMENÍ

Súvisiace právne predpisy podľa ktorých je smernica vypracovaná:

Zákon č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci
Zákon č. 355/2007 Z. z.o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia
Zákon č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce
Vyhláška Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 99/2016 Z. z. o podrobnostiach o ochrane zdravia pred záťažou teplom a chladom pri práci

1. Dôvod spracovania smernice

Extrémne zvýšené teploty, resp. znížené teploty počas zmeny ročných období, môžu spôsobovať záťaž zamestnancov teplom, resp. chladom na pracoviskách, čo u zamestnancov môže viesť k poklesu výkonnosti, zvýšenej únavnosti a môže spôsobiť až prehriatie organizmu so zvýšením telesnej teploty, malátnosť, ospalosť, pričom tento stav môže byť sprevádzaný bolesťami hlavy, závratmi, nevoľnosťou až zvracaním.

Povinnosťou zamestnávateľa vyplývajúcou z § 37 zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia je zabezpečiť opatrenia, ktoré vylúčia nepriaznivé účinky vyplývajúce z klimatických zmien ročných období na zdravie zamestnancov alebo tieto účinky znížia na najnižšiu možnú dosiahnuteľnú mieru.

Zamestnávateľ je povinný zabezpečiť

1. dodržiavanie prípustných hodnôt faktorov tepelno-vlhkostnej mikroklímy v závislosti od tepelnej produkcie organizmu zamestnanca,
2. pracovné podmienky zamestnancov tak, aby nebola prekračovaná únosná tepelná záťaž na pracoviskách počas dní, keď teplota vonkajšieho vzduchu nameraná v tieni presahuje 30 ° C,
3. pracovné podmienky zamestnancov tak, aby nebola prekračovaná prípustná záťaž chladom,
4. dodržiavanie prípustných povrchových teplôt pevných materiálov a kvapalín, s ktorými prichádza do kontaktu pokožka zamestnanca,
5. vhodné osobné ochranné pracovné prostriedky, ochranný odev a pitný režim s výberom vhodných nápojov, prispôsobenie primeranej teploty nápojov pri zvýšenej záťaži teplom alebo chladom.

Zamestnávateľ ***Vysoká škola múzických umení v Bratislave*** **(ďalej len VŠMU)** je povinný v súlade s § 6 ods.3 písm. b)zákona č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci vydať **vnútorný predpis, ktorý zabezpečí pitný režim zamestnancom.**

Cieľom smernice, upravujúcej pitný režim zamestnancov, je stanovenie rozsahu a podmienok zabezpečenia pitného režimu pre zamestnancov zamestnávateľa

VŠMU a zabezpečovať zamestnancom pitný režim, ak to vyžaduje ochrana ich života alebo zdravia.

Zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečením pitného režimu pre vymedzený okruh zamestnancov, má záujem predchádzať vyčerpanosti organizmu zamestnancov, eliminovať vplyv nepriaznivých mikroklimatických podmienok a napomáhať' urýchlenej regenerácii organizmu po záťaži.

2. Rozsah platnosti

Smernica upravujúca pitný režim zamestnancov je platná v rámci zamestnávateľa ***VŠMU*** a záväzná pre zamestnávateľa a všetkých jeho zamestnancov. Primerane sa taktiež vzťahuje aj na osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jej priestoroch a objektoch.

Pojmy a skratky

1. **Zamestnávateľ** – ***Vysoká škola múzických umení v Bratislave, Ventúrska 3, Bratislava.***
2. **Zamestnanci** – zamestnanci, ktorí sú v zmluvnom pracovnom pomere zamestnávateľa ***VŠMU.***
3. **Vedúci zamestnanci** – zamestnanci, ktorí riadia niektorý z útvarov alebo oddelení zamestnávateľa ***VŠMU.***
4. **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci** – je stav pracovných podmienok, ktoré vylučujú alebo minimalizujú pôsobenie nebezpečných a škodlivých činiteľov pracovného procesu a pracovného prostredia na zdravie zamestnancov.
5. **Nebezpečenstvo** - je stav alebo vlastnosť faktora pracovného procesu a pracovného prostredia, ktoré môžu poškodiť zdravie zamestnanca.
6. **Ohrozenie** - je situácia, v ktorej nemožno vylúčiť, že zdravie zamestnanca bude poškodené.
7. **Riziko** - je pravdepodobnosť vzniku poškodenia zdravia zamestnanca pri práci a stupeň možných následkov na zdraví.
8. **Nebezpečná udalosť** - je udalosť, pri ktorej bola ohrozená bezpečnosť alebo zdravie zamestnanca, ale nedošlo k poškodeniu jeho zdravia.
9. **Pracovisko** – pracoviskom sa rozumie miesto, ktoré je určené na výkon práce zamestnancov v priestoroch zamestnávateľa, na ktoré má zamestnanec prístup počas výkonu práce.
10. **Práca** – súhrn činností, ktoré zamestnanec alebo skupina zamestnancov vykonáva pri plnení pracovných úloh na konkrétnom pracovisku, vymedzených pracovnými postupmi a technológiou.
11. **Pracovné podmienky** – súbor fyzikálnych, chemických, biologických a organizačných faktorov pracovného prostredia a faktorov vyplývajúcich z výkonu práce.

12. **Právne predpisy** a ostatné predpisy podľa § 39 Zákonníka práce na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci sú predpisy na ochranu života a predpisy na ochranu zdravia, hygienické a proti epidemické predpisy, technické predpisy, technické normy, dopravné predpisy, predpisy o požiarnej ochrane a predpisy o manipulácii s horľavinami, výbušninami, zbraňami, rádioaktívnymi látkami, jedmi a inými látkami škodlivými zdraviu, ak upravujú otázky týkajúce sa ochrany života a zdravia.
13. **Predpisy** na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci podľa § 39 Zákonníka práce sú aj pravidlá o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci vydané zamestnávateľmi po dohode so zástupcami zamestnancov; ak k dohode nedôjde do 15 dní od predloženia návrhu, rozhodne príslušný inšpektorát práce podľa osobitného predpisu.
14. **Prevencia** - je systém opatrení plánovaných a vykonávaných vo všetkých oblastiach činnosti zamestnávateľa, ktoré sú zamerané na vylúčenie alebo obmedzenie rizika a faktorov podmieňujúcich vznik pracovných úrazov, chorôb z povolania a iných poškodení zdravia z práce, a určenie postupu v prípade bezprostredného a vážneho ohrozenia života alebo zdravia zamestnanca.
15. **Škodlivina** - fyzikálny, chemický alebo biologický faktor v pracovnom prostredí, ktorý svojou kvalitou alebo kvantitou /koncentráciou, intenzitou/, prípadne svojím dlhodobým pôsobením môže vyvolať poruchy zdravia alebo významne narušiť pocit pohody.
16. **Dlhodobo únosné mikroklimatické podmienky** sú fyzikálne podmienky určujúce tepelno-vlhkostnú mikroklímu (ďalej len "mikroklimatické podmienky"), pri ktorých je organizmus ešte schopný udržať tepelnú rovnováhu fyziologickými mechanizmami (termoreguláciou).
17. **Krátkodobo únosné mikroklimatické podmienky** sú fyzikálne podmienky určujúce tepelno-vlhkostnú mikroklímu, pri ktorých organizmus už nedokáže udržať tepelnú rovnováhu, ale teplota telesného jadra (mozog, miecha, orgány hrudnej a brušnej dutiny) v stanovenom čase neprekročí limitnú hodnotu.
18. **Dlhodobá práca** je práca zamestnanca dlhšia ako 4 hodiny za pracovnú zmenu. Dlhodobo a krátkodobo **únosná doba práce** sú limitované doby práce na pracoviskách, na ktorých sú u zamestnanca prekračované hodnoty prípustnej záťaže teplom. Tieto sa určujú v závislosti od triedy energetickej náročnosti práce a od mikroklimatických podmienok pre aklimatizovaných a neaklimatizovaných zamestnancov pri zohľadnení tepelného odporu odevu. Ak nie je určené inak, dlhodobo únosná doba práce je 8-hodinová pracovná zmena.
19. **Teplé obdobie roka** je obdobie s priemernou dennou vonkajšou teplotou vzduchu 13 °C a vyššou; ak klesne priemerná denná teplota počas dvoch po sebe nasledujúcich dní pod 13 °C, hodnotí sa prostredie podľa hodnôt pre chladné obdobie roka.
20. **Mimoriadne teplý deň** je deň, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu nameraná v tieni dosiahla hodnotu vyššiu ako 30 °C.

21. **Mimoriadne chladný deň** je deň, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu dosiahla hodnotu nižšiu ako -15 °C.
22. **Neaklimatizovaný zamestnanec** je zamestnanec po dobu troch týždňov od nástupu na pracovisko, na ktorom sa hodnotí záťaž teplom alebo chladom.
23. **Prípustná operatívna teplota** je priemerná operatívna teplota, ktorá je daná časovo váženým priemerom teploty, ktorá sa vyskytne počas 8-hodinovej pracovnej zmeny, alebo aritmetickým priemerom pravidelne meranej teploty v intervaloch najviac jednej hodiny.

3. Zodpovednosti a právomoci

1. Postupy a zásady uvedené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov ***VŠMU,*** ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a na zabezpečovaní činností popísaných v smernici.
2. Všetci zamestnanci sú povinní preukázateľne oboznámiť sa s touto smernicou a dodržiavať jej ustanovenia. Táto smernica je záväzná pre každého zamestnanca ***VŠMU*** dňom, keď bol s ňou oboznámený.
3. Bezpečnostný technik s touto smernicou oboznamuje vedúcich zamestnancov a ostatných zamestnancov v rámci pravidelného školenia najmenej raz za dva roky.
4. Vedúci zamestnanci sú povinní umiestniť túto smernicu na takom mieste, aby bola zamestnancom prístupná.

4. Osobitné ustanovenia

Základné povinnosti zamestnávateľa

Za účelom prevencie porúch zdravia v súvislosti so zvýšenou záťažou teplom počas letného obdobia sú doporučené na pracoviskách u zamestnávateľa ***VŠMU*** tieto preventívne opatrenia:

1. Zamestnávateľ v záujme zaistenia bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci je povinný zabezpečovať zamestnancom pitný režim, ak to vyžaduje ochrana ich života alebo zdravia.
2. Zamestnávateľ je povinný zabezpečiť pitný režim pri zvýšenej záťaži teplom alebo chladom:
   a. **pitný režim**, t. j. konzumáciu dostatočného množstva vhodných nápojov, ktoré majú občerstvujúce a uhrádzajúce vlastnosti (uhrádzajúce nápoje slúžia na uhrádzanie tekutín, solí a ďalších látok stratených nadmerným potením),
   b. **za vhodné** sa považujú, ak zamestnávateľ zabezpečí prístup k pitnej vode, napr. s verejného vodovodu.

3. **Vhodný pracovný odev,** jednovrstvový, z prírodných materiálov (syntetické materiály sú nevhodné pretože neumožňujú odparovanie potu), podľa možnosti svetlej farby.
4. Na pracovisku treba **zabrániť insolácii,** t. j. prenikaniu priamych slnečných lúčov cez okná alebo svetlíky, **tienením** (napr. žalúziami, roletami).
5. Ak nie je na pracovisku klimatizácia, je potrebné zabezpečiť zvýšenie pohybu vzduchu **vetraním**.
6. Pri používaní ventilátorov je tieto potrebné umiestniť a nasmerovať tak, aby nedochádzalo k nežiaducemu priamemu ochladzovaniu povrchu tela zamestnancov.
7. V prípade potreby je treba zamestnancom umožniť **prestávky v práci**, aby sa mohli **ochladiť osprchovaním** alebo **umytím pokožky chladnou vodou.**
8. Prípadná **úprava režimu práce a oddychu,** najmä pri prácach s nadmernou fyzickou záťažou (posun začiatku pracovnej zmeny, dĺžka a zaradenie prestávok a pod.) má byť riešená dohodou medzi priamym nadriadeným a zamestnancom.

5. Vymedzenie okruhu zamestnancov, ktorým zamestnávateľ zabezpečí bezplatný pitný režim

1. Zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečí **bezplatne** pre zamestnancov pri zvýšenej záťaži teplom pitný režim, prostredníctvom ktorého sa dopĺňa strata tekutín a minerálnych látok stratených potením a dýchaním pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku za mimoriadne teplých dní.
2. Zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečí bezplatne pre zamestnancov pri zvýšenej záťaži chladom pitný režim, prostredníctvom ktorého sa dopĺňa strata tepla v organizme
   - pri dlhodobej práci na uzatvorenom pracovisku, kde je z technologických dôvodov teplota 4 °C a nižšia,
   - pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku, ak je priemerná teplota vzduchu počas pracovnej zmeny nižšia ako 4 °C.

6. Zoznam zamestnancov s nárokom na zabezpečenie pitného bezplatného režimu

1. Bezpečnostný technik v spolupráci s **vedúcim prevádzkového oddelenia** a s pracovnou zdravotnou službou ***VŠMU*** je povinný vypracovať návrh okruhu zamestnancov (profesií), ktorí majú nárok na zabezpečenie pitného režimu. Pri vypracovaní tohto návrhu je povinný vychádzať z požiadaviek právnych predpisov na zabezpečenie BOZP, odborného stanoviska zamestnancov pracovnej zdravotnej služby a charakteru vykonávaných činností a pracovného prostredia.

2. Súčasne v spolupráci s uvedenými zložkami stanoví požiadavky, ktoré bližšie určia podmienky poskytovania nápojov. V nich konkretizuje všetky náležitosti potrebné pre zabezpečenie pitného režimu pre zamestnancov, u ktorých to vyžaduje ochrana ich života alebo zdravia.
3. Návrh okruhu zamestnancov s nárokom na zabezpečenie pitného režimu, konkrétnych podmienok jeho zabezpečenia aj s príslušnými podkladmi a informáciami využitými pri jeho tvorbe, predloží na posúdenie komisii zloženej z vedúcich zamestnancov.
4. Komisia posúdi predložený návrh a podľa výsledku posúdenia schváli, alebo požiada
   - preverenie predložených skutočnosti, vyžiada si doplňujúce informácie alebo
   - požiada doplnenie návrhu.
5. Na základe schváleného návrhu sa vytvorí zoznam profesií u zamestnávateľa ***VŠMU,*** ktorým sa zabezpečí pitný režim v rozsahu a podľa podmienok schválených komisiou.
6. Tento zoznam sa ako príloha stane neoddeliteľnou súčasťou tejto smernice pričom formulár pre vytvorenie tohto zoznamu tvorí prílohu č. 2 k tejto smernici.
7. V prípade vzniku potreby zmeny alebo doplnenia zoznamu zamestnancov u zamestnávateľa ***VŠMU*** v prípade organizačných zmien, pri vzniku nových profesii (funkcií), resp. ich zániku, pri podstatných zmenách technologických postupov a pod., predloží návrh na jeho zmenu alebo doplnenie príslušný vedúci zamestnanec alebo bezpečnostný technik v čo najkratšom možnom čase osloví príslušných členov komisie o vyjadrenie k navrhovaným zmenám.

7. Požiadavky na poskytované nápoje, podmienky poskytovania

1. Zamestnávateľ ***VŠMU*** poskytne nápoje výlučne v naturálnej forme a z bezpečnostných dôvodov prednostne v plastových baleniach.
2. Zamestnávateľ je povinný zabezpečiť vhodné osobné ochranné pracovné prostriedky, ochranný odev a pitný režim pri zvýšenej záťaži teplom alebo chladom (§ 37 zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia).
3. Zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečí, aby nápoje boli zamestnancom poskytované zásadne priamo na pracovisku, prípadne v jeho bezprostrednej blízkosti tak, aby boli ľahko a bezpečne dostupné a aby pri ich poskytovaní a distribúcii boli dodržané epidemiologické zásady.
4. Ak sa nápoje budú pripravovať na pracovisku, zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečí, aby
   - použitá voda bezpodmienečne vyhovovala platným hygienickým predpisom a pri manipuláciách s vodou sa dodržiavali všetky hygienické zásady a postupy,

- každý zamestnanec si podľa vlastného uváženia vyberie z niekoľkých druhov čaju a uvarí si požadované množstvo sám.

5. Zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečí, aby nápoje poskytované na pracovisku s nadmernou záťažou teplom alebo chladom
   - mali primeranú teplotu a boli poskytované v primeranom množstve,
   - boli vhodné a pre danú pracovnú činnosť primerane zdravotne nezávadné,
   - ich sortiment bol vhodne striedaný.
6. Zamestnávateľ ***VŠMU*** zabezpečí objednanie a výdaj ochranných nápojov pre zamestnancov.

8. Charakteristika poskytovaných nápojov

Pre zabezpečenie pitného režimu, zamestnávateľ ***VŠMU*** poskytuje pri zvýšenej záťaži:

a. **teplom:**

ochranné nápoje, ktorými sú:

- nápoje slúžiace k náhrade tekutín nevyhnutných pre život a zdravie, prípadne aj ďalších látok stratených nadmerným potením v prostredí zvýšenej tepelnej záťaže (nápoje nahradzujúce),
- nápoje, ktoré slúžia k predchádzaniu neprimeraným reakciám organizmu na tepelné zaťaženie, hlavne nadmernému pocitu smädu (nápoje občerstvujúce),

b. **chladom**:

- teplé nápoje.

9. Požiadavky na ochranné nápoje

1. Ochranné nápoje musia byť zdravotne nezávadné, musia mať vhodné chuťové vlastnosti a vhodnú teplotu (12 až 15 ˚C).
2. **Ako ochranné nápoje sa nesmú poskytovať**
   - nápoje obsahujúce alkohol, vrátane nízko stupňového piva,
   - mlieko,
   - ochranné nápoje nesmú obsahovať viac ako 6,0 % cukru.

Príklady vhodných nápojov tvoria prílohu č. 1 k tejto smernici.

10. Povinnosti a práva vedúcich zamestnancov v súvislosti s poskytovaním nápojov

Príslušný vedúci zamestnanec zodpovedá za:

- vypracovanie aktuálneho zoznamu zamestnancov na horúcich a chladných pracoviskách, jeho predloženie bezpečnostnému technikovi,
- hospodárne a správne prideľovanie ochranných nápojov zamestnancom na horúcich a chladných pracoviskách

11. Záverečné ustanovenia

1. Postupy a zásady stanovené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov ***VŠMU,*** ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností v smernici popísaných a primerane aj pre osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jej priestoroch a objektoch.
2. Na osoby, ktoré sú pre ***VŠMU*** činné na základe dohôd o prácach vykonávaných mimo pracovného pomeru, sa vzťahuje táto smernica v súlade s § 18 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov v rozsahu vyplývajúcom z týchto dohôd.
3. Všetky zmeny v tejto smernici musia byť uskutočňované podľa pravidiel zamestnávateľa ***VŠMU*** stanovených v interných predpisoch, pričom všetky zmeny v tejto smernici je oprávnený vykonávať bezpečnostný technik.
4. Smernica musí byť dostupná všetkým zamestnancom a pracovníkom zamestnávateľa ***VŠMU*** a je súčasťou pravidelného školenia zamestnancov o BOZP.

12. Účinnosť

Táto smernica nadobúda účinnosť dňom podpisu zamestnávateľa.

13. Zoznam príloh

Príloha č. 1: Príklady vhodných nápojov
Príloha č. 2: Zoznam profesií, ktorým zamestnávateľ zabezpečuje bezplatný pitný režim

Príloha č. 1:

Príklady vhodných nápojov

Nahradzujúce nápoje:

- minerálne vody s obsahom Na do 100 mg/l,
- bylinkové čaje, ovocné čaje alebo šťavy.

Občerstvujúce nápoje:

- stolové minerálne vody, aj chuťovo upravené,
- sódová voda,
- sódová voda s vhodným sirupom,
- špeciálne nápoje.

Nápoje musia byť zdravotne neškodné, majú mať vhodné chuťové vlastnosti a teplotu, čo najmenší obsah cukru, najviac do 6 % (sladké nápoje zvyšujú pocit smädu) a nemajú obsahovať ani malé množstvo alkoholu (alkohol zvyšuje metabolizmus a tým aj produkciu tepla v organizme). Teplota nápojov má byť v rozmedzí 12 až 15 ˚C.

Teplé nápoje:

Čaje (rôzne druhy čajov napr. zelený, ruský, indický, bylinkový a pod.)

Príloha č. 2

Zoznam profesií, ktorým zamestnávateľ zabezpečuje bezplatný pitný režim

Nie je potrebné vypracovať zoznam.

V Bratislave, dňa 05.01.2026

prof. PhDr. Martin Šmatlák
rektor VŠMU