

# WORLD OF BEAUTY & SPA 2017

MEZINÁRODNÍ VELETRH  
KOSMETIKY, KADEŘNICTVÍ,  
ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO  
STYLU, WELLNESS A SPA

PRAŽSKÝ VELETRŽNÍ AREÁL  
**PVA EXPO PRAHA  
PRAHA 9 – LETŇANY**

**8. – 9. 9. 2017**

VÍCE NEŽ 300 VÝSTAVNÍCH  
STÁNKŮ A CELODENNÍ  
ATRAKTIVNÍ PROGRAM:

- Anti-aging program, relaxace a regenerace
- Aromaterapie, masáže
- Soutěže v líčení, účesech, nail artu a manikúře
- Kadeřnické show
- Módní přehlídky
- Současné trendy v kosmetické péči i líčení
- Mistrovství ČR v MAKE-UPU
- Kadeřnická soutěž INSPIRACE 2018
- Mistrovství ČR v NAIL DESIGNU
- Soutěž produktů BEPPA
- Soutěž DESIGN LOOK LASHES
- Beauty & Fitness Cup 2017
- International Beauty Foot Cup Czech

**facebook** /KosmetickyVeletrh

**www.WorldOfBeauty.cz**

**KOSMETICKÝ VELETRH – PRAHA LETŇANY**  
**8. – 9. září 2017**

## Vážení čtenáři,

Když jsem dostal od šéfredaktora našeho Zpravodaje Michala Effmerta e-mail, že mám napsat úvodní slovo do dalšího čísla, tak jsem si teprve uvědomil, jak ten čas letí a že léto je pomalu za námi.

Doufám, že se vám podaří strávit příjemné chvíle na dovolených a že jste naerpali nějaké síly do další práce a také pokračovali na akcích, které pro vás APR připravila na II. pololetí tohoto roku.

Asociace pracovníků v regeneraci spolupracuje s českou asociací saunérů připravila odborný program v rámci tradičního veletrhu kosmetiky, kadeřnictví a zdravého životního stylu **WORLD OF BEAUTY & SPA** pořádaného ve dnech 8. a 9. září 2017 v prostorách výstavního areálu v Praze – PVA EXPO PRAHA – LET ANY. Seminář APR bude 8.9. na téma: „**Nové trendy v regeneraci a wellness**“ a poté navazuje spolupráce s přednáškou „**Zážitkové saunování v provozu wellness centra a trendy 2017**“

Tradiční největší akce v letošním roce bude opět podzimní konference, tentokrát na téma: „**PREZENTACE A KOMUNIKACE V PROSTŘEDÍ BAZÉN, SAUN A WELLNESS.**“

Výběr místa konání konference nebyl jednoduchý. Nakonec padlo rozhodnutí pro Jihlavu, zejména z důvodu stejné dostupnosti ze všech koutů republiky. **Konference proběhne ve dnech 18. – 19.10.2017** v hotelu v Gustavu Mahler.

Doufám, že se nám opět podaří zajistit zajímavý program, který vás osloví a bude přínosem pro vaši práci.

Další akcí tradičně s podporou APR je **Sauna Herbal Cup**, který se uskuteční 23. – 26. listopadu v areálu Hrubá Voda

V posledních letech se nám nedaří uspořádat v minulých letech tolik oblíbený a navštěvovaný „**Mikulášský seminář**“. Tak uvidíme, třeba se to letos podaří.

Přejí vám mnoho úspěchů a hodně zdraví

Miroslav Veselý

předseda představenstva

Asociace pracovníků v regeneraci

## NÁCHOD

autor: Michal Efmert

## Jaroslava Justová

Jaroslava Justová (editelka Sportovního zázemí města Náchoda) je pravidelným účastníkem všech seminářů a konferencí APR. Jak jsme uvedli v jednom z předchozích čísel Zpravodaje APR, ráda se podívá na různé místa a navštívila jich více jak 60. Je samozřejmě, že hlavním cílem není turistika, ale získávání dalších informací k provozu bazénů. V diskuzích pravidelně uvádí i zkušenosti ze svého provozu a tak jsem se na návštěvu Náchoda skutečně těšila.

## Dvacet osm let na pozici - není to nudné"

„Rozhodně není“ říká Jaroslava. „Je to spíše náročné a vyčerpávající a již se těším, jak vedení Sportovního zázemí města Náchoda v budoucnu předám nástupci nebo nástupkyni. Chci být s ním/ní společně v jakou dobu pracovat a předat mu/jí své letité zkušenosti. Orientovat se ve všech problémech je složité a různými novými předpisy agenda každoročně narůstá. (Jarka mi na ukázkou předložila Zizovací listinu s dodatky, provozní řády krytého plaveckého bazénu, sauny, koupaliště, ceníky, vnitřní předpisy pro zajištění bezpečnosti – více jak sto stránek).

Rozsah krytých bazénů odbaví cca 130 tisíc návštěvníků a koupaliště v závislosti na počasí mezi 14 – 28 tisíc návštěvníků. Mezi návštěvníky se najdou i ti nespokojení a tak se přiblíží jejich připomínky a stížnosti.

Bohužel z nich se obrátí nejprve na zizovatele a vedení města pak tyto stížnosti projednává. Já pak musím vysvětlovat, proč se musí návštěvníci podívat platným předpisem a dodržovat některé, pro ně méně příjemné, povinnosti. Naštěstí i některé představitelky města patří mezi pravidelné návštěvníky a vidí provoz na vlastní oči.“

## Historie plavání v Náchodě

První zmínky o „koupadlu“ jsou roku 1865, kdy truhlářský mistr Josef Taufmann podal k okresnímu úřadu žádost, respektive „pokornou prosbu o koupel na ece Metuji kvůli plavání zdejší obecnosti“. Podmínky pro koupání v ece se zlepšily až po dobudování jezů. Moderní koupaliště s vlastní koutou vody

bylo vybudováno v polovině 20. století. Později byl v městských lázních vybudován bazén. V roce 1982 byla zahájena první etapa stavby krytého plaveckého bazénu na Hamrech. Provoz nového krytého bazénu byl zahájen 1. 5. 1990. Bazén je přiblížen modernizován, naposledy v roce 2015, kdy bylo provedeno zateplení a výměna oken.



## NÁCHOD

## Bazén na Hamrech



V areálu jsou 2 bazény – 25 x 12,5 m a 10 x 7,5 m (s d tským koutkem), kapacita 175 osob, 2 sauny, 2 masérny, 2 parní komory. Úprava vody je zabezpečována UV lampami, ozonizací a dochlorací. Sportovní zařízení má sta Náchoda, příspěvková organizace, zabezpečuje nejen vlastní provoz krytého bazénu, ale provozuje v bazénu i další činnosti:

Od 1. 9. 2016 došlo k rozšíření hlavní činnosti organizace o provozování Plavecké školy, která ve dnech školního vyučování využívá plavecký bazén od 7:30 do 12:00 až 13:00 hodin a zabezpečuje povinné i nepovinné kurzy plavání pro žáky mateřských, základních a středních škol.

V krytém bazénu působí i „Centrum péče o matku a dítě“, jehož činností zahrnuje program pro děti a rodiče do 6 let v ku dítěte. Jedná se o cvičení plavání pro gravidní ženy, plavání kojenců od 3 do 6 měsíců v ku (ve vanách), plavání kojenců a batolat od 6 měsíců do 3 let a plavání dětí v kové kategorii od 3 do 6 let.

Další aktivitou jsou hodiny aquaerobiku. Možnost tohoto účinného cvičení ve vodě využívají především ženy různých věkových kategorií. Ženy mají také v oblíbené cvičení kalanetiku a pilates, body formu, kondiční cvičení a streinku, jógy pro ženy.

Ke zvýšení návštěvnosti bazénu by byla potřeba celková modernizace. Bazén po více jak 27 letech provozu již těžko konkuruje moderním zařízením. V sezóně je v krytém plaveckém bazénu každoročně prováděna běžná údržba zařízení k zabezpečení bezporuchového chodu v dalším období. Vzhledem k tomu, že celých 10 měsíců provozu není bazén vypouštěn, je nutné v letní rok odstávky provést kompletní obnovu a dezinfekci bazénových van a celé technologie. Dále je prováděna celková sanitace zázemí včetně vymalování všech prostor.

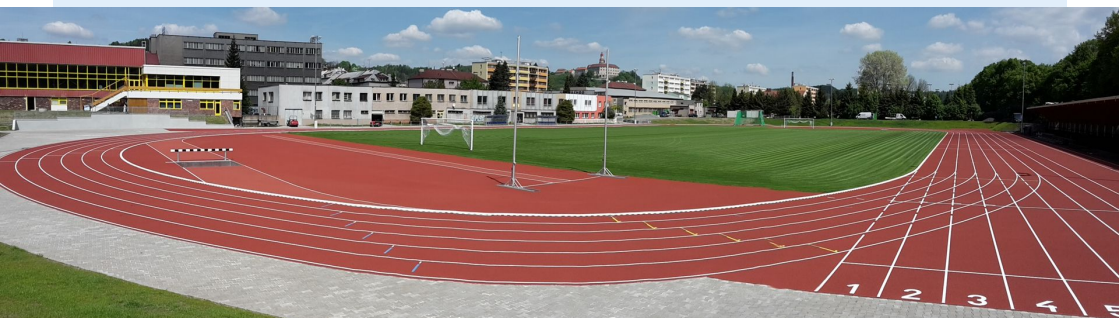


## NÁCHOD

### Vstupné

Vstupné do bazény je na 1 hodinu 50,-K , 2 hodiny je 70,-K , pro m sí ní permanentky pak vychází 40,-K na hodinu. Pravidelní návštěvníci mají denní vstup za mén ě než 20,-K (na permanentku). Jen o n co vyšší jsou vstupenky do sauny 100,- K jednotlivé vstupné a 85,- K na permanentku K za dvouhodinovku v etn ě p j ení saunového prádla.

Pro zabezpečení provozu musí mít každý pracovník, odpov dný za prevenci úraz ů a bezpe nost návštěvník ů , absolvovaný kurz v akreditované školicím st edisku. Vedení sportovního za ízení provádí pravideln ě p ezkušování za pomoci akreditované firmy. Saunéry si školí vedení sportovního za ízení samo.



Mimo provoz krytého plaveckého bazény zajiš ůje p ísp vková organizace Sportovní za ízení m sta Náchoda ješt ě provoz venkovního Jiráskova koupališ ů a fotbalového a atletického stadionu Hamra (ten prošel v letech 2016 – 2017 celkovou rekonstrukcí).

### Jiráskovo koupališ ů

Provozování Jiráskova koupališ ů p evzala Sportovní za ízení m sta Náchoda od z izovatele po rozsáhlé rekonstrukci k 1. 6. 2007. P ísp vková organizace provozovala koupališ ů již v letech 1997 – 2001. Provoz v sezón ě 2016 byl zahájen dne 11. 6. a sezóna trvala do 4. 9., tj. 86 provozních dn ů (v roce 2015 to bylo 93 dn ů). Návš ůt vnost je zcela závislá na po así a pohybuje se v rozmezí 14 – 28 tis. osob.



## NÁCHOD

## Zahájení sezóny

Když přijdou v květnu nádherné slunečné dny a okoljdoucí vidí napuštěné bazény volají, po otevření koupaliště. Situace není tak jednoduchá, jak to na první pohled vypadá. Koupaliště jsem si prohlédl s vedoucím koupaliště Janem Slaninou: "Zrovna se provádí příprava na otevření. To trvá více jak 14 dní. Voda, která chrání bazény přes zimu, se musí vypustit a bazény vyčistit. Po vyschnutí se bazény opraví a mohou se natít. Výběr firmy podléhá výběrovému řízení, našťastí to vyhrála firma, která má již zkušenosti s opravami bazénů. Každoroční opravy a natírání přijdou cca na 150 tis.Kč."



## Vstupné



Je to levnější než vybudování nerezového bazénu. Folie se rovněž moc neovlivňuje, jsou náchylné k protržení. Tak nezbyvá než odhadnout den otevření a předtím začít včas s údržbou. Denní provoz přijde v průměru na 10-12 tis. Kč a když nepřijdou skoro žádní návštěvníci. Tak se ujmu funkce plavčíka a ostatní kolegy pustím domů. Provoz oběrstvení má našťastí netíží, zabezpečuje je smluvní firma. Letos zvýšíme celodenní vstupné z 60,- na 80,- Kč. A budeme doufat v pokračování.

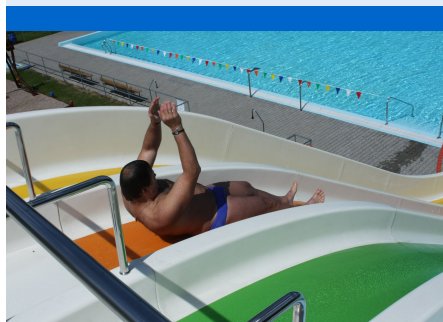
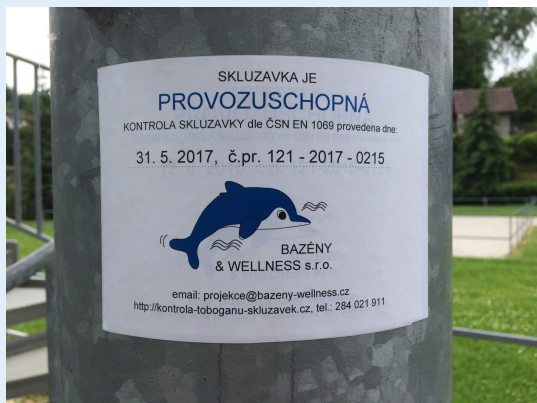
Již natřená část koupaliště zářila modrou barvou, zbývá ještě natřít lavičky, posekat trávu. Zábradlí z upravené pozinkované oceli vypadají jako nová, je to lepší a trvanlivější než nerez. Dlažba je po zimě v pořádku. Letos z investičních prostředků zizovatele došlo k výměně děrovných výplní lehátek. Tak jen zbývá opravit převlékárny. Do budoucna je v plánu rekonstrukce děrovných děrovných šaten, které jsou nyní využívány jako sklady. Zde by mohlo vzniknout zázemí pro návštěvníky koupaliště.



## NÁCHOD

## Skluzavky

Revizi skluzavky provádí Milan Šmíd (Bazény a wellness s.r.o.) Jednou za 3 roky se měří jízdní vlastnosti. Cvičných jízd s měřením rychlosti se provádí pět v každé poloze. Letos probíhá kontrola na základě prověrky z minulých prohlídek, provádí se všechny šrouby, spoje a hrany. Milan se na laně spouští po skluzavce dolů a pečlivě kontroluje každou dráhu. Nad piktogramy se zastavil a upozornil Jana Slaninu, že v případě zájmu lze pro tuto skluzavku povolit jízdu ve dvojici (dospělý + dítě) ale jen v poloze v sedle. Na závěr Milan na sloupek nalepil cedulku o provedené revizi.



## Bazénář - práce s lidmi

Po návratu jsme se s Jaroslavem vrátili k problému práce s lidmi. Byla právě po rolfterapii s Irenkou Šmídovou a tak byla ve výborné pohodě: „Jedná se s izovatelem jsou v tšinou složité. Na jednu stranu musíme poskytovat co nejlepší služby za dostupné vstupné, na druhou stranu prostě díky provozu, údržbě a rekonstrukci jsou omezené. Nakonec se vždy dohodneme, ale stojí to mnoho úsilí. Práce bazénář je v první řadě práce s lidmi a to s těmi, kteří o nás rozhodují, s těmi, kteří zde pracují a v neposlední řadě se zákazníci. Starší zaměstnanci mají zkušenosti, dovedou si představit, co všechno

se má stát a umí tyto situace předvídat. Ti musí předat zkušenosti těm mladším. Práci musí všichni vykonávat s láskou, jinak u této práce za finanční ohodnocení, které jim mohou nabídnout, nevydrží. Máme štěstí na spolupracovníky a nakonec se všichni do práce těšíme. I přesto neodcházím z práce s tou samou hlavou, stále řeším problémy s poctivými lidmi i neoktanými haváriemi. Tak se na budoucí odpovědi těším i když vím, že mi to potom nejde líto. Přece jen jsem bazénářem tímto životem.“

*Popáli jsme Jaroslav klidné léto, hodně trpělivosti při práci s lidmi a věříme, že předá v budoucnu vedení bazénu a dalších areálů do dobrých rukou.*

## Kontakt:

Sportovní zařízení města Náchoda  
příspěvková organizace  
Pražská 178  
547 01 Náchod  
Email: [sport.nachod@wo.cz](mailto:sport.nachod@wo.cz)  
[www.sportnachod.cz](http://www.sportnachod.cz)



## Dohoda o provedení práce a dohoda o pracovní činnosti 2016



Na semináři APR v Hluboké vodě vznikla diskuze o odměnách pracovníků na DPP a DPČ. Proto jsem k příslušnému tématu vytáhl články ze serveru Peníze (rubrika Jak na to), Odbor strukturálních fondů MV ČR a Hledám práci. Podmínky jsou zde popsány z pohledu pracovníka. Zkušený zaměstnavatel je jistě zná, ale neuškodí si je připomenout.

### DPP

**Za kolik:** Dohodu o provedení práce můžete během roku uzavřít s jakýmkoli poctivým zaměstnavatelem. Pro každého ale smíte pracovat maximálně tři sta hodin za rok. Za práci na dohodu musíte dostat alespoň minimální mzdu – která aktuálně činí 66,- korun (hrubého) na hodinu. Shora výdělěk omezený není, záleží, jak se dohodnete se zaměstnavatelem. Písemně si v dohodě můžete sjednat například i vyplácení cestovních náhrad a stravného, na které automaticky při práci na dohodu nárok nevzniká.

**Zdravotní a sociální pojištění:** Z hlediska povinných odvodů je nejvýhodnější, když zaměstnanec odmítne na základě dohody o provedení práce nepřesáhnout deset tisíc korun – z výdělěku se pak neplatí zdravotní pojištění ani sociální pojištění. Stejně to je, když máte příjem do deseti tisíc u více zaměstnavatelů současně. Když uzavřete více dohod do deseti tisíc s jedním zaměstnavatelem, platí zmíněný limit pro součet měsíčních výdělků – když je součet vyšší než deset tisíc korun, odvádíte z celé sumy sociální pojištění (včetně nemocenského) i zdravotní pojištění.

**Osvobození od odvodů** ale ani při nízkých výdělécích neplatí absolutně. Důvodem, který má v daném měsíci příjem pouze z dohody o provedení práce s odměnou do deseti tisíc a za kterého neplatí zdravotní pojištění stát, se musí do konce měsíce přihlásit zdravotní pojišťovně zdravotní pojištění a zdravotní pojištění zaplatit – jako osoba bez zdanitelných příjmů (OBZP). Zdravotní pojištění v takovém případě činí 13,5 procenta z minimální mzdy (ta v roce 2017 dosahuje 11 000 korun), ve výsledku tedy 1 485,- korun měsíčně. Zdravotní pojištění je třeba zaplatit vždy do osmého dne následujícího měsíce, například za březen do osmého dubna. Z obliga jsou lidé, kteří mají zdravotní pojištění placené státem.

**Daň z příjmu:** V případě, že součet měsíčních výdělků z dohod o provedení práce u jednoho zaměstnavatele nepřevyšuje limit deset tisíc korun, můžete danit dvěma způsoby. Když nepodepíšete prohlášení k dani, zaměstnavatel z příjmu odečte patnáctiprocentní srážkovou daň. Příjem z dohody pak tvoří samostatný daňový základ, po uplatnění srážkové daně už ho nemusíte nikde vykazovat. Můžete ho ale zahrnout do daňového přiznání – když si v průběhu daného roku vydáte celkově jen málo, dostanete sraženou daň zpátky. Započetí příjmů už zdaněných srážkovou daní totiž umožní více (nebo dokonce plně) využít daňové slevy a nezdanitelné části základu daně. Poté budete potvrzení o příjmu od zaměstnavatele, které vám na požádání vydá po konci roku.

**Druhá varianta:** prohlášení k dani u zaměstnavatele podepíšete (každý měsíc to lze udělat jen u jednoho). V takovém případě vám zaměstnavatel z odměny odečte patnáctiprocentní zálohu na daň z příjmu a uplatní daňové slevy, na které máte nárok. Písemně nejmenším základním daňovou slevou na poplatníka, která v roce 2016 činí 24 840 korun (2070 měsíčně).. Když zaměstnanec odmítne nepřesáhnout deset tisíc, strhává zaměstnavatel patnáctiprocentní zálohu na daň automaticky. Ale pozor, daň už se bude počítat ze superhrubé mzdy, tedy hrubé mzdy zvýšené o platby na sociální pojištění a zdravotní pojištění, které za vás musí zaměstnavatel odvést. Pokud u daného zaměstnavatele podepíšete prohlášení k dani, zohlední a uplatní daňové slevy, na které máte nárok. Znovu připomínáme, že u každého zaměstnavatele můžete pracovat pouze u jednoho zaměstnavatele.



## DPP, DPČ

## DPČ

**Kolik a za kolik** Co se týče minimální mzdy, platí u dohody o pracovní činnosti (DPČ) totéž jako u dohody o provedení práce: podle zákona musíte brát aspoň 66,- korun (hrubého) na hodinu. Rozdíl je v možném rozsahu práce. V rámci DPČ pro jednoho zaměstnavatele můžete pracovat déle než tři sta hodin za rok. V průměru ovšem ne více než polovinu týdenní pracovní doby (což dá 20 hodin) – průměruje se za celou dobu platnosti dohody, maximálně ale za padesát dva týdnů.

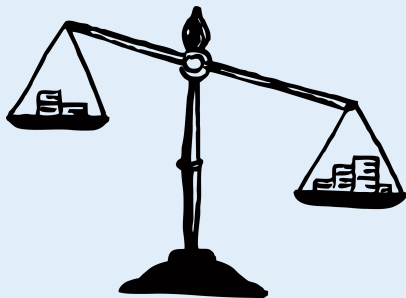
**Zdravotní a sociální pojištění** Když je měsíční odměna z dohody o pracovní činnosti nižší než dva a půl tisíce korun, neodvádí se z ní zdravotní pojištění a sociální pojištění. Jestli ale v daném měsíci nemáte jiný příjem, ze kterého se zdravotní pojištění platí, a nehradí vám ho stát, musíte se přihlásit zdravotní pojišťovně a pojištění zaplatit – ve stejné výši jako jsme vyložili výše u dohody o provedení práce. Když sjednaná odměna z DPČ dosahuje alespoň dvou a půl tisíc, zdravotní i sociální pojištění se normálně platí.

Kdo má uzavřeno s jedním zaměstnavatelem několik dohod o pracovní činnosti souasně, měsíční odměny se sčítají – jakmile součet měsíčních výdělků dosáhne alespoň dvou a půl tisíce korun, zdravotní pojištění i sociální pojištění se odvádí z každé z odměn.

**Daň z příjmu.** Výdělky z dohody o pracovní činnosti se daní jako příjmy z běžného pracovního poměru, zaměstnavatel z nich odvede patnáctiprocentní zálohu na daň z příjmu. Když u něj v daném měsíci podepíšete prohlášení k dani, sníží se záloha o daně zvýhodnění.



## Odměny nad rámec sjednané smlouvy



U DPČ je možno vyplácet mimoúmlouvně odměnu, ale mělo by to být zakotveno též ve smlouvě, kterou zaměstnavatel se zaměstnancem na DPČ, uzavřel: ustanovení o tom, že nad rámec sjednané odměny je ještě možno vyplácet i mimoúmlouvně odměny. Pokud to již příjemci podpory ve stávajících smlouvách nemají, mohou být uzavřeny dodatky ke stávajícím DPČ. U DPP platí ten samý postup, vyplácení mimoúmlouvně odměny (nad rámec sjednané odměny) je nutno ošetřit ve smlouvě/dohodě. Pozor ovšem, abyste podobným způsobem pouze nešídili hodiny, které jste nepoznali v evidenci pracovní doby, které by se vám už nevešly do zákonného limitu poloviny sjednaného týdenního úvazku, to by nebylo legální. Zde ještě upozorujeme, že sjednaná a případná mimoúmlouvně odměna se sčítá a platí, pokud by došlo k překročení 10 000,-/měsíc, hradí se zdravotní a sociální pojištění.

## Chlorová a bezchlorová desinfekce na bazénech

Chlorování bazénové vody je jedním z nejběžnějších způsobů hygienického zabezpečení vody. Chlór je ve vodě poměrně dobře rozpustný, je možné ho v různých podobách skladovat a snadno aplikovat s velmi přesnou dávkou potřebnou k zabezpečení vody. Chlór má na běžné mikroorganismy dostatečnou účinnost, je dobře dostupný a pro provoz bazénu relativně levný. Obsah chlóru ve vodě je uváděn ve těchto hodnotách: chlór volný – v podobě například kyseliny chlorné nebo chlornanu sodného, chlór vázaný v pevnějších chemických vazbách (chloridy, chloraminy a pod.) a chlór celkový jako součet volného a vázaného chlóru. Naše legislativa popisuje pro veřejné bazény obsah volného chlóru v závislosti na teplotě vody (pro plavecké bazény s teplotou do 28°C rozmezí 0,3 – 0,6 mg/l, pro teplejší bazény vyšší), hodnota vázaného chlóru nemá povýšit ale 0,3 mg/l. Účinnost chlóru je závislá na jeho obsahu ve vodě a hodnotě pH vody.



## Organický chlór

Pro provoz rodinných bazénů se považuje za vhodné použití tzv. organického chlóru, nejčastěji na bázi kyseliny izokyanurové. Je dodáván v podobě granulátu, rychlorozpustných nebo pomalu rozpustných tablet, které se vkládají do plovoucích košíků přímo do bazénu, případně do skimmeru nebo do rozpouštěcí komory v úpravě vody. Výhodou chlóru v této podobě je jednoduchá a poměrně bezpečná manipulace i pro laika. Chlór v této podobě je snadno dostupný u všech prodejců rodinných bazénů i v maloobchodní síti velkých drogerií i obchodních domů (například LAGUNA-Chlor, Chlorifix, Chlorilong, Dinotechlor a pod.).



## Plynný chlór a chlornan sodný

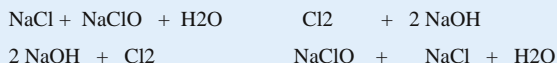
U bazénů veřejných je nejčastěji používán chlór dodáváný v podobě kapalného plynu v tlakových nádobách nebo v podobě žlutozelené kapaliny – chlornanu sodného. Výhodou je při použití běžných dávkovacích (chlorátor nebo dávkovacích peradel) velmi dobrá přesnost použité dávky a snadné udržování potřebné hodnoty volného chlóru ve vodě. Zde je pro aplikaci ale nutná opatrnost při zacházení – tato forma není vhodná pro laika. Plynný chlór býval používán za první světové války jako bojový plyn a tak i dnes je potřeba s ním zacházet se zvýšenou opatrností v souladu s ČSN 755050. I při použití chlornanu sodného může v lepších formách zajistit jen rozpad obalů, v horším případě poleptání kůže nebo sliznic.

Nevýhodou použití chlorových preparátů je charakteristický zápach, zvláště když při nesprávné úpravě dojde ke zvýšení obsahu chloraminů ve vodě (při vazbě chlóru na nečistoty v bazénu převažují z potu neumytých návštěvníků).

## DEZINFEKCE VODY

### Slaná voda

Speciální aplikací chlóru je využití „slané vody“. Tato metoda se k nám dostala z p ímo ských stát , kde slaná voda je mnohem levn ější než voda sladká. Princip metody je založen na rozkladu chloridu sodného (hydrolyze) ú inkem elektrického proudu. Sama slanosť vody brání rozvoji organizm ů citlivých na obsah soli ve vod . Ú inkem elektrického proudu vložených elektrod lze chlorid sodný rozkládat na chlór a ten využít pro zabezpe ení vody.



Uvol ovaný chlór má desinfek ní ú inký hubící mikroorganizmy. Napsané rovnice by mohly vypadat jako „perpentum mobile“, protože procesy ve vod ě jsou vratné. Proud ním vody se ale uvoln ěný chlór dostává z vody a také díky p ítomnosti i jiných látek ve vod , zvlášt ě organických, dochází ke vzniku r zných slou enin rovnicemi nepopsaných a tím je ztrátám soli, kterou je nutné nahrazovat.

Pobyt v bazénu ošet eném slanou vodou je pom ěrn ě příjemný. Voda ztrácí charakteristickou „bazénovou p íchu“ po chlóru. Chcete-li si však po ídit tuto technologii, doporu ujeme volit materiály a strojní za ízení odolné zvýšené agresivit ě slané vody . Všem t mto jev m jde ale p edejít vhodnou volbou použitých materiál .



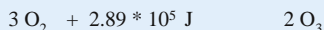
### Chlordioxid

Dalším dosud netradi ním zp sobech chlorace bazénové vody je využití chlordioxidu (ClO<sub>2</sub>). Tato metoda je vhodná hlavn ě pro organicky zne íšněné plnicí vody. I zde je nutná velká opatrnost p í zacházení s chemikálií z d vod u výbušnosti látky – metoda je proto zcela nevhodná pro laiky.

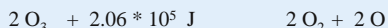
**Málokrterý z ve ejných bazén ě je u nás zabezpe ován jinak než pomocí chlorových preparát . V ad ěm ípad ě je ale chlorace dopl ována i o n kterou z následujících metod hygienického zabezpe ení vody**

### Ozonizace vody

Ozón je namodralý plyn t ěžší než vzduch, siln ě dráždivý, p sobící toxicky. Je dosud nejsiln ějším oxidantem používaným k likvidaci organických a anorganických ne ístot a hygienickému zabezpe ení vody v bazénech. Pro svou nestálost se musí vyráb ět v míst ě spot eby - elektrickým výbojem vysokého nap ětí.



Ozón je zna ěn nestálý a rychle se rozpadá na molekulu kyslíku a velmi reaktivní atomární kyslík :



## Nebezpečný ozón

Jeho schopnost usmrcovat mikroorganismy ve vodě je vysoká na bacterium coli a spóry cca 300 x vyšší než chlórém.

Ozón má karcinogenní účinky nebezpečné pro člověka. Proto neměly být přítomny přímo v bazénu (povolená koncentrace na vstupu do bazénu je max. 0,05 mg/l) a měly být také v jedné z bazénů využity jen ve spojení s jinou desinfekční metodou. Pro privátní bazény ale mohou sloužit jako samostatná bezchlórová desinfekce.



## Desinfekce UV zářením

Desinfekce UV zářením je progresivní technologický způsob zabezpečení vody. Jde o fyzikální způsob sanitace vody bez vlivu na chemické složení vody. Proces likvidace bakterií i jejich sporů a virů probíhá útlukem krátkovlnného záření o vlnové délce cca 250 μm. Velkou výhodou této metody je jednoduchost provedení, nevýhodou je fakt, že k likvidaci mikroba dochází pouze v místě kontaktu kapaliny s UV paprsky v prostoru UV lampy, tedy v prostoru úpravny. Úprava UV paprsky nemá chemické vlastnosti vody, její chuť, nezpůsobuje zápach. Výhodou metody je, že nemůže dojít k předávkování jako u chemických způsobů sanitace vody.



## Použití iontů těžkých kovů

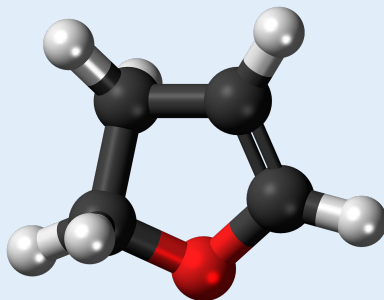
Způsob úpravy a zabezpečení vody pomocí iontů má dlouhou historii jako lidská civilizace. Již v Mezopotámii a ve starém Egyptě věděli, že voda v mramorových nebo stříbrných nádobách vydrží déle, než v nádobách z jiných materiálů. Těžké kovy dokáží i v dlouhodobém působení narušovat buněčnou strukturu jednoduchých organismů (bakterií a řas) a mohou proto zabezpečovat vodu s dlouhodobým útlukem - nevycházejí z vody tak rychle jako například chlór. Použití je jednoduché a není se proto čemu divit, že se i na našem trhu objevily v nabídkách bazénových firem zařízení, která využívají tohoto principu. Do vody se vsype příslušný preparát s obsahem iontů a stříbra, rozmíchá se v bazénu a při proudění cirkulované vody se pomocí proudu z vložených elektrod uvolí ujmí ionty a stříbra, které vodu ochrání před rozvojem řas. Voda s obsahem těžkých kovů se nehodí na zalévání, bude ničit biologickou kulturu u čistírny odpadních vod. Do vody se vsype příslušný preparát s obsahem iontů a stříbra, rozmíchá se v bazénu a při proudění cirkulované vody se pomocí proudu z vložených elektrod uvolí ujmí ionty a stříbra, které vodu ochrání před rozvojem řas.

## DEZINFEKCE VODY

### Použití iontů těžkých kovů

Voda z obsahem těžkých kovů se nehodí na zalévání, bude ní it biologickou kulturu u istírny odpadních vod.

Využití ú inku těžkých kovů dochází i na ve ejných bazénech - ada algicidních p ípravk je na bázi m dí nebo st íbra. Jejich používání je podmín no ádn vyškolenou obsluhou. I v oblasti rodinných bazén m žeme doporu ovat opatrnost - t žké kovy se z organismu t žko vylu ují a mohou zp sobovat dlouhodobé zdravotní problémy.



### „Aktivní kyslík“

Další možností hygienického zabezpečení bazénové vody u rodinných bazén p i hledání bezchlórových preparát , jsou chemikálie ozna ované jako "aktivní kyslík". Aktivní složkou, jsou látky na bázi peroxisíran . Zkoušky, které byly provád ny laborato emi neprokázaly velké ú inky t chto preparát , proto se využívají zcela výlu n jen v privátním sektoru. Desinfekce peroxidem vychází provozn nákladn ji než pomocí chlórových preparát , vyhneme se ale charakteristické „chlorové v ni“. (CTX 100, POOLSCHOCKER, a pod).

### Bróm a jód

Zcela vyjme n je možné setkat se s desinfek ními prost edky pro úpravu vody v bazénech na bázi brómu. Bróm je obdobný halogen jako b žn používaný chlór. Jeho použití jako desinfekce bazénové vody má jednu velkou výhodu - ve slou enin s amoniakem (bromamíny) se nesnižují jeho desinfek ní ú inky a ani nepáchne jako chloramíny. K zabezpečení vody je ho ale pot eba dávkovat ve 3 - 4 násobném množství než chlóru a výroba desinfekce na bázi brómu je i nákladn jší. (ROYAL – Brom – Tabs, BROMINE GENTLE TABS), Obdobn je možné použít i prost edky na bázi jódu (BAKTOGEST).

Volbu vhodné metody desinfekce bazénové vody je t eba provád t uvážliv a podle podmínek využívání. U ve ejných bazén to bude vždy volba metod chlorových, p ípadn v kombinaci s bezchlórovými metodami. V privátní sfé e záleží na majiteli, které metod dá p ednost. U privátního bazénu není nebezpečí p enosu nemocí takové, jaké by mohlo nastat u bazén ve ejných, pokud by nedocházelo ke kontinuální sanitaci se zajišt ním p edepsané zbytkové hodnoty sanitizéru (chlóru) v bazénu.



#### Kontakt:

Ing. Milan Šmíd  
 Bazény a wellness, s.r.o.  
 Nad Šutkou 41E, Praha 8 182 00  
 Email: [projekce@bazeny-wellness.cz](mailto:projekce@bazeny-wellness.cz)  
[www.bazeny-wellness.cz](http://www.bazeny-wellness.cz)  
 Tel.: 284 021 911

## PODZIM V SAUNĚ

autor: Pavel Hofrichter

## Léto zkončilo

Léto, skoro byste ekleli že to není čas na saunu. Ale tam kde mají zahrady tak v době, že saunování v létě zaznamenává vzrůstající oblibu. V Aquapalace Praha rozšířili i na léto venkovní prostor a zahradu doplnili mobilní saunou Hanscraft, tak jak jsme to měli při letošním SaunaFestu. Metli kováři a speciální saunové rituály jsou zde ve velké oblibě. Já jsem se vydal s Ondrou Sochárkem (Mistr R v saunových ceremoniálech) na Vysočinu, kde jsme udělali rituál Potní chýše. Po vzoru indiánských tradic jsme připravili skutečný zážitek u stánků májového tábora T.O.Bobáci. V létě se uskutečnilo také 1. Majstrovstvo Slovenska v saunových rituálech. Proběhlo ve SPA APHRODITE a v porotě jsme se sešli s Pangem, Lasseem z Norska, Robem Kaijzerem z Holandska nebo Janosem Zelenakem z Maďarska. Nechyběli ani Leszek z Polska. V single soutěži zvítězil Robo Židek a v týmu ho doplnil jeho bratr a také měl první místo.



## Podzimní mistrovství světa



V září se uskutečnilo mistrovství světa, kde budu v mezinárodní porotě a z ČR se chystá početná delegace soutěžících, jejich fanoušků a manažerů saunových center. Celá událost je skvělá pro inspiraci. Některé další chystané eventy si můžete prohlédnout na webu Sauneri.cz nebo na FB. Ideální je také čas na proškolení nových saunérů nebo obsluhy sauny pro zážitkové saunování. Zkrátka sezona skutečně za námi.

Na podporu pravidelného saunování připravujeme osvětovou kampaň Týden saunování, která se uskuteční zaátkem listopadu a budeme rádi, pokud připravíte program i pro hosty vaší sauny.

Tradiční Sauna Herbal Cup proběhne poslední listopadový víkend, opět v Resortu Hrubá Voda u Olomouce.

## Kontakt:

Pavel Hofrichter

Rain, s.r.o.

Štěrboholská 6

102 00 Praha 10

Email: [hofrichter@rain.cz](mailto:hofrichter@rain.cz)[www.SaunovyMag.cz](http://www.SaunovyMag.cz)

Tel.: 603 840 883



## Co jsou jizvy

*V pr b hu života se v tšina z nás dopracuje k n jaké té malé i v tši jizv . Nezáleží na tom, zda ji zp sobil úraz, operace, nebo špatn zahojená kožní choroba. Správná pé e o jizvy totiž nemá jen estetický efekt, ale prvo adé by zde m lo být pro nás p edevším to, že pokožce okolo jizvy vrátíme alespo ást p vodní elasticity. Jednou z možností, jak to provést je masáž a Irena Šmídová absolvovala zajímavý kurz. Než se jí zeptáme na podrobnosti, uvedeme obecný p ehled o jizvách.*



### FAKTORY OVLIV UJÍCÍ HOJENÍ

Jizva je sou ástí p irozeného procesu hojení k že. Vzniká jako následek jejího porušení, které m že být náhodné v podob úrazu nebo dokonce plánované, nap . v podob chirurgického zákroku. Rozsah a vzhled jizvy závisí na mnoha okolnostech. Intenzívn se m ní až do 18 m síc od svého vzniku. erstv jší jizvy se odstra ují mnohem jednodušeji a s lepším efektem v porovnání se starými. Studie dokazují možnost ovlivn ní a uvoln ní nap tí i u n kolika let starých jizev. Schopnost hojení k že po r zných typech poran ní nebo po chirurgických zákrocích je u každého pacienta jiná. Jizvy mají nejrozli n jší tvary, barvy a velikost. V rámci poopera ní rehabilitace, krom cílené pohybové lé by, je d ležitá také následná pé e o jizvu. Jizvy totiž po dobu lé by vyžadují p edevším pot ebnou vlhkost a maximální p ístup kyslíku. Hydratace je klí em k dosažení maximálního efektu. Napomáhá produkci kolagenu pro rychlejší hojení. Práci s jizvou m žeme za ít hned prvním dnem po vyjmutí steh .

### TYPY JIZEV PODLE VZHLEDU

**Hypertrofické jizvy (vyvýšené)** - Vznikají nadm rným tvo ením nové k že, jsou obvykle ervené, hrubé a tvrdé. asto "sv dí" nebo bývají bolestivé a nep íjemné. Mají tendenci vystupovat nad úroveň okolní k že, p í emž se ale nerozší ují mimo oblasti p vodního zran ní.

**Keloidní jizvy (p e nívající líníe rány)** - Jsou hrubé, oblé, tvo í nepravidelné shluky jizvovité tkán , které se ší í p es hranice p vodního zran ní. asto jsou ervené nebo tmavší v porovnání s okolní k ží.

**Atrofické jizvy (promá knuté)** - Vznikají, když se rána nehojí správn a tvo í se tak nedostate né množství nové pojivové tkán . Výsledná jizva je pod úrovní okolní k že, nap . jizvy po akné nebo planých neštovicích.

**Strie** - Jizvám, jako jsou strie, p edstavující v podstat popraskanou k ži následkem jejího rychlého roztahování, nej ast jí b hem t hotenství, se dá p edejít prost ednictvím pravidelného nanášení zvlá ujících emulzí. Na dosažení pot ebné pružnosti pokožky je d ležité také pravidelné cvi ení.

### KOREKCE JIZEV

Cílem terapie je co nejrychlejší návrat do plnohodnotného života. Léka i mohou doporu it n kterou z metod. Biostimulace tkán : LED terapií nebo stimula ním laserem , karboxoterapie (: tenkou jehlou je do místa jizvy aplikován oxid uhli ítý), lokální aplikace kortikoidu a nebo masáže.  
Zdroj: <https://www.fyzioklinika.cz/clanky-o-zdravi/uvolneni-jizvy>

## JIZVY

## O jaký kurs se jednalo?

Jednalo se o Workshop s Sharon Wheeler a Robertem Schleipem "Zjizvená tkáň" a konal se 23. - 25.6.2017, hotel Duo, Praha. Lektorka Sharon Wheeler je rolferkou, jejíž práce v tomto oboru započala v roce 1973. Radost z rolfterapie – strukturální integrace ji přivedla k vlastnímu zkoumání v oblasti jizev. Tato skvělá americká dáma svou práci nazývá zapojením zjizvené tkáň do fasciální sítě. Na kursu jsem se dozvěděla jak vypadá zjizvená tkáň a jak se má chovat, co jí dává a na co reagují tzv. fibroblasty a myofibroblasty. V současné době je předmětem výzkumu, jak na sobě mechanický pohyb, elektrický impulz i chemická stimulace. Dr. Schleip také mluvil o jeho hodnocení v případě lidí s rakovinou, dříve nebylo možné s nimi pracovat, nyní už to omezeně je možné. Měl sebou přístroje pro dekový výzkum - novinky, jeden měl tloušťku tkáň a druhý – přenosný ultrazvuk ukazoval kvalitu tkáň. Před ukázkou Sharon, která ošetřovala jizvu v abdominální oblasti, Dr. Schleip tyto přístroje použil a po ošetření jizvy změnil a ukázal změny, které se udály. Nebyla žádná pochybnost, že nastala velká změna v kvalitě jizvy, v dekovém měnícím ovládnutí. Pokud by vás zmínilé téma zaujalo, je možné se podívat na video na YouTube, které má název Scar Tissue Ultrasound Experiment: [https://www.youtube.com/watch?v=b\\_7aXP-1WcQ](https://www.youtube.com/watch?v=b_7aXP-1WcQ)



## Jaké jsou předpoklady pro práci s jizvami?

Pro práci s jizvami nemusí být člověk urostlý, silný a mimořádně fyzicky zdatný. Takže jsem byla na správném místě a mohla se přiučit u Sharon Wheeler. Před prací na dobrovolnících, kteří chtěli vylepšit své jizvy, jsme nejprve pracovali vzájemně na svých dávných zraněních. Tomu ovšem předcházela instruktáž na rukou a overbalu, abychom později mohli správně použít předváděné techniky. Každá jizva je jedinečná, tak jako člověk, který je jejím nositelem



## Je efektivní pracovat se starými jizvami?

Ošetření jizvy je vhodné pro všechny jizvy a na roku jejího vzniku nezáleží. Výsledek u staré jizvy je překvapující a její majitel vždy projevuje velký údiv nad novým stavem. Má klientka měla jizvu v podbřišku starou 27 let a velmi se divila, když ji po mé práci ohmatala. Nebylo nutné pracovat s jizvou po 14 dnech. Podmínka pro práci na jizvě je, že není otevřená, zanícená, mokvající nebo bolestivá.



## JIZVY

## Dosáhne se změny za jednu návštěvu?

Ano, může stačit jedna návštěva. Práce je velmi jemná a pomalá, proto je třeba se jizvám novat minimálně okolo 1 hodiny. Je třeba trpělivosti. Někdy pracuji tak, že pokaždé ji dříve nopracuji a následovně se vnuji rolfterapii nebo masáži. Jizva se změnit natrvalo, po ošetření ještě probíhají změny, které jsou vždy k lepšímu.

## Jak se projeví změna?

Podmínka pro práci na jizvě je, že není otevřená, zanícená, mokvající nebo bolestivá. Práce na jizvách v tšínou vy eší chronické nervové dysfunkce, které se projevují necitlivostí, nebo p ecitlivostí na dotyk, p ípadně mraveněním, pálením nebo chladem. Celkově se vyhladí a integruje do okolní zdravé tkáně.

## Je ošetření bolestivé?

Pocity p í práci na jizvách jsou p íjemné, nic nebolí. Pokud klient upozorní na nep íjemný pocit a bolest, je třeba p ístup změnit. Následující dás po práci se může p íhodit, že změny v tkáni jsou více provázané s okolím a t lo reaguje nep íjemným pocitem. Ten však odezní a brzy je vše v pořádku. (To je popis jednoho individuálního p ípadu, b žně se to nestává.)

## Kam se mohou zájemci obrátit?

Pro rehabilitační pracovníky a maséry mohou v ele doporučit ú ast na kurzu, nejbližší se koná v sobotu 21.10.2017. Ti, které trápí jizva, se mohou obrátit na mně. Ve svém masérském a rolfterapeutickém centru v Praze Kobylisích se mohou pokusit jím pomoci. Zatím se mi podařilo p ínejmenším podstatně zlepšit jizvy u všech zákazníků, takže neváhejte to zkusit.

*Poznámka šéfredaktora: P í rolfterapii, kterou jsem u Irenky postoupil a psal jsem o ni v lo ských íslech Zpravodaje APR, jsme ešili i jizvu po totální endoprotéze. Jizvu jsem si pravidelně rozmasíroval podle pokynů lékaře. To znamená poměrně velkou silou. Když mně Irenka masírovala, tedy spíše hladila, ne ekal jsem zázraky. Ale k žě se krásně vyžehlila. Sice jsem p íšel o chlapeckou ozdobu, ale zato mně nic netla č a nebolí.*



## Kontakt:

Irena Šmídová  
MasKA  
Nad Šutkou 41E, 182 00 Praha 8  
Email: [maska@c-box.cz](mailto:maska@c-box.cz)  
[www.mas-ka.cz](http://www.mas-ka.cz)  
Tel.: 604 260 131



## FÓRUM

## Chlórování bazénů

**Jsem z Prahy a chtěl bych pravidelně plavat. Jsem alergický na chlor.** Není jasné, jakého druhu je Vaše alergie na chlor. Chlórování je totiž i voda z vodovodního kohoutku, a tak byste si při alergii na chlor nemohl ani umýt ruce nebo se napít. V bazénu je hodnota chlóru vyšší, aby se zabránilo případnému přenosu nákazy z jednoho koupajícího - bacilonosiče na jiného. Max. hodnota chlóru v bazénové vodě je cca dvojnásobek povolené maximální hodnoty pro pitnou vodu. Chlórují se všechny ve stejné bazény, protože jde o nejjednodušší systém desinfekce vody, nejlépe kontrolovatelný a aplikovatelný do vody. Používají se i aplikace jiných halogenů, ale neznám ve stejné bazéně u nás, který by nechlóroval. Někdy bývá chlorace doplněna i o případně i jiné metody desinfekce – za pomoci ozónu, UV záření nebo například ionomerního filtru. Chlor je ale vždy, protože hygienická Vyhl. 238/2011 Sb. v platném znění popisuje jeho hodnoty, které se musí sledovat. I tzv. „slané bazény“ obsahují jako sanitizér chlor. Bezchlórové dezinfekce v bazénové praxi jsou u nás nyní jen pro privátní bazény. U nových bazénů s nejmodernější technologií lze předpokládat přesnější dávkování chloru. Podrobnosti o chlorové a bezchlórové chemii jsou uvedeny v samostatném článku (mš).



## Dotazy P. Ehlera

*Pavel Ehler, provozní ředitel Sarezy, poslal po semináři v Hrubé Vodě několik dotazů, které nezapadly a postupně na ně budeme odpovídat.*

Na dotaz **o množství trichloraminu v bazénové hale** zatím nemáme odpověď a vrátíme se k tomu.

**Jednorázové odměny a prémie (na měsíční bázi) pro „brigádníky“** - odměny pro DPP a DP jsou rozebrány v samostatném článku tohoto Zpravodaje.

**Garant školení má mít (má) kvalifikaci „Mistr plavání“?** Garant školení bude mít kvalifikaci mistr plavání nebo vodní dozorce senior. Je potřeba chápat souvislosti, že když jsme to upravovali, ještě nikdo nemohl být vodním dozorcem. Zároveň i někdo starší, kdo má dlouhodobě plaveckou kvalifikaci mistra, tak aby mu to stačilo.... Smysl tohoto je aby školitel měl nějakou odbornost ve vodní záchranné službě.

**Proč by měl být garantem, a zároveň i školitelem, doktor medicíny.** Zde se jedná o nepochopení. Je tam napsáno: osoba, která odpovídá za odbornou přípravu a průběh školení v oblasti zdravotní, traumatologie a první pomoci. Tedy nemusí OSOBNĚ školit, ale odpovídá za přípravu a průběh, školit může například lékař. Garant školení, který zároveň školí i vodní záchrannou. Ale rozhodně nejde couvnout z požadavku, aby byl garantem absolvent střední zdravotní školy, kdesi v minulosti, to opravdu nejde. Tento požadavek garanta se tam dostal právě proto, že někdo akreditaci školícího zařízení prováděl zdravotní odbornou opravdu šifrovaným způsobem. Tyto informace máme od Vás, děkujeme (zk).

*Další odpovědi budou zveřejněny v příštím čísle Zpravodaje. Máte-li nějaké zkušenosti s dotazy, neváhejte se ozvat. Píšte si i dotazy na podzimní konferenci.*

## Sjednané slevy členům APR

**BASSAU CZ**

7% sleva na celý sortiment: vonné esence do parní lázně a sauny, peelingová sůl, Darkovská sůl..

**Kontakt:** e-mail: j.sznapka@seznam.cz, www.bassau.cz

**Bazény a wellness s.r.o.**

Projektové práce technologií bazénů a wellness od studií přes všechny stupně dokumentace přes i rekonstrukcí a výstavbu nových areálů, sleva 5 % na projektové práce a zpracování provozních plánů pro bazény a sauny, zpracování ekonomických vyhodnocení provozních nákladů. Od roku 2012 provádíme i každoroční povinné kontroly skluzavek a tobogánů v souladu s novelou normy pro skluzavky – pro členy APR se zajímavými ceníkovými slevami. Kontroly provádíme i u nově uváděných skluzavek a tobogánů do provozu.

**Kontakt:** tel.: 284 021 911, fax: 284 021 919, e-mail: projekce@bazeny-wellness.cz, www.bazeny-wellness.cz

**Maska - Irena Šmídová**

Masérské a kadeřnické služby. Účesy pro běžný den i pro slavnostní příležitosti, vlasové poradenství. Reflexologie, masáže klasické, balneologické, medové masáže, masáže hlavy. - Sleva 10 % na masérské služby.

**Kontakt:** tel.: 284 021 910, mob.: 604 260 131, e-mail: irena.maska@seznam.cz, www.mas-ka.cz

**Nessy s.r.o.**

Odbavovací turniketové a vstupenské systémy – sleva 3 %

**Kontakt:** tel., fax.: 495 212 004, e-mail: info@nessy.cz, www.nessy.cz

**VŠTVS Palestra**

Kurzy, školení, rekvalifikace – sleva 10 % kurzovního.

**Kontakt:** tel.: 281 932 013, e-mail: donevova@palestra.cz, www.palestra.cz

**Welt servis s.r.o.**

Dovoz a servis produktů ze sanitárního sektoru, mj. tryskové, bezdotykové vysoušeč rukou – sleva 10-15%

**Kontakt:** tel. 774 707 285, email: wagner@weltservis.cz, www.weltservis.cz

Šéfredaktor: PaedDr. Michal Effmert, grafická úprava: Bc. Bohumila Laudátová

Fotografie: archiv APR, archiv Náchod, archiv Bazény a wellness, s.r.o.

Zpravodaj APR vydává Asociace pracovníků v regeneraci pro členy APR a pro zájemce o obor regenerace a wellness. Zpravodaj je zpracován v open-source DTP programu Scribus, www.scribus.cz. Kopírování a následné šíření je povoleno. Neprodejné! © APR

2017/3



Náchod..... str. 3

DPP, DPČ..... str. 8

Dezinfekce vody..... str. 10

Podzim v sauně..... str. 14

Jizvy..... str. 15

Fórum..... str. 18