



Interná smernica obce č. 3/2026
Pitný režim zamestnancov Obce Veľká Lehota
a uchádzačov o zamestnanie pracujúcich pre Obec
Veľká Lehota

Schválená

Starostom obce Veľká Lehota dňa:	11.08.2026
Interná smernica zverejnená na webovej stránke obce dňa:	19.08.2026
Interná smernica účinná od:	11.08.2026

Pitný režim zamestnancov Obce Veľká Lehota a uchádzačov o zamestnanie pracujúcich pre Obec Veľká Lehota

OBSAH

Kapitola č.:	Názov kapitoly
1.	Úvodné ustanovenia
1.1	Účel vydania
1.2	Pojmy
2.	Pitný režim
3.	Záverečné ustanovenia

1. ÚVODNÉ USTANOVENIA

1.1 Účel vydania

Zamestnávateľ touto smernicou upravuje zabezpečenie pitného režimu zamestnancov Obce Veľká Lehota s cieľom ochrany ich života a zdravia pri výkone pracovných činností.

1.2 Pojmy

Zamestnávateľ – Obec Veľká Lehota so sídlom: č. 52, 966 41 Veľká Lehota

Zamestnanci – osoby, ktoré sú v pracovnom pomere alebo obdobnom pracovnom vzťahu so zamestnávateľom, aj uchádzači o zamestnanie a praktikanti, ktorí pracujú pre zamestnávateľa na základe uzatvorených dohôd s Úradom práce, soc. vecí a rodiny

Pracovisko – miesto, ktoré je určené na výkon práce zamestnancov v priestoroch zamestnávateľa, do ktorých má zamestnanec prístup počas výkonu práce.

Záťaž teplom – tepelná záťaž zamestnanca, ku ktorej dochádza pri prekročení maximálnej hodnoty prípustnej operatívnej teploty pre daný druh práce; stanovuje sa jej dlhodobá a krátkodobá únosnosť.

Dlhodobá únosná záťaž teplom – je limitovaná množstvom vody stratenej pri práci z organizmu potením a dýchaním; vyjadruje sa ako dlhodobá únosná čas práce.

Krátkodobá únosná záťaž teplom – je limitovaná množstvom naakumulovaného tepla v organizme, ktoré nesmie prekročiť pre aklimatizovaného alebo neaklimatizovaného zamestnanca 180 kJ.m⁻², pričom tejto hodnote zodpovedá vzostup teploty telesného jadra o 0,8 °C, vzostup priemernej teploty kože o 3,5 °C a vzostup srdcovej frekvencie na hodnotu najviac 150 tepov za minútu; vyjadruje sa ako krátkodobá únosná čas práce.

Pitný režim – konzumácia dostatočného množstva vhodných nealkoholických nápojov. 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 zamestnanca.

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 dosiahla hodnotu nižšiu ako - 15 °C.

Operatívna teplota – je jednotná teplota uzavretého čierneho priestoru, v ktorom by medzi človekom a pracovným prostredím nastala výmena rovnakého množstva tepla prúdením a sálaním ako v skutočnom nehomogénnom prostredí; pri menšej rýchlosti prúdenia vzduchu ako 0,2 m.s⁻¹ alebo pri menšom rozdieli medzi teplotou vzduchu a strednou teplotou sálania ako 4 °C sa vyjadruje približne ako aritmetický priemer súčtu teploty vzduchu a strednej teploty sálania.

2. PITNÝ REŽIM

Zamestnávateľ zabezpečuje zamestnancom na pracoviskách dostupnosť a dostatočné množstvo vhodných nápojov. O umiestnení pitnej vody a nápojov sú informovaní všetci zamestnanci starostom obce. Miesto s pitnou vodou a ďalšími nápojmi musí byť dostupné pre všetkých zamestnancov po celý čas výkonu práce a nesmie ovplyvniť kvalitu a zdravotnú neškodnosť pitnej vody a ďalších nápojov. Je potrebné, aby priestory, kde sa nápoje uschovávajú, pripravujú alebo vydávajú, ako aj zariadenia a nádoby, ktoré sa pritom používajú, boli také, aby nedošlo k znehodnoteniu nápojov, aby sa v nich dali nápoje udržiavať v požadovanej teplote a aby i v ostatnom vyhovovali hygienickým požiadavkám.

Zamestnávateľ poskytne zamestnancom:

- a) pitnú vodu bezprostredne na pracovisku, ak je v dôsledku záťaže teplom z technologických dôvodov prekračovaná maximálna hodnota prípustnej operatívnej teploty,
- b) ak je predpoklad prekročenia smerných hodnôt dlhodobu a krátkodobu únosnej záťaže teplom alebo pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku počas mimoriadne teplých dní navyše nápoje, prostredníctvom ktorých sa dopĺňa strata tekutín a minerálnych látok stratených potením a dýchaním.

Zamestnávateľ zabezpečí pre zamestnancov:

- a) pri zvýšenej záťaži chladom najmenej pol litra nápoja na pracovnú zmenu, prostredníctvom ktorého sa dopĺňa strata tepla v organizme, najmä:
 - pri dlhodobej práci na uzatvorenom pracovisku, na ktorom je z technologických dôvodov operatívna teplota 4 °C a nižšia alebo
 - pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku, ak je priemerná teplota vzduchu počas pracovnej zmeny nižšia ako 4 °C.
- b) pri záťaži teplom prostredníctvom pitného režimu úhradu najmenej 70 % vody stratenej za pracovnú zmenu potením a dýchaním, minimálne množstvo tekutín, ktoré zamestnávateľ poskytne zamestnancovi, je v súlade s prílohou č. 4 prvý bod vyhlášky Ministerstva zdravotníctva SR č. 99/2016 Z. z. o podrobnostiach o ochrane zdravia pred záťažou teplom a chladom pri práci,

Zamestnávateľ poskytuje zamestnancom nápoje, ktoré:

- a) sú zdravotne neškodné,
- b) majú vhodné chuťové vlastnosti a teplotu,
- c) obsahujú čo najmenší obsah cukru, najviac do 6 % (sladké nápoje zvyšujú pocit smädu),
- d) neobsahujú alkohol (alkohol zvyšuje metabolizmus a tým aj produkciu tepla v organizme).

Voda, ktorá sa používa na prípravu ochranných nápojov, ako aj všetky prímеси i hotovo dodávané ochranné nápoje musia zodpovedať príslušným normám a zdravotníckym predpisom. Nápoje poskytované na pracovisku s nadmernou záťažou teplom alebo chladom majú mať primeranú teplotu (12 – 15 °C) a zamestnávateľ ich poskytuje zamestnancovi v primeranom množstve.

Pitný režim na pracovisku s nadmernou záťažou teplom alebo chladom, výber vhodných nápojov a ich primeranú teplotu zamestnávateľ konzultuje s lekárom, ktorý dohliada na pracovné podmienky a zdravie zamestnancov v súvislosti s prácou.

Prehľad niektorých vhodných nápojov:

- a) pitná voda,
- b) čaj,
- c) minerálna voda.

V prípade, ak zamestnancovi bude poskytnutý nápoj v zálohovanom obale, je povinný tento obal zamestnávateľovi vrátiť.

Zamestnávateľ Obec Veľká Lehota poskytuje všetkým svojim zamestnancom pitný režim formou:

- a) pitnej vody a čaju neobmedzene, t.j. v pracovnom čase bez obmedzenia množstva
- b) minerálnej vody s limitom 3 litre na osobu za 1 pracovný deň.

V rámci svojej sociálnej politiky majú zamestnanci vyššie uvedený pitný režim prístupný bez sledovania zákonom stanovených teplotných limitov.

Jozef Mihál

starosta obce