

1. Toiminnan ja tilojen kuvaus

Toimipaikan nimi: Vantaa Body Club Oy

Osoite: Hosantie 2, 01360 Vantaa

Vastuuhenkilö: Mika Holappa

Laatimispäivämäärä: 28/8/2025

Päivityspäivämäärä: 28/8/2025

Henkilökunta: 4 työntekijää

Palvelut: toimisto, kuntosali, jalkahoidot, jalkojenhoitaja, hieronta, fysioterapia, personal training, juoksuvalmennus, XTone-hoito, Cryo-hoito, suihku, sauna, infrapunasauna, akupunktio, kiinalainen lääketiede, kosmetologipalvelut, muu ihon käsittely tai hoito

Hoitotilat: 3 (joista 2 jalkahoitohuonetta erillisillä pesupaikoilla ja kaatoaltailla)

Vesipisteet: 7 henkilökunnalle, 6 asiakkaille + juomapiste

Tilojen pinnat hyvässä kunnossa, remontointi tarvittaessa

Salien määrä: 1

Henkilömäärät

- Henkilökunta: 4
- Asiakkaat: alle 100 (suurin yhtäaikainen henkilömäärä)

2. Toimintaa koskevat yhteystiedot

Kiinteistön omistaja: Vantaan kaupunki

Kiinteistöhuolto: Coor

Siivous- ja tekstiilihuolto: Teemme itse eli Vantaa Body Club Oy

Jätehuolto: Vantaan kaupunki hoitaa

3. Riskien tunnistaminen, hallinta ja seuranta

Siivous ja hygienia

- **Ennaltaehkäisy:**
 - Päivittäinen siivous henkilökunnan vastuulla. Siivoussuunnitelma löytyy siivoushuoneen ovesta.
 - Laitteiden puhtaudesta ja välineistä huolehtii Vantaa Body Club Oy:n työntekijät. Myös asiakkaat huolehtivat kuntosalilaitteiden puhtaudesta, kuntosali tarjoaa heille puhdistusaineen ja paperia, jolla he voivat puhdistaa käyttämiään laitteita.
 - Lapsiparkin leluja puhdistetaan säännöllisesti ja tarvittaessa. Puhdistuksesta huolehtii Vantaa Body Club Oy:n työntekijät.
 - Työpiste ja hoitotilat puhdistetaan jokaisen asiakkaan jälkeen desinfiointiaineella

 - Jalkahoitovälineet puhdistetaan ja desinfioidaan ultraäänilaitteessa pesuun tarkoitettulla desinfektioaineella. Pesun ja desifioinnin jälkeen instrumentit steriloidaan kuumailmasterilaattorissa valmistajan ohjeiden mukaisesti. Kuumailmasterilaattorin toimintaa seurataan autoklaaviteipin avulla. Teipistä näkee onko sterilaattori käynyt oikeassa lämpötilassa steriloinnin aikana ja että hoito-ohjelma on onnistunut

 - Käytössä Erisan Des, jonka tehoalueita ovat bakteeri-, virus-, fungi- ja sporisidinen

Eritesiivouksen käytännön sisältö

1. Suojautuminen:
 - Käytetään suojakäsineitä, tarvittaessa myös suusuojainta ja suojavaatteita.

2. Poisto:

- Eritteen suurin osa poistetaan kertakäyttöisillä pyyhkeillä tai paperilla.
- Käytetyt välineet laitetaan heti sekajätteeseen tai niille tarkoitettuihin jäteastioihin.

3. Puhdistus:

- Alue pestään ensin neutraalilla puhdistusaineella.

4. Desinfiointi:

- Lopuksi pinta käsitellään desinfiointiaineella, jolla on riittävä teho bakteereihin, viruksiin ja sieniin (esim. kloripohjaiset tai alkoholipohjaiset aineet, riippuen pinnasta).

5. Siivousvälineiden käsittely:

- Käytetyt välineet pestään erikseen ja desinfioidaan, tai käytetään kertakäyttöisiä.
- Siivouksen ja hygienian seuranta ja toimenpiteet:
 - Siivoussuunnitelman toteutumista seurataan viikoittain
 - Epäkohdista ilmoitetaan siivoojille, vastuhenkilö raportoi ja huolehtii että asia hoidetaan asianmukaisesti
 - Kuumailmasterilaattorin toimintaa seurataan autoklaaviteipin avulla. Teipistä näkee onko sterilaattori käynyt oikeassa lämpötilassa steriloinnin aikana ja että hoito-ohjelma on onnistunut
 - Käytössä olevien puhdistus- ja sterilointi aineiden käyttöturvallisuusohjeet säilytetään hoitolassa.

Tilojen siivottavuus

- **Ennaltaehkäisy:**
- Tiloissa käytetään sileitä ja helposti pyyhittäviä kalusteita sekä materiaaleja.
- Vältetään tarpeettomia koristepintoja ja hankalasti puhdistettavia rakenteita.
- Kaapinpäälliset ja korkeat pinnat: Siivotaan siivoussuunnitelman mukaisesti. Varmistetaan, että kaappien päälle ei varastoida tavaraa, jolloin puhdistus vaikeutuu.
- Varastotilat: Tavarat säilytetään hyllyillä, ei lattialla → helpottaa lattioiden puhdistamista. Varastoissa tehdään kausittain tyhjennys ja järjestely, jotta ylimääräistä pölyä ei pääse kertymään.
- Varmistetaan hyvä ilmanvaihto ja ettei kosteutta pääse kertymään.
- Säännöllinen seuranta: Siivooja tai vastuhenkilö tekee havainnointikierroksen kuukausittain ja mahdolliset epäkohdat kerrotaan siivoojille sekä hoidetaan kuntoon. Jos havaitaan vaikeasti puhdistettavia kohtia, harkitaan kalusteiden siirtoa, uusimista tai muuta muutosta.
- Korjaavat toimenpiteet: Jos jokin pinta ei pysy puhtaana tavanomaisella siivouksella, se vaihdetaan helpommin puhdistettavaan materiaaliin. Tarvittaessa tilataan erikoissiivous (esim. pölyjen poisto vaikeapääsyisistä paikoista).
- Seuranta:
 - Havaitut puutteet raportoidaan salin henkilökunnalle ja tarvittaessa kiinteistöhuollolle
 - Vastuhenkilö huolehtii että epäkohdat on korjattu

Välineiden ja laitteiden kunnon tarkkailu

- **Ennaltaehkäisy:**
 - Laitteiden säännöllinen huolto ja tarkastus asianmukaisesti
 - Jalkahoidossa käytettävät laitteet ovat CE-merkittyjä MDR-asetuksen mukaisesti.
 - Yrityksen laitteet ja tarvikkeet säilytetään hoitolassa niille varatussa tilassa
 - Käyttö ja turvallisuusohjeet säilytetään hoitolassa

- Akryylikynsien teossa tullaan käyttämään yhdistelmä kohdepoistoa + yleisilmanvaihtoa. Kun akryylikynsipalvelut aloitetaan, hankitaan pöytätason kohdepoisto, jossa on HEPA- ja aktiivihilisuodatin.
- Seuranta:
 - Epäkohdat korjataan ja huolto tilataan tarvittaessa

Tekstiilihuolto (pyyhkeet, matot, tms.)

- Puhdistus:
 - Pyyhkeet, siivoustekstiilit ja matot pestään kuntosalin omassa pesukoneessa vähintään 60 °C lämpötilassa.
 - Pesukoneet sijaitsevat yläkerrassa hoituhuoneiden yhteydessä.
 - Käytetyt tekstiilit kerätään erillisiin muoviasiastioihin tai pyykkikoriin
 - Itse pesukone pestään viikottain. Kuivausrumpu imuroidaan nukasta päivittäin.
- Laitteiden ohjeet:
 - Pesukoneiden ja kuivauslaitteiden käyttö- ja huolto-ohjeet ovat niitä käyttävien saatavilla
 - Huolto tehdään valmistajan ohjeiden mukaisesti.
- Ohjeistus:
 - Tekstiilihuollosta on sovittu yhteiset ohjeet työntekijöiden kesken
- Seuranta:

- Epäkohdat (esim. pesukoneen toimintahäiriöt, likaantuneet tekstiilit) hoidetaan kuntoon asianmukaisesti.
- Viikoittain huolehditaan tekstiilien pesuista

- Korjaavat toimenpiteet:
 - Epäpuhtaat tekstiilit pestään uudelleen.
 - Laiterikosta ilmoitetaan vastuuhenkilölle ja huolto tilataan.

- Vastuutaho:
 - Annika Holappa / nimetty vastuuhenkilö.

Liikuntavälineiden ja -laitteiden kunnan tarkkailu

- Seuranta:
 - Välineiden pinnat ja toimintakunto tarkastetaan viikoittain.
 - Kuntosalilaitteiden turvallisuus ja kiinnitykset tarkistetaan säännöllisesti.

- Seuranta ja kirjaaminen:
 - Epäkohdat (esim. rikkoutuneet kahvat, irronneet osat) korjataan asianmukaisesti tai tilataan huolto.
 - Jos asiakkaat huomaavat laitteessa vikaa, heitä on ohjeistettu laittamaan laitteeseen laite rikki -lappu ja ilmoittamaan kuntosalin henkilökunnalle asiasta. Kyseisiä lappuja löytyy toimiston seinältä.

- **Korjaavat toimenpiteet:**
 - Rikkoutunut laite poistetaan käytöstä välittömästi ja huolletaan.
- **Vastuutaho:**
 - Kuntosalivastaava / huoltohenkilöstö, Mika Holappa

Jätehuolto ja haittaeläimet

- **Jätehuolto:**
 - Normaalit jätteet lajitellaan jätehuoltoyhtiön ohjeiden mukaisesti.
 - Särmäjätteet säilytetään lukitussa kaapissa ja toimitetaan asianmukaiseen hävitykseen.
 - Roskat viedään päivittäin, huolehditaan siisteydestä ja hajuttomuudesta.
- **Ennaltaehkäisy:**
 - Roskat viedään päivittäin, jotta hajuhaittoja tai haittaeläimiä ei synny.
 - Ulkona sijaitsevat jäteastiat pidetään suljettuina.
- **Seuranta:**
 - Havainnot haittaeläimistä (esim. hiiret, rotat) ilmoitetaan kiinteistöhuollolle (Coor).
 - Hajuhaitat raportoidaan vastuuhenkilölle tai kiinteistöhuollolle.
- **Korjaavat toimenpiteet:**
 - Tilataan tarvittaessa tuholaistorjunta.

- **Jäteastioiden tyhjennys rytmiä tarkistetaan.**
- **Vastuutaho:**
 - **Yrittäjä / siivoushenkilöstö yhteistyössä kiinteistöhuollon kanssa.**

Talous- ja käyttövesi

- **Ennaltaehkäisy:**
 - **Vesipisteiden säännöllinen käyttö**
 - **Veden lämpötilaa seurataan säännöllisesti (kylmä <20 °C, lämmin >50 °C)**
 - **Jalkojenhoitoon on määrätty tietyt vesipisteet, joissa puhdistetaan hoidossa käytettäviä instrumentteja**
 - **Jalkojenhoidossa tuleva jätevesi kaadetaan sille erikseen tarkoitettuun kaatoaltaaseen**
 -
- **Seuranta:**
 - **Poikkeamat ilmoitetaan kiinteistöhuollolle**

Varautuminen häiriötilanteisiin

- **Vesi- ja sähkökatkot:**
 - **Varaudutaan siten, että kriittiset hoitopalvelut keskeytetään katkoksen ajaksi.**

- Asiakkaille tiedotetaan heti (esim. Sosiaalisen median kanavien kautta tai paikan päällä).
- Kiinteistöhuoltoon ollaan välittömästi yhteydessä.
- **Epidemiatilanteet (esim. norovirus, silsa):**
 - Tehostettu käsihygienia ja pintojen desinfiointi (kaikki kosketuspinnat, välineet).
 - Henkilökunta noudattaa poissaolo sääntöjä sairastapauksissa.
 - Asiakkaille annetaan ohjeistus hygienian merkityksestä.
- **Ohjeistus:**
 - Häiriötilanteiden toimintaohjeet kirjallisesti henkilökunnan käyttöön (säilytetään toimiston kansiossa).
- **Seuranta ja dokumentointi:**
 - Epäkohdat huomioidaan ja korjataan asianmukaisesti.
 - Vastuhenkilö raportoi ja päättää jatkotoimista.
- **Vastuutaho: Toiminnanharjoittaja / nimetty turvallisuusvastaava, Mika Holappa**

Tilojen soveltuvuus

- **Käyttötarkoitus:**
 - Tilat hyväksytyt liikunta- ja hoitolakäyttöön rakennusvalvonnan toimesta.
- **Säilytystilat:**
 - Välineet säilytetään omissa kaapeissa / varastoissa, ei käytävillä → siisteys ja turvallisuus.
- **Seuranta:**
 - Epäkohdat huomioidaan ja korjataan asianmukaisesti
- **Korjaavat toimenpiteet:**
 - Hankitaan lisää kaappeja tai järjestellään uudelleen, jos säilytystilat eivät riitä.
- **Vastuutaho: Vantaa Body Club Oy**

Kiinteistön kunto ja huolto

- **Seuranta:**
 - Kiinteistön kuntoa tarkastetaan säännöllisesti (esim. vuosittain).
 - Sisäilman ja kosteuden havainnointi jatkuvaa.
- **Ennaltaehkäisy:**
 - Kiinteistöhuolto huolehtii talon teknisestä ylläpidosta ja pienkorjauksista. Vantaa Body Club Oy huolehtii myös pienkorjauksista.

- **Epäkohdat:**
 - Havainnot raportoidaan huoltoyhtiölle tai Vantaa Body Club Oy:n työntekijöille.
- **Korjaavat toimenpiteet:**
 - Korjaukset / remontit toteutetaan välittömästi tarpeen mukaan.
- **Vastuutaho: Kiinteistöhuolto ja Vantaa Body Club Oy**

Tilojen terveydelliset olosuhteet

- **Ilmanvaihto ja lämpötila:**
 - Varmistetaan riittävä ilmanvaihto käyttäjämäärään nähden.
 - Lämpötilat seurannassa, erityisesti kesällä kuumina kausina.
 - Kesän kuumina kausina, käytössä myös erillinen ilmanviilentäjä.
- **Melu ja valaistus:**
 - Melutasoa seurataan, tarvittaessa akustisia ratkaisuja.
 - Valaistus riittävä ja miellyttävä.
- **Radon:**
 - Mittaukset tehdään viranomaisohjeiden mukaisesti. Kiinteistöhuolto huolehtii tästä.

- **Seuranta:**
 - Poikkeamat raportoidaan kiinteistöhuollolle.
- **Vastuutaho: Vantaa Body Club Oy ja kiinteistöhuolto.**

Rakennuksen sijainti ja ympäristö

- **Melu ja ilmanlaatu:**
 - Seurataan, ettei liikenne, pienhiukkaset tai tupakansavu pääse sisätiloihin.
 - Tupakointipaikat merkitty kiinteistöhuollon toimesta
- **Piha-alueen olosuhteet:**
 - Pidetään siisteinä ja turvallisina.
- **Seuranta:**
 - Epäkohdat ilmoitetaan kiinteistöhuollolle.
- **Korjaavat toimenpiteet:**
 - Meluhaittoihin tai savu haittoihin puututaan.
- **Vastuutaho: Vantaa Body Club Oy ja kiinteistöhuolto.**

Asiakaspalautteet

- **Sisältö:**
 - **Palautteet voivat koskea siisteyttä, asiakaspalvelua, välineiden kuntoa, toivomuksia kuntosalilaitteista, tarjottavia lisäpalveluita (jalkahoidot, hieronta tms.)**

- **Käsittely:**
 - **Palautteet luetaan ja tarvittaessa puututaan/korjataan palautteessa ilmoitettu asia.**

- **Korjaavat toimenpiteet:**
 - **Asiakkaalle kerrotaan, mitä toimenpiteitä on tehty palautteen johdosta, jos palautteessa asiakas on pyytänyt vastausta.**

- **Vastuutaho: Vantaa Body Club Oy.**

4. Dokumentointi ja säilytys

- **Omavalvontasuunnitelma päivitetään vähintään kerran vuodessa tai muutosten yhteydessä. Se on saatavilla sähköisesti yrittäjällä ja kaikkien nähtävillä yrityksen internet-sivuilla www.vantaagym.fi**