

**Smlouva o zajišťování kondičních pobytů pro zaměstnance
Správy železniční dopravní cesty, státní organizace
Č.j. 3705/2019-SŽDC-GŘ-O8**

uzavřená ve smyslu ustanovení § 1746 zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, ve znění
pozdějších předpisů (dále jen „občanský zákoník“)

mezi

Správa železniční dopravní cesty, státní organizace

zapsaná v obchodním rejstříku vedeném Městským soudem v Praze, oddíl A, vložka 48384,
se sídlem Praha 1, Nové Město, Dláždění 1003/7, PSČ 110 00
bankovní spojení: Česká národní banka, číslo účtu: XXXXXXXXXXXXX
IČO: 70994234, DIČ: CZ70994234
zastoupená generálním ředitelem Bc. Jiřím Svobodou, MBA

(dále jen „objednatel“ nebo „SŽDC“)

a

AZTM Services s. r. o.

zapsaná v obchodním rejstříku vedeném Krajským soudem v Ostravě, oddíl C, vložka 25279
se sídlem Jeseník, Zeyerova 918, PSČ 790 01
bankovní spojení: FIO banka, a. s., číslo účtu XXXXXXXXXXXXX
IČO: 25914154, DIČ CZ25914154
Zastoupená jednatelem Ing. Michalem Procházkou

(dále jen „dodavatel“)

**I.
Účel smlouvy**

Účelem této smlouvy je upravit vzájemná práva a povinnosti smluvních stran tak, aby byl
řádně a včas v rámci sjednaných podmínek splněn závazek SŽDC k poskytování kondičních
pobytů vybraným skupinám zaměstnanců, vyplývající z Podnikové kolektivní smlouvy Správy
železniční dopravní cesty, státní organizace.

**II.
Předmět smlouvy**

Předmětem této smlouvy je závazek dodavatele k poskytování služeb objednateli
spočívajících v komplexním zajištění kondičních pobytů pro zaměstnance SŽDC pro rok
2019 v rozsahu dle níže uvedené specifikace a členění v zařízeních na území České
republiky nebo Slovenské republiky a dále závazek objednatele zaplatit dodavateli za
poskytnutí těchto služeb cenu podle této smlouvy.

III. Kondiční pobyty

1. Kondičním pobytem se pro účely této smlouvy rozumí preventivně ozdravný program lázeňského typu se zajištěným ubytováním a stravováním (dále jen „pobyť“).
2. Dodavatel se zavazuje zajistit pobyty zaměstnanců SŽDC, a to ve sjednaném rozsahu, čase, kvalitě a ceně, a objednatel se zavazuje v rámci sjednaných podmínek vysílat své zaměstnance na pobyty a tyto pobyty uhradit.
3. Délka pobytu je 12 dní (11 nocí).
4. Ubytování bude zajištěno ve dvoulůžkových pokojích s příslušenstvím a lednicí, přičemž ubytování všech účastníků turnusu bude v jednom ubytovacím objektu s minimální kapacitou alespoň 110 lůžek se zajištěním nepřetržitě obsazené recepcce. V místě ubytování je dostupné parkoviště.
5. Stravování bude zajištěno přímo v objektu ubytování ve formě výživově hodnotné plné penze odpovídající zásadám zdravé výživy, včetně ovoce a zeleniny, s možností výběru menu z dietního jídelníčku, sestaveného minimálně ve třech variantách za dohledu dietní sestry, přičemž snídaně budou poskytovány formou samooblužného systému švédských stolů, oběd a večeře servírovanou formou.
6. Každému účastníku bude během pobytu poskytnuto nejméně 20 léčebných procedur (každá v minimální délce trvání 30 minut, pokud není lékařem určeno jinak), přičemž jako samostatná procedura se nepovažuje odpočinek po proceduře včetně odpočinku se zábalem; za procedury se považují především individuální minerální vanové koupele, termální, uhličitě nebo minerální koupele, skotské stříky, podvodní masáž včetně stimulačních chodidlových šlapacích koupelí, sauna, parní lázeň, podkožní injekce, parafín, léčebné inhalace, oxygenoterapie, masáž klasická celková nebo lokální, masáže speciální, manipulační léčba, elektroléčba, magnetoterapie, ultrazvuk, tepelné zdroje (např. helioterapie, infračervená lampa), bahenní koupele a zábaly, léčebný tělocvik, nordic walking; výčet procedur je uveden v Příloze č. 1 této smlouvy, v odůvodněných případech bude po provedení vstupní lékařské prohlídky stanoven lékařem individuálně podle aktuálního zdravotního stavu; případně se přihlédne k individuálním požadavkům zaměstnance při využití přírodního léčivého zdroje dle místních podmínek, přičemž bude zachováno minimálně 10 různých stanovených léčebných procedur. Na závěr pobytu bude provedena výstupní prohlídka s vyhotovením zprávy pro ošetřujícího lékaře. Podrobný popis léčebných procedur, které budou účastníkům pobytů poskytovány, je Přílohou č. 1 této smlouvy.
7. Minimálně 90% procedur podle odst. 6 tohoto článku smlouvy bude k dispozici přímo v ubytovacím zařízení nebo budovách s tímto zařízením propojených, zbytek v docházkové vzdálenosti do 500 m od ubytovacích zařízení. Na základě požadavku objednatele budou procedury realizovány denně včetně sobot, nedělí a svátků v minimálně 12hodinovém provozu.
8. Každý účastník bude mít během pobytu možnost zúčastnit se edukačního programu zaměřeného na prevenci civilizačních nemocí, správný životní styl a stravování v rozsahu alespoň 90 minutové přednášky s diskuzí zajištěnou odborníkem v oboru zdravotnictví nebo dietologie.
9. Jestliže je zaměstnanec SŽDC, účastník pobytu, pojištěncem Zdravotní pojišťovny ministerstva vnitra (dále ZPMV ČR), budou mu poskytnuty další procedury, stanovené po dohodě mezi zaměstnancem a zařízením, v ceně výše příspěvku ZPMV ČR na ozdravný pobyt pojištěnce. Zařízení zvýší objednateli fakturovanou částku za pobyt tohoto

zaměstnance o cenu navýšených procedur. Faktura bude obsahovat seznam pojištěnců ZPMV ČR a navýšených položek odděleně od ostatních účastníků pobytu.

10. Zařízení realizující pobyty jsou vybaveny vnitřním bazénem, posilovnou a relaxačním centrem přímo v ubytovacím zařízení nebo v docházkové vzdálenosti do 500 m. Tato zařízení budou účastníkům nabízet možnost využití časování a prodej procedur, ošetřovnu i dalších obdobných služeb. Služby zahrnuté v ceně jsou specifikovány v Příloze č. 1 této smlouvy.
11. Zařízení realizující pobyty budou poskytovat možnost aktivního využití volného času formou pěší turistiky, nordic walkinku nebo cykloturistiky (nejlépe organizovaně).
12. Zařízení realizující pobyty budou nepřetržitě zajišťovat lékařskou péči se specializací na rehabilitační služby. V průběhu ozdravného pobytu bude nepřetržitá dostupnost nemocniční péče.
13. Nabídka pobytů podle této smlouvy zahrnuje celkem šest různých zařízení lázeňského typu, z toho tři umístěná v České republice a tři ve Slovenské republice; podrobná specifikace všech těchto šesti zařízení, ve kterých budou pobyty realizovány, je Přílohou č. 2 této smlouvy.
14. Kondiční pobyty budou realizovány v místech s dostupným vlakovým spojením, a to ve vzdálenosti maximálně 6 km od vlakové stanice. Pokud je vlaková stanice vzdálena dále než 2 km od místa ubytování, zajistí dodavatel na své náklady dopravu zaměstnanců zadavatele do místa ubytování.
15. Dodavatel zajistí kapacitu pro realizaci pobytů tak, aby poměr mezi objemem pobytů v zařízeních umístěných v České republice a objemem pobytů v zařízeních umístěných ve Slovenské republice byl maximálně 50 % pobytů v České republice a 50 % pobytů ve Slovenské republice.
16. Každý zaměstnanec SŽDC vyslaný objednatelem na pobyt bude vybaven příslušným poukazem vydaným SŽDC.
17. Dodavatel zajistí, aby účastníci pobytů byli prokazatelným způsobem seznámeni s podmínkami programu pobytu, jeho režimem a řádem zařízení, v němž je pobyt realizován.
18. Dodavatel zajistí, aby byl vyloučen účastník pobytu, který poruší povinnosti vyplývající z jeho účasti na pobytu ve smyslu Podnikové kolektivní smlouvy Správy železniční dopravní cesty, státní organizace (např. neúčast na procedurách, pozdní nástup na kondiční pobyt, předčasné ukončení kondičního pobytu bez vážného důvodu apod.).

IV.

Počet pobytů a termíny plnění

1. Dodavatel je povinen zajistit pobyty pro nejméně 2 900 zaměstnanců SŽDC. Objednatel si současně vyhrazuje právo tento počet pobytů nenaplnit z důvodu nižšího zájmu zaměstnanců anebo z důvodu racionalizačních opatření v průběhu roku 2019.
2. Pobyty budou realizovány v období od účinnosti smlouvy do 15. 12. 2019. Objednatel si současně vyhrazuje právo na adekvátní prodloužení této doby v případě, že v jejím průběhu nedojde k čerpání nároku na kondiční pobyt u všech zaměstnanců objednatele,

kterým vznikl tento nárok za rok 2019 v souladu s platnou kolektivní smlouvou (tzn. v průběhu uvedené doby plnění nedojde ze strany zaměstnanců SŽDC k odběru všech poukazů na kondiční pobyt za rok 2019).

3. Požadavky upřesňující požadované počty kondičních pobytů včetně časového harmonogramu a lokality, budou dodavateli předány cestou personálního odboru Generálního ředitelství SŽDC. Tyto požadavky budou předávány dodavateli minimálně 28 dní před nástupem účastníků na pobyt (netýká se termínů s nástupem pobytů do 60 dnů od předání termínů ze strany dodavatele). Podrobnosti vzájemné komunikace budou smluvními stranami dohodnuty nejpozději do jednoho týdne od účinnosti této smlouvy.
4. Smluvní strany se dohodly, že v případě nenaplnění objednané kapacity nebudou dodavatelem objednateli účtovány storno poplatky, sankce, náhrada škody.
5. V případě volné kapacity ubytovacího zařízení umožní dodavatel i poddodavatel, na základě individuálního požadavku, pobyt rodinného příslušníka zaměstnance čerpajícího kondiční pobyt v rozsahu kondičního pobytu dle této smlouvy. Cena pobytu rodinného příslušníka bude individuálně hrazena zvlášť. Tato cena není zahrnuta do finančního objemu této smlouvy. Dodavatel není povinen za pobyt rodinného příslušníka garantovat cenu uvedenou v čl. V.1 této smlouvy, neboť tato cena se rovná cenové nabídce v předcházejícím zadávacím řízení, jehož předmětem nebyl pobyt rodinných příslušníků.

V. Cena pobytu

1. Cena jednoho pobytu pro jednu osobu je celkem **11 995 Kč** včetně daně z přidané hodnoty. Tato cena zahrnuje ubytování ve dvouúžkovém pokoji s příslušenstvím, výživově hodnotnou plnou penzi, nejméně 20 léčebných procedur, jakož i všechny další požadavky dle článku III. této smlouvy. Tato cena je končená a nepřekročitelná a zahrnuje veškeré náklady dodavatele spojené s plněním předmětu této smlouvy, včetně případných místních poplatků.
2. Smluvní strany se dohodly, že v případě nenaplnění objednané kapacity nebudou dodavatelem objednateli účtovány storno poplatky, sankce, náhrada škody.

VI. Platební podmínky

1. Cenu za pobyt bude dodavatel objednateli účtovat rozdělenou na dvě samostatné části, a to zvlášť za ubytování a stravování a zvlášť za léčebnou péči (lázeňská péče a procedury).
2. Cenu za ubytování a stravu bude dodavatel účtovat samostatným daňovým dokladem (faktura) odlišným od daňového dokladu za zdravotní péči, vystaveným vždy za každý turnus kondičního pobytu do 14 dnů po skončení turnusu. Vyúčtování za ubytování a stravu musí obsahovat:
 - označení turnusu (od - do) pobytu;
 - celkový počet osob, které se účastnily turnusu;
 - jmenný seznam osob, které se účastnily turnusu, s uvedením: (i) data, měsíce a roku narození každého z těchto účastníků, (ii) názvu jeho povolání s uvedením čísla

klasifikace zaměstnání v železniční dopravě (č. KZAM), (iii) organizační složky SŽDC, která účastníka na pobyt vyslala, a (iv) čísla poukazu.

3. Cenu za léčebnou péči bude dodavatel účtovat samostatným daňovým dokladem (faktura) odlišným od daňového dokladu za ubytování a stravu, vystaveným vždy za každý turnus kondičního pobytu do 14 dnů po skončení turnusu. Vyúčtování za zdravotní péči bude provedeno vždy podle skutečného čerpání procedur.
4. Daňové doklady vystavené dodavatelem musí obsahovat náležitosti dle platných právních předpisů.
5. Splatnost daňového dokladu vystaveného dodavatelem bude 30 dní od doručení daňového dokladu objednateli a daňových doklad musí být zaslán na tuto adresu objednatele: *Správa železniční dopravní cesty, státní organizace., odbor personální, Dlážděná 1003/7, Praha 1, Nové Město, PSČ 110 00.*
6. Úhrada cen vyúčtovaných dodavatelem bude probíhat bezhotovostním převodem a platba bude provedena v české měně. Bankovní spojení objednatele: *Česká národní banka., číslo účtu: XXXXXXXXXXX*
7. Smluvní strany se dohodly, že stane-li se dodavatel nespolehlivým plátcem nebo daňový doklad dodavatele bude obsahovat číslo bankovního účtu, na který má být plněno, aniž by bylo uvedeno ve veřejném registru spolehlivých účtů, je objednatel oprávněn z finančního plnění uhradit daň z přidané hodnoty přímo místně a věcně příslušnému správci daně dodavatele.

VII. Sankce

1. Smluvní strany se dohodly, že v případě prodlení objednatele s placením nebude dodavatel po dobu 14 kalendářních dnů po splatnosti uplatňovat vůči objednateli úrok z prodlení.
2. V případě prodlení dodavatele se zajištěním pobytu oproti časovému harmonogramu uvedenému požadavku objednatele podle článku IV. této smlouvy se dodavatel zavazuje zaplatit objednateli smluvní pokutu ve výši 500 Kč za každý den a případ tohoto prodlení. Pro vyloučení pochybností se stanoví, že uvedená smluvní pokuta se vztahuje k prodlení se zajištěním každého jednotlivého pobytu samostatně.
3. V případě porušení povinnosti dodavatele podle článku IX. odst. 11 této smlouvy se dodavatel zavazuje zaplatit objednateli smluvní pokutu ve výši 20% postoupené pohledávky, minimálně však 5 000 Kč.
4. Zaplacením smluvní pokuty není dotčeno právo druhé smluvní strany na náhradu škody, která vznikla v důsledku porušení povinnosti, jejíž splnění bylo zajištěno smluvní pokutou.
5. Povinnost, jejíž splnění bylo zajištěno smluvní pokutou, je povinná smluvní strana zavázána plnit i po zaplacení smluvní pokuty.
6. Pokud je povinná smluvní strana v prodlení se zaplacením smluvní pokuty, zavazuje se uhradit druhé smluvní straně úrok z prodlení ve výši stanovené obecně závaznými právními předpisy.

7. Úrok z prodlení nebo smluvní pokutu se povinná smluvní strana zavazuje zaplatit do 30 dnů ode dne, kdy jí bude doručena písemná výzva druhé smluvní strany.

VIII.

Odstoupení od smlouvy

1. Smluvní strany jsou oprávněny odstoupit od této smlouvy v případech stanovených obecně závaznými právními předpisy a dále v případě, že druhá smluvní strana poruší závažným způsobem své povinnosti vyplývající z této smlouvy a přes písemné upozornění toto porušení do lhůty uvedené v upozornění, minimálně však do 7 pracovních dnů neodstraní.
2. Za závažné porušení smluvních povinností ze strany dodavatele ve smyslu odst. 1 tohoto článku smlouvy se považuje zejména:
 - a) jestliže dodavatel neplní předmět smlouvy v souladu se smlouvou a jejími přílohami anebo v souladu s podklady a pokyny, které jsou pro plnění předmětu smlouvy závazné, a přestože byl objednavatelem vyzván k plnění předmětu smlouvy řádným způsobem a k odstranění případných vad vzniklých vadným plněním předmětu smlouvy, neučinil tak ani v objednatel mu poskytnuté přiměřené lhůtě.
 - b) jestliže je dodavatel v prodlení s plněním svých povinností podle této smlouvy delším jak 21 kalendářních dnů.
 - c) jestliže bylo vůči dodavateli zahájeno řízení podle zákona č. 182/2006 Sb., o úpadku a způsobech jeho řešení, ve znění pozdějších předpisů, jestliže byla na dodavatele nařízena exekuce anebo jestliže dodavatel není schopen jinak plnit své povinnosti související s plněním této smlouvy.
3. Dodavatel se zavazuje uhradit objednateli v plném rozsahu zvýšené náklady spojené s dosažením účelu smlouvy podle článku I. této smlouvy, které objednateli vzniknou následkem toho, že odstoupil od této smlouvy z důvodů na straně dodavatele.
4. Smluvní strana oprávněná odstoupit od smlouvy je povinna odstoupení od smlouvy oznámit druhé smluvní straně písemně formou poštovní zásilky s dodejkou. Odstoupení od smlouvy nabývá účinnosti dnem doručení písemného oznámení o odstoupení druhé smluvní straně.
5. Okamžikem doručení oznámení o odstoupení od smlouvy zanikají všechna práva a povinnosti smluvních stran ze smlouvy. Odstoupení od smlouvy se však nedotýká nároku na náhradu škody vzniklé porušením smlouvy, nároku na smluvní pokutu stanovenou touto smlouvou, řešení sporů mezi smluvními stranami a jiných ustanovení, která podle projevené vůle smluvních stran nebo vzhledem ke své povaze mají trvat i po ukončení smlouvy.

IX. Závěrečná ustanovení

1. Tato smlouva nabývá platnosti okamžikem podpisu poslední ze smluvních stran, účinnosti dnem jejího uveřejnění v registru smluv. **Smlouva se uzavírá na dobu určitou do 31. 12. 2019** a prodlužuje se v souladu s případným prodloužením doby plnění podle článku IV. odst. 2 této smlouvy.

2. Uveřejnění smlouvy v registru smluv:

Smluvní strany berou na vědomí, že tato smlouva podléhá uveřejnění v registru smluv podle zákona č. 340/2015 Sb., o zvláštních podmínkách účinnosti některých smluv, uveřejňování těchto smluv a o registru smluv, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „ZRS“), a současně souhlasí se zveřejněním údajů o identifikaci smluvních stran, předmětu smlouvy, jeho ceně či hodnotě a datu uzavření této smlouvy.

Zaslání smlouvy správci registru smluv k uveřejnění v registru smluv zajišťuje SŽDC. Nebude-li tato smlouva zaslána k uveřejnění a/nebo uveřejněna prostřednictvím registru smluv, není žádná ze smluvních stran oprávněna požadovat po druhé smluvní straně náhradu škody ani jiné újmy, která by jí v této souvislosti vznikla nebo vzniknout mohla.

3. Odložená účinnost smluv

Tato Smlouva nabývá platnosti dnem jejího podpisu poslední ze smluvních stran a účinnosti (stanovení podmínky, data). Smlouva však nenabude účinnosti přede dnem uveřejnění v registru smluv podle ZRS.

4. Obchodní tajemství a neuveřejňované informace:

Smluvní strany výslovně prohlašují, že údaje a další skutečnosti uvedené v této smlouvě, vyjma částí označených ve smyslu následujícího odstavce této smlouvy, nepovažují za obchodní tajemství ve smyslu ustanovení § 504 zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „obchodní tajemství“), a že se nejedná ani o informace, které nemohou být v registru smluv uveřejněny na základě ustanovení § 3 odst. 1 ZRS.

Jestliže smluvní strana označí za své obchodní tajemství¹ část obsahu smlouvy, která v důsledku toho bude pro účely uveřejnění smlouvy v registru smluv znečitelněna, nese tato smluvní strana odpovědnost, pokud by smlouva v důsledku takového označení byla uveřejněna způsobem odporujícím ZRS, a to bez ohledu na to, která ze stran smlouvu v registru smluv uveřejnila. S částmi smlouvy, které druhá smluvní strana neoznačí za své obchodní tajemství před uzavřením této smlouvy, nebude SŽDC jako s obchodním tajemstvím nakládat a ani odpovídat za případnou škodu či jinou újmu takovým postupem vzniklou. Označením obchodního tajemství ve smyslu předchozí věty se rozumí doručení písemného oznámení druhé smluvní strany SŽDC obsahujícího přesnou identifikaci dotčených částí smlouvy včetně odůvodnění, proč jsou za obchodní tajemství považovány. Druhá smluvní strana je povinna výslovně uvést, že informace, které označila jako své obchodní tajemství, naplňují současně všechny definiční znaky obchodního tajemství, tak jak je vymezeno v ustanovení § 504 občanského zákoníku, a zavazuje se neprodleně písemně sdělit SŽDC skutečnost, že takto označené informace přestaly naplňovat znaky obchodního tajemství.

5. Osoby uzavírající tuto Smlouvu za Smluvní strany souhlasí s uveřejněním svých osobních údajů, které jsou uvedeny v této Smlouvě, spolu se Smlouvou v registru smluv. Tento souhlas je udělen na dobu neurčitou.
6. Smlouvu je možné předčasně ukončit vzájemnou dohodou smluvních stran nebo výpovědí. Výpověď musí být učiněna písemně a doručena druhé smluvní straně. Výpovědní doba činí 6 kalendářních měsíců a začíná prvním dnem kalendářního měsíce následujícího po doručení výpovědi druhé smluvní straně a končí uplynutím posledního dne příslušného kalendářního měsíce.
7. Smlouvu je možné měnit nebo doplňovat pouze písemnými, vzestupně číslovanými dodatky, podepsanými oběma smluvními stranami.
8. Stane-li se některé ustanovení této smlouvy neplatné či neúčinné, nedotýká se to ostatních ustanovení této smlouvy, která zůstávají platná a účinná. Smluvní strany se v tomto případě zavazují dohodou nahradit ustanovení neplatné/neúčinné novým ustanovením platným/účinným, které nejlépe odpovídá původně zamýšlenému ekonomickému účelu ustanovení neplatného/neúčinného. Do té doby platí odpovídající úprava podle obecně závazných právních předpisů.
9. Práva a povinnosti smluvních stran, touto smlouvou neupravené, se řídí příslušnými ustanoveními občanského zákoníku.
10. Smluvní strany se zavazují řešit případné spory z této smlouvy nejprve vzájemným jednáním.
11. Dodavatel se zavazuje nepostoupit své pohledávky a závazky plynoucí z této smlouvy třetím osobám bez předchozího písemného souhlasu objednatele.
12. Smlouva je vyhotovena ve třech stejnopisech, dva stejnopisy obdrží objednatel, jeden stejnopis obdrží dodavatel.
13. Nedílnou součástí této smlouvy tvoří tyto přílohy:
 - Příloha č. 1: „Léčebný program 12denního pobytu“
 - Příloha č. 2: „Specifikace zařízení pro realizaci pobytů“
14. Smluvní strany prohlašují, že se touto smlouvou, a to v celém jejím rozsahu včetně příloh uvedených v odst. 9 tohoto článku smlouvy podrobně seznámily, což stvrzují svými podpisy.

V Praze dne 30. 1. 2019

V Jeseníku dne 5. 2. 2019

Za Objednatele
Bc. Jiří Svoboda, MBA
generální ředitel

Za Dodavatele
Ing. Michal Procházka
jednatel

Tato Smlouva byla uveřejněna prostřednictvím registru smluv dne.....

„Léčebný program 12denního pobytu“

1x lékařské vyšetření (vstupní)

V rámci vstupního lékařského vyšetření proběhne zjištění anamnézy, sepsání případné medikace, posouzení aktuálního zdravotního stavu a na základě tohoto vstupního vyšetření a aktuálního stavu zaměstnance bude dále potvrzen či upraven program procedur v rámci celého pobytu zaměstnance.

1x lékařské vyšetření (výstupní)

Výstupní lékařské vyšetření slouží ke zhodnocení účinnosti léčby, k doporučení dalšího léčebného režimu. Na základě výstupního vyšetření pak lékař sepiše závěrečnou zprávu, která obsahuje důležité informace o průběhu léčby zaměstnance a léčebném efektu.

2x masáž klasická částečná

Masáž podporuje normalizaci kožního napětí, zlepšuje prokrvení masírované oblasti, relaxuje nebo tonizuje svaly, zlepšuje výživu tkání a zmírňuje bolest. Reflexivně a změnou prokrvení masáž ovlivňuje i další vzdálené orgány a má celkové účinky na organismus, které mohou být uklidňující.

1x koupel přísadová pěnivá

Koupel ve vanách s různými přísadami, které v kombinaci s vodou zajišťují léčivý účinek dle doporučení lékaře.

1x LTV v tělocvičně (Typ II)

Léčebnou rehabilitaci rozdělujeme na fyzioterapii a ergoterapii. Do oblasti fyzioterapie patří léčebná tělesná výchova (LTV). Individuální LTV provádíme v malých tělocvičnách a skupinovou LTV v bazénu či ve velké tělocvičně. Ve skupinovém LTV cvičíme pacienty s vertebrogenními obtížemi, mládež s vadami páteře i starší pacienty. Ergoterapie je u nás prováděna formou cílenou a kondiční. Pacienti se učí samostatně vykonávat činnosti běžné denní úkony a sebeobslužné činnosti, také se pacienti učí ovlivňovat omezené nebo ztracené funkce a nesprávné pohybové stereotypy. Veškeré procedury a celý rehabilitační program je sestaven dle ordinace ošetřujícího lékaře při vstupním vyšetření.

1x uhličitá koupel vodní celková

Terapie oxidem uhličitým se aplikuje jako vodní uhličitá koupele, suché uhličitá koupele nebo podkožní injekční insuflace. Výhoda vodní celkové uhličitá koupele spočívá jednoznačně v příznivých fyzikálně-chemických účincích na lidský organismus. U osob s kontraindikacemi typu atopický ekzém se aplikují suché plynné uhličitá koupele a to buď celkové nebo částečné, při kterých se sice většinou sedí a pacienti tedy musí čelit gravitaci, ale jejichž nesporná výhoda spočívá v tom, že terapie se mohou zúčastnit ženy i muži najednou (podstupují totiž terapii oblečení, protože oxid uhličitý působí i přes látku) a v nastavitelnosti hladiny oxidu uhličitého. Injekční insuflací oxidu uhličitého se provádí popudová terapie, založená na reflexních vztazích a účincích místního prokrvení. Uhličitá koupele se zpravidla předepisují o teplotě 32-34°C, protože při vyšších teplotách oxid uhličitý uniká velmi rychle do vzduchu a koupel by byla neúčinná. Mírná hypotermie na vstupu je pro

organismus stimulačním podnětem v adaptaci na chlad, subjektivní pocit chladu je při rozšíření cév kůže rychle vystřídán vjemem tepla z předání tepelné energie krve do kůže. Pro nepřímé efekty víceméně reflexního rázu ulevuje uhličitá koupel (spíše se pak používá separovaného samostatného plynu oxidu uhličitého než

vodní koupel) starším lidem s polymorbiditou (mnoha nemocemi: srdce, vysoký krevní tlak, astma průdušek, cukrovka, dna) s projevy degenerativních kloubních onemocnění tj. artrózami.

2x inhalace aerosolová individuální

Inhalace se využívají pokud trpíte dýchacími obtížemi nebo se cítíte nachlazení. Inhalace uvolní dýchací cesty a urychlují proces uzdravení při nachlazení.

2x infračervené záření Solux

Procedura solux patří do kategorie elektroléčby. Využívá léčebného účinku infračerveného záření. Vyvolává v tkáních tepelný účinek a způsobuje zlepšené prokrvení tkáně, ústup bolesti a svalovou relaxaci. Solux je umělým zdrojem infračerveného záření. Jedná se o žárovku s vláknem žhaveným zhruba na 3000°C a zpravidla červeným filtrem, který omezuje viditelnou část světelného spektra. Toto záření dobře proniká vodou i tkáněmi; má schopnost dostat se i do hlubších vrstev kůže a podkožního vaziva. Účinkem je především rozšíření cév (vazodilatace), která společně s lokálním teplem působí relaxaci podkožních vrstev a svalové tkáně. Indikuje se u chronických bolestivých syndromů pohybového systému, artróz a dalších pohybových onemocnění. Aplikuje se ze vzdálenosti přibližně 10 až 20 cm od těla. Doba aplikace je zhruba 15 až 20 minut.

2x elektroléčba II

Oblíbená terapie, jenž využívá různé druhy elektrických proudů, které zlepšují prokrvení tkání, uvolňují napětí svalů nebo je naopak posilují. Působí proti bolesti a zánětu. Typ elektroléčebné procedury se volí podle převažujícího typu onemocnění. Je možné léčit choroby pohybového aparátu, poruchy prokrvení, zánětlivá a degenerativní onemocnění, pooperační stavy, kožní problémy apod.

3x parafín

Jedná se o lokální léčbu teplem příkládáním parafínových roušek na části těla, zejména na bolestivé klouby a páteř. Působí relaxačně na kosterní svalstvo, zmenšuje chronickou bolest, zvyšuje lokální prokrvení, zlepšuje výživu i hojení tkání.

1x skotský střík nebo podvodní masáž celková

Skotský střík je velmi příjemná celotělová kontrastní procedura využívající účinků střídání teplých a studených podnětů. Významně podporuje krevní oběh a psychiku.

Masáž patří k velice oblíbeným a čím dál více navštěvovaným procedurám. Není se také čemu divit, se stále se zrychlujícím životním tempem, přibývá množství stresových situací a právě masáž představuje velice vhodný způsob vedoucí k odbourání fyzického i duševního napětí. V současnosti je nabídka masáží opravdu široká, jedná se však vesměs o její "suché" podoby. Jen málokdo už ví, že existuje rovněž podvodní varianta masáže, takzvaná podvodní masáž. Její předností je spojení masáže s účinky teplé koupele a pohybu ve vodním prostředí. Procedura

probíhá ve speciální velké vaně s vodou o teplotě přibližně 37°C, pomocí trysek ovládaných terapeutem. Ten tak může pomocí sklonu trysek a jejich vzdáleností od těla pacienta měnit intenzitu i charakter masáže. Díky volitelnému tlaku a nejrůznějších nastavců lze rovněž masírovat podle potřeby rozdílné skupiny svalstva a podkoží, tedy nejen povrchové svaly, ale rovněž hloubkové. Samotný proces je zahájen vstupem klienta do připravené vodoléčebné vany, ve které se nachází polohovatelné lehátko. Po chvilkové adaptaci je zahájena masáž krouživými pohyby trysek a to nejprve větších svalových skupin horních a dolních končetin. Po dokončení těchto partií přichází na řadu masáž trupu a vše se opakuje také na zadní části těla. Doba trvání celé procedury záleží samozřejmě na velikosti

masírované části těla, v zásadě se však pohybuje okolo 15 minut. Protože účinek podvodní masáže na lidské tělo je poměrně intenzivní, doporučuje se poté setrvat alespoň 30 minut v suchém zábalu na lehátku. Po absolvování masáže je patrné výrazné uvolnění svalstva, doprovázené mírnou únavou. Rovněž dochází k prokrvení pokožky a podpoře činnosti lymfatického systému, který je odpovědný za vylučování nežádoucích látek. Relativně vysoká teplota vody ve spojení s masáží přináší také úlevu od případné bolesti pohybového aparátu a zvyšuje pohyblivost kloubů. Indikací podvodní masáže jsou proto chronické zánětlivé a degenerativní onemocnění kloubů a páteře, poruchy prokrvení, poúrazové stavy a otoky a samozřejmě nelze opomenout ani relaxační účinek.

1x střídavé koupele dolních končetin

Tato vodoléčebná procedura, kterou můžete nalézt také pod názvem Kneippova lázeň, či šlapací koupel, je založena na střídavém působení teplé a studené vody na dolní končetiny. Slůvko koupel sice je tedy mírně zavádějící, neboť se nejedná o žádnou relaxaci ve vaně plné příjemně teplé vody, ale o aktivní přešlapování ve dvou malých vaničkách. Zakladatelem této léčebné metody je německý farář Sebastian Kneipp, po kterém je také pojmenována.

Principem je střídavé přešlapování v teplé a studené vodě, jejichž teploty jsou obvykle 43°C a 14°C. Šlapání ve vaničce s teplou vodou trvá přibližně 60s, ve studené pak o něco méně, cca 15s. Vaničky mohou být také vybaveny akupresurními rohožemi, což díky dráždění akupresurních bodů na ploskách nohou výsledný léčebný efekt této procedury dále prohlubuje. Při střídavé nožní koupeli se začíná nejprve přešlapováním v teplé vodě, poté následuje přibližně 6-7 cyklů střídavého pobytu ve studené a teplé vodě a celá 15 minutová procedura je zakončena ve vaničce se studenou vodou.

1x sauna

Pobyt v sauně má na lidský organismus velmi dobrý vliv - zklidňuje činnost srdce, dýchání se prohlubuje a uvolňuje, ustupují bolesti kloubů a svalů, regenerují se zažívací orgány a stěny mozkových cév a také ustupují migrény. Sauna uklidňuje a tlumí předešlé rozrušení, tísnivé pocity, nervozitu, nespavost apod. Saunováním dochází k silnému okysličení těla (rozšíření kožních cév) a tvorbě protilátek, pocením se z těla dostávají škodlivé látky. Lidské tělo získává větší odolnost, která je předpokladem růstu obranných schopností organismu, zlepšují se nervově-cévní reflexy, upevňují se kožní a slizniční cévy. Nutné je také připomenout, že saunu nesmí navštěvovat nemocný člověk, protože každé další zatížení oslabeného organismu může průběh choroby zhoršit.

1x Nordic Walking - Priessnitzova pohybová terapie

Klimatoterapie není jen chůze na čerstvém vzduchu v nejmolekulárnějších lázních v Čechách, a pohybová terapie v prostředí bohatém na stopové prvky s aplikací vodoléčebných aktivit v přírodním prostředí pod vedením zkušených klimatoterapeutů a s následným vyhodnocením efektů léčby.

1x skupinová LTV v bazénu s teplou vodou

Skupinová tělesná výchova se zaměřením na dechová cvičení, kondiční LTV, léčebná tělesná výchova ve vodě v bazénu s teplou vodou.

1x koupel perličková

Koupel s masáží těla perličkami vzduchu s výrazným relaxačním účinkem.

1x Edukační program zaměřený na prevenci civilizačních nemocí, správný životní styl a stravování v rozsahu 90 min. přednášky s diskuzí, zajištěnou odborníkem v oboru zdravotnictví nebo dietologie, zpravidla nutričním terapeutem.

„Specifikace zařízení pro realizaci pobytů“

ČESKÁ REPUBLIKA:

Priessnitzovy léčebné lázně, a.s., Jeseník, IČ: 45193452

- místo plnění v ubytovacím zařízení lázeňský hotel Priessnitz****, Jeseník

Lázně Poděbrady, a.s., Poděbrady, IČ: 45147833

- místo plnění v ubytovacím zařízení lázeňský hotel Zimní Lázně & Libenský***, Poděbrady

Lázně Darkov, a.s., Karviná Darkov, IČ: 31633218

- místo plnění v ubytovacím zařízení lázeňský hotel Rehabilitační Sanatorium Darkov***, Karviná - Darkov

SLOVENSKÁ REPUBLIKA:

OSŽ Slovakia, a.s., Rajecké Teplice, IČ: 36416126

- místo plnění v ubytovacím zařízení lázeňský hotel Skalka***, Rajecké Teplice

Kúpele Trenčianské Teplice, a.s., Trenčianské Teplice, IČ: 34129316

- místo plnění v ubytovacím zařízení lázeňský hotel Pax***, Trenčianské Teplice

Prírodné jódové kúpele Číž, a.s., Číž, IČ: 31642331

- místo plnění v ubytovacím zařízení lázeňský hotel Rimava***, Číž