

Madam[®] BUSINESS

Moje zahrady

Eva Brixi

Zahrady přikryté nebem
 Odpočívají ve vůních konce léta
 Bylinky jedna za druhou
 Každá stále ještě vzkvétá
 Staly se mým druhým chlebem
 Nikde jinde takové
 Jako u nás doma
 Nerostou
 Šalvěj, heřmánek, majoránka, máta
 A ještě tymián a mateřídouška
 Dobromysl a libeček
 A taky pivo
 To je dědeček
 Připomněla se přeslička
 To je zase babička
 Co je to mířit domů
 Co je to srůstat s korunami stromů
 Hrdlo se mi svírá
 Naděje a víra
 Ulehají i vstávají se mnou
 Zapomenuté přihrádky
 V chaosu dnů
 Od pondělí do pátku
 Přemýšlím pozpátku
 Levandulí dopisuji
 S dobrým koncem
 Pohádku

PROSPERITA

říjen 2024

Renata Soukupová

ROSSMANN

jako příběh plný novinek
 rozhovor na stranách 10–11

INZERCE

Kreativita je konkurenční výhoda



Přihlaste se ke studiu Manager of Creativity & Innovation

Zavedený a úspěšný program rozvíjející kreativitu, inovační myšlení jednotlivců i týmů určený pro představitele výrobních podniků, firem provozujících služby a institucí veřejné sféry.

Příprava špičkových specialistů k rozvoji jejich inovačního potenciálu zakončená certifikací. Navazujeme na bohatou tradici a začínáme v lednu 2025.

www.kapkaplus.cz



Naučte se vypnout i ve svém business životě



Ing. Patricie Irlveková

Podzim bývá poetický, mnohá z nás zatouží v tuto dobu po klidu, podvečerní procházce při zapadajícím slunci, vůni lesa, vánku ze strniště. Jak vnímají vaši hosté toto období?

Ano, podzim je v Mariánských Lázních nejkrásnějším obdobím roku. Barevné lesy a parky vybízejí k procházkám. Podzimní atmosféra také znamená více klidu a ticha. Hosté si užívají atmosféru bez spěchu a shonu, ideální čas věnovat se svému tělu i duši, nabrat sílu a energii před nadcházející zimou.

Máte pro ně nějaký speciální podzimní program?

Během celého roku nabízíme různé balíčky, které kombinují procedury s přírodními léčivými zdroji, s fyzioterapií i s venkovními aktivitami. Během podzimu se v Mariánských Lázních koná také spousta zajímavých akcí. Pokud počasí venkovním aktivitám nepřeje, máme připraveno mnoho volnočasových aktivit i v našich Ensana hotelech.

Co byste mohla v tomto čase nabídnout ženám z businessu, které starostmi neví, kam dřív, potřebují na pár dní vysadit, osvěžit tělo i duši...

Pokud mají ženy jen pár dní na odpočinek v lázních, je důležité, aby byl jejich pobyt ma-

Lázně mívají neopakovatelné kouzlo pro každého, kdo se rozhodne v nich strávit alespoň pár dnů. Osvobozují od povinností, starostí, mysl vedou očistným směrem. Člověk najednou zjistí, že má čas si zaplavat v bazénu, toulat se parky a lesními pěšinami, aniž někam pospíchá, popovídat si s kolemjdoucími. Zatouží nechat se hýčkat při masáži šíje, zařadit si ve vířivce nebo si vychutnat šálek čaje se zákuskem jen tak, aniž by řešil s obchodním partnerem dodavatelsko-odběratelské vztahy. A tak jestli cítíte, že je nanejvýš potřeba pracoviště, kde trávíte většinu svého času, vyměnit za úplně jiné prostředí, neváhejte. Hledáte-li v kalendáři vhodný termín a vychází vám tam listopad nebo únor, nezoufejte. Do Léčebných lázní Mariánské Lázně, hotelů Ensana, můžete zavítat kdykoli, sezóna tady nezačíná ani nekončí. Povídala jsem si o tom s ředitelkou obchodu a marketingu Ensana Health Spa Hotels Mariánské Lázně Ing. Patricií Irlvekovou:

ximálně efektivní a uvolňující. Důležité je změnit prostředí, nic neřídít, nic neorganizovat, o nic se nestarat, jen o sebe. O sebe, o svoje zdraví, o svoje pocity, doplnit energii, odpočinout si a nabrat síly do dalších dní. A naučit se na chvíli zastavit a vypnout i ve svém business životě.

Podnikatelky a manažerky jsou silné osobnosti, ale i křehké bytosti. Jaké procedury mají nejraději, a jaké byste ještě doporučila?

Předpokládám, že každý by řekl masáže, uvolnit stres, uvolnit svaly, správně nastavit tělo i mysl. U nás v Ensana hotelech v Mariánských Lázních bych doporučila unikátní léčebné procedury z přírodních zdrojů. Určitě originální minerální koupele s CO₂ se zábalem – tato procedura podporuje uvolnění svalů a regeneraci kloubů. Celkově procedura zlepšuje kondici po fyzické i duševní zátěži a pomáhá detoxikovat organismus. Jedinečné jsou též suché plynové koupele či unikátní Mariino jezírko, procedury, který využívají mariánskolázeňský Mariin plyn.

Mnoho lidí začíná vnímat sílu přírody, mezi stromy čistí hlavu, učí se při chůzi na nic nemyslet, odpočívat v zeleni. Také to doporučujete? Máte nějakou sestavu vycházek cílenou jen na ženy?

Velmi silně vnímáme trendy a silné volání po opětovném spojení s přírodou. Mariánské Lázně mají překrásné lesy, někdy si ani ne-

uvědomujeme, jaké neskutečné přírodní bohatství tady máme. I proto byly v loňském roce prohlášeny klimatickými lázněmi. V souladu s těmito trendy nabízíme cílené procházky terapeutickou krajinou a doporučujeme novou proceduru pod názvem Lesní meditace. Je to druh meditace prováděné v přírodě, konkrétně v lese, který nabízí ideální prostředí pro uklidnění mysli a propojení s krajinou. Lidé si uvědomují přítomný okamžik skrze své smysly, pomalu dýchají a věnují pozornost okolním zvukům, vůním a pocitům.

A co široká škála vašich pramenů, která minerálka je takřikajíc jako stvořená pro očistu organismu, která aspoň trošičku uklidňuje? Jakou si dát ráno, jakou večer?

Mariánské Lázně mají překrásné lesy, někdy si ani neuvědomujeme, jaké neskutečné přírodní bohatství tady máme. I proto byly v loňském roce prohlášeny klimatickými lázněmi. V souladu s těmito trendy nabízíme cílené procházky terapeutickou krajinou a doporučujeme novou proceduru pod názvem Lesní meditace.

Mariánské Lázně mají jedinečně široké spektrum minerálních pramenů, jen ve městě a blízkém okolí jich vyvěrá více než 40. Jde o studené kyselky, které slouží k pitné kůře dle doporučení lékařů, po ohřevu je možné prameny inhalovat či použít k vodním uhličitym koupelím. V pitné kůře se používá šest pramenů,

z čehož bych doporučila hlavně pramen Rudolfův a Křížův, jenž dal jméno i pitnému pavilonu na hlavní mariánskolázeňské kolonádě. Křížový pramen je ideální pro ranní konzumaci, protože obsahuje vysoký obsah minerálů a má silný vliv na trávicí systém. Křížový pramen podporuje detoxikaci organismu, reguluje kyselost žaludku a pomáhá při problémech s trávením, jako je pálení žáhy nebo zácpa. Večerní pití Rudolfova pramene je skvělé na uklidnění a regeneraci těla. Tento pramen má

níže obsah minerálů, ale je bohatý na vápník, a hlavně hořčík. Je dobrý proti únavě, depresím, bolestem hlavy, a navíc pomáhá zklidnit nervový systém, což je vhodné před spaním.

Nabídla byste i nějaké masáže, wellness program, které podpoří zklidnění, uvolní psychiku, sejmu z člověka tlak doby? Přidáte dobrou radu pro ty, které to ještě neumějí?

Určitě, jak jsem zmínila, masáže jsou jedny z nejoblíbenějších procedur. Nabízíme různé druhy masáží, od klasických, sportovních až po relaxační a aroma masáže. V rámci wellness programu jde o kombinaci masáží i procedur z přírodních léčivých zdrojů s pobytem v bazénu, vířivce, sauně i procházkou po lese. Nevím, zda mám dobrou radu, protože všechno záleží na nás, všechno je v naší hlavě, zda se dokážeme zastavit, uvolnit, udělat něco pro sebe.

Možná na chvíli ztratit pocit nenahraditelnosti a perfekcionismu. A možná zjistit, že po dvou třech dnech odpočinku se svět nepřestal točit,

a že pak ten každodenní kolotoč uvidíme třeba trochu jinýma očima.

A určitě máte i nějakou novinku. Nač se mohou hosté z řad něžného pohlaví těšit?

Děkuji za otázku! Máme jedinečnou novinku v péči o pánevní dno v hotelu Nové Lázně. Diagnostický a tréninkový systém PelviPower představuje inovativní způsob péče o pánevní dno a jsme jediní v České republice, kdo tento unikátní diagnosticko-terapeutický přístroj a systém nabízí, a hlavně pro ženy.

Svým klientům, mezi které patří i špičkové manažerky, nabízíme nadstandardní programy zahrnující unikátní medical check up zdravotní screening. Tento screening je součástí pečlivě připravených programů, jako je DE-Stress, Healthy Aging či program na hubnutí. Součástí těchto programů jsou online konzultace s lékařem před pobytem, ale i po pobytu. Tyto pobyty je možné dát i do nákladů.

Vaše lázně mají letité zkušenosti s tím, co děláme v péči o sebe sama špatně a co bychom mohli dělat lépe a předcházet zdravotním potížím. Uvedla byste příklad?

Nevím, zda máme letité zkušenosti, ale často slyšíme povzdech, proč jsem nepřišla už dávno, a to jsem nevěděla, že lázně nabízí tolik relaxačních procedur, že lázně nejsou pouze pro nemocné. Co bychom měli udělat lépe? Obzvláště ženy? Myslet na sebe, myslet na své zdraví, myslet na

prevenci. Všichni se chtějí dožít vyššího věku a být aktivní, a být zdravá a aktivní znamená o sebe pečovat, o svoji duši i o svoje tělo.

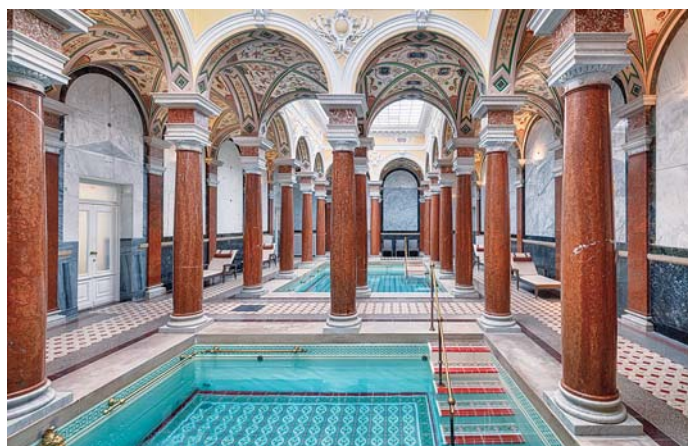
Může firma objednat rekondiční pobyt pro své špičkové manažerky a dát si výdaje do nákladů? Co je možné v takovém případě doporučit?

Samozřejmě, nabízíme rekondiční pobyty pro zaměstnance firem i jejich management. Svým klientům, mezi které patří i špičkové manažerky, nabízíme nadstandardní programy zahrnující unikátní medical check up zdravotní screening. Tento screening je součástí pečlivě připravených programů, jako je DE-Stress, Healthy Aging či program na hubnutí. Součástí těchto programů jsou online konzultace s lékařem před pobytem, ale i po pobytu. Tyto pobyty je možné dát i do nákladů.

Kdy letos skončí sezóna a kdy v příštím roce začne?

Chtěla bych upozornit, že sezóna v Ensana hotelech běží celý rok, každé roční období má něco do sebe a léčebné programy mohou naši klienti absolvovat kdykoliv. Hlavní sezóna začíná tradičně druhým květnovým víkendem, kdy probíhá slavnostní svěcení pramenů. Většinou končí v závěru října, kdy se zavírá i Zpívající fontána na kolonádě. Ale jak jsem řekla, sezóna pro nás nekončí nikdy a jsme rádi, že můžeme přivítat hosty po celý rok.

otázky připravila Eva Brixl





Chytré váze nevěřím

Stoupla jsem si na chytrou váhu. Vážila jsem o čtyři kila víc než na mé staříčké, která mne právě nyní konejšila tím, že jsem zhubla. Další údaje vypovídaly o tom, že jsem koule a mám tuku víc než svalů. Že mi chybí voda i proteiny. A přesto, že se chlapi za mnou stále otáčejí, můj metabolický věk je 76 let. Nasupila jsem se. Kdyby přechytralý přístroj věděl, kolik sním za den zeleniny, že nachodím 10 000 kroků, pojídám zelené natě libečku, petrželky, listy pampelišky, bazalky a od mrkve až po kadeřávek zbaštím všechno, co dá zahrada a přítel Lidl či PENNY, asi by se divil. Do svého životního stylu už AI nepustím. Udělala by mi zmatek v optimizmu.

Eva Brixi, šéfredaktorka



Tip Grady

Service Design Management – Jak navrhovat a inovovat digitální služby

Petra Jilková



Víte, co skutečně znamená produktový design a jak funguje návrh digitální služby? Manažeři musí držet krok s rychlým vývojem a předvídat budoucí trendy. Klíčovými prvky pro zvýšení atraktivitu nabídky a udržení konkurenceschopnosti jsou inovace a udržitelná řešení.

partneři www.madambusiness.cz

hlavní partner:



partneři:



Prosperita Madam Business

vychází jako příloha časopisu Prosperita, ročník 18, říjen 2024

Vydává RIX, s. r. o., Ocelářská 2274/1, 190 00 Praha 9

Šéfredaktorka:

PhDr. Eva Brixi-Šimková, e-mail: brixi@iprosperrita.cz, mobil: 602 618 008

Redakční tým:

Bc. Kateřina Šimková, Dana Halušková

Šéfredaktor www.madambusiness.cz:

Martin Šimek, e-mail: martin@iprosperrita.cz, mobil: 606 615 609

Grafický design: Michal Schneidewind, Korektury: Mgr. Pavla Rožničková

Tisk: Triangl, a.s., www.trianglprint.cz **triangl print**

Distribuce: 5 P Agency, spol. s r. o.

Placené textové materiály jsou označené grafickým symbolem

www.madambusiness.cz

Internetový marketing: Media Know, www.mediaknow.net

Nenechte si ujít novinky na blogu intuitiveidiary.com naší redaktorky Kateřiny Šimkové a příspěvky Evy Brixi v záložce Stará blogerka.

Na www.madambusiness.cz se zaposlouchejte do podcastů o rovnováze těla a duše Na vlnách krásy GERnetíc.



Pomáhá vám umění v osobním či profesním životě?

Jarmila Buchalová
Cukrárna Buchalovi
šéfcukrářka

Profesně: Mnoho svatebních či narozeninových dortů je umělecké dílo. Každý

cukrář je tak trochu umělec. Osobně: Líbí se mi chodit po Praze a koukat na domy, mnohé z nich jsou umělecká díla, která mě udivují.



Co by prospělo ženám v budování kariéry?

Ing. Martin Ludvík
Ovocnářská unie České republiky
předseda

Především je to uznání v jejich vlastní rodině a větší dělba času ve výchově dě-

tí i domácích prací mezi partnery. Žena má pak víc prostoru věnovat se svému rozvoji a je určitě sebevědomější v budování kariéry. Rovněž řada firem by měla mít větší důvěru k ženám a také jim umožnit flexibilní pracovní podmínky a rovnocenné ohodnocení i příležitosti k profesnímu růstu. Mají-li ženy takové uznání, jsou daleko více ochotné se dále vzdělávat a rozvíjet své dovednosti. Ženy pak přinášejí do práce inovativní prvky, mění zaběhlé stereotypy a jsou pro firmy velkým přínosem.



Informace do kabelky

ROSSMANN zařadil AVON

Díky novému strategickému partnerství s globální kosmetickou společností Avon spouští síť drogerií ROSSMANN prodej nejoblíbenějších produktů této značky ve všech svých 185 prodejnách po celé České republice. Zákazníci se tak mohou těšit na oblíbené dámské i pánské vůně, produkty péče o pleť, dekorativní kosmetiku a vlasové péče. Díky bohaté nabídce v sortimentu parfémů, dekorativní kosmetiky, pleťové kosmetiky a šamponů je dnes ROSSMANN předním hráčem na českém trhu. Od letošního podzimu pak jako jediný drogistický řetězec umožní nakupovat oblíbené produkty společnosti Avon. „Svým zákazníkům chceme nabízet co nejširší sortiment zboží napříč všemi kategoriemi. Z toho důvodu jsme velice rádi, že se zařadíme k exkluzivním prodejcům Avon produktů v České republice a také k prvním prodejcům těchto produktů v kamenných prodejnách v rámci EU vůbec,“ řekl Michal Široký, ředitel nákupu ROSSMANN. Vybrané produkty, především z kategorie parfémů značky Avon, mohou zákazníci v jednotlivých prodejnách ROSSMANN zakoupit již v těchto dnech. V průběhu září a října se pak postupně Avon nabídka rozšíří až na 90 nejoblíbenějších produktů a produktových řad, a to nejen ve všech kamenných prodejnách ROSSMANN, ale i v rámci e-shopu v aplikaci ROSSMANN CLUB. Zákaznice ROSSMANN tedy budou moci jednoduše vyzkoušet například vůně z kolekce Far Away, včetně nového parfému Far Away Shine, pleťové výrobky řady Anew nebo nejprodávanější výrobek značky Avon – tužky na oči Glimmerstick v deseti různých odstínech.



(tz)



Kombucha Nupreme nově také ve variantě Cola

Ikonicke nápoje s kolovou chutí se v 90. letech staly synonymem svobody. Nyní může být ale kolová příchut' synonymem spokojeného zažívání a zdravého osvěžení. Nupreme právě na trh uvádí novinku: kombuchu s příchutí koly. Doplní tak již úspěšnou kombuchu ve variantě zelený čaj a yerba maté s malinou.

Kombucha je nápoj vzniklý fermentací, což je přírodní proces bez přítomnosti aditiv či dalších umělých chemických látek. Jeho základ je oslazený odvar z čaje nebo yerba maté. To kouzlo, díky němuž v něm vznikají všechny prospěšné látky, má na svědomí kolonie symbiotických bakterií a kvasinek. Zatímco probíhá fermentace a ony se sytí cukrem v nápoji, vznikají jejich činností živiny, na kterých si smlsne vaše zažívání i vitalita. Když je navíc kombucha nepasterizovaná, jako v případě Nupreme, zachovává si všechny svoje benefity, včetně všech nutrientů a enzymů. Kdyby ale pasterizací prošla, celý proces by se zastavil, a pozitivita nápoje by se tak znehodnotila. A to by byla škoda, kombucha se v nepasterované formě totiž vyznačuje:

- přítomností probiotických kultur, díky nimž podporuje harmonii střevního mikrobiomu a dobré zažívání;

- obsahem antioxidantů, které pomáhají bojovat proti volným radikálům a podporují detoxikaci organismu;
- nízkým podílem cukru, který postupným dozráváním dále klesá;
- povzbuzujícími účinky, díky nimž je kombucha vynikající alternativou ke kávě;
- osvěžující chutí, s níž bude dodržování pitného režimu ještě snazší.

A jaký je původ surovin? Každá šarže kombuchy Nupreme má certifikaci bioproduktu, což znamená, že všechny základní suroviny pocházejí z ekologického zemědělství bez použití syntetických pesticidů, herbicidů nebo geneticky modifikovaných organismů (GMO). Kombucha Nupreme ve variantě Cola má základ z nálevu meduňky a zeleného čaje (v poměru 50 : 50). Slazená je třtinovým cukrem. A obsahuje pouze přírodní aroma.

Kombucha jemně perlí na jazyku, což je způsobeno přírodní fermentací. Pár hodin v lednici jí jen prospěje, protože dostanete ještě větší dávku osvěžení. A také to zabrání tomu, aby vám zralejší kombucha při otevření vypěnila. Udělejte z ní součást svých oblíbených míchaných nápojů s alkoholem i bez. Zkuste v receptuře drinků nahradit šumivé víno nebo Prosecco právě kombuchou. Nebojte se ji přidat do koktejlů nebo smoothie.

Kombucha Nupreme ve variantě Cola je již nyní dostupná na nustore.cz a do prodejen sítě dm dorazila koncem srpna.

(tz)

Stylově do kanceláře

S návratem do práce po letních dovolených představil Marks & Spencer nejnovější dámskou a pánskou kolekci. Ta obsahuje moderní a stylové oblečení do kanceláře vyrobené z vysoce kvalitních materiálů, které spojují pohodlí a profesionální vzhled.

Pracovní šatník si lze doplnit o elegantní a nadčasové kousky, ve kterých se budete cítit skvěle v kanceláři, na pracovním obědě i formálnějším jednání.

Dámská kolekce nabízí košile prodlouženého střihu, kožené kalhoty a jemně šité třídičné obleky pro moderní a elegantní vzhled. Šaty s asymetrickými lemy vyrobené z jemného úpletu jsou ideální pro stylový outfit právě ke stolu a počítači. V chladnějších dnech můžete sáhnout po neoprenové mikině. Pro nedbale elegantní vzhled kolekce nabízí džínové šaty a kalhoty se širokými nohavicemi, vlněný merino kardigan a bílá trička univerzálního střihu. Vše pečlivě navrženo pro dokonalou rovnováhu mezi stylem a pohodlím.

(tz)



Akademie GERnétic je unikátní projekt pro kosmetičky



Předávání certifikátů kosmetičkám, uprostřed Ing. Andrea Trčková

Některá z nás pravidelně, některá jen občas zajde do kosmetického salónu, aby po hodince nebo dvou zjistila, že svět je stále krásný a ona v této charakteristice hraje podstatnou roli. Péče kosmetičky a správně vybraná značka přípravků společně s důvěrou v celou proceduru, prostředí i samotnou službu pak tvoří výjimečný celek, který ženám posiluje sebevědomí i dobrou náladu. Značka GERnétic tyto atributy vnímá citlivě a propojeně. S kosmetičkami-podnikatelkami spolupracuje velmi úzce a poskytuje jim mimořádný servis. Jeho součástí je průběžné vzdělávání, které se odehrává na půdě Akademie GERnétic. O něm je také následující rozhovor s Ing. Andreou Trčkovou, výkonnou ředitelkou společnosti Mgr. Ladislav Kavan – LK SERVIS, generální zastoupení GERnétic pro ČR a SR:

Spolupráce s profesionálními kosmetičkami tvoří osu působení značky GERnétic na českém a slovenském trhu. Na čem se zakládá?

Základem spolupráce je distribuce produktů GERnétic kosmetičkám a masérům do salónů, wellness nebo do lázní, kde jsou pro své jedinečné účinky využívány k obličejovým a tělovým procedurám. Naše firma poskytuje těmto pracovištím servis, spočívající v široké paletě služeb. Znamená to nejen rychlé vyřizování objednávek, ale poskytování odborných konzultací, marketingovou podporu salónů, zpracovaný systém vzdělávání, přípravu společenských akcí a komunikaci vždy v přátelské atmosféře.

Kolik kosmetiček pracuje s vaší značkou a kolik salónů v Česku a na Slovensku se specializuje na ošetření pod křídly GERnétic?

Celosvětově spolupracuje GERnétic s více než 25 000 kosmetickými salóny. Počty proškolených

kosmetiček u nás od začátku působení GERnétic v ČR v roce 1996 už jdou také do tisíců, ale pro naši práci není toto číslo podstatné. Důležitější je aktuální počet spolupracujících salónů, kterých je v současnosti po celém Česku i na Slovensku přes 400.

Už před mnoha lety jste zřídili Akademii GERnétic, což je vzdělávací platforma, jež poskytuje vašim kosmetičkám významný servis. Co si však pod tím představit?

Akademie GERnétic je ucelený systém vzdělávání. Prvním krokem ke spolupráci je absolvování Vstupního odborného semináře, kde se nově příchozí zájemci seznamují s filozofií GERnétic, složením a účinky produktů a s metodikou ošetření. Na

seminář navazují ateliéry GERnétic, což jsou praktická cvičení, zaměřená vždy na určité odborné téma. Zahrnují úvodní teoretickou část, a hlavně pak praktické vyzkoušení daného ošetření pod vedením školitelky. Ateliéry probíhají většinou ve firemních salónech v Kosmetickém studiu GERnétic v Praze, ale také v Brně, Ostravě, Bratislavě, a pak podle individuální dohody i na jiných místech České a Slovenské republiky. Školení se obecně odehrává prezenční formou nebo též jako webinář online.

Kromě odborných kosmetických záležitostí se na školeních věnujeme i díky spolupráci s externími lektory také tématům, která souvisejí s činností kosmetiček, jako jsou otázky správné výživy, zařízení pracovního prostoru z pohledu feng šuej, záležitosti týkající se ekonomiky salónu, psychologie, komunikace a mnoho dalších.

Kdo z kosmetiček-podnikatelek se může do Akademie přihlásit? A mohou se některého programu zúčastnit i další odbornice, které s vámi zatím nespolupracují? Jaké jsou podmínky?

Školení je základem pro budoucí spolupráci s odborníky, jako jsou kosmetičky, maséři/masérky, vizážisté, pracovníci wellness center, lázní, a také kliniky. Neboli profesionálové, zabývající se kosmetickým ošetřením obličje a tělovými procedurami. Do Akademie GERnétic se mohou přihlásit absolventi kosmetických, vizážistických a masérských škol a kurzů, dále zdravotníci, resp. lékaři z oboru dermatologie, plastické chirurgie a další.

Akademie GERnétic je určená především pro vzdělávání profesionálů z oboru. Širokou veřejnost edukujeme prostřednictvím beauty poraden, v podcastech, na blogu a na sociálních sítích.

Kde všude se lze o činnosti Akademie dovědět?

O Akademii GERnétic, jejím obsahu a termínech seminářů informujeme na našich webech www.gernetic.cz

a www.gernetic.sk. Pro již proškolené kosmetičky máme vytvořenou uzavřenou facebookovou skupinu, kde informujeme a diskutujeme na různá témata. Dále rozesíláme newslettery a komunikujeme na sociálních sítích, přičemž

Kromě odborných kosmetických záležitostí se na školeních věnujeme i díky spolupráci s externími lektory také tématům, která souvisejí s činností kosmetiček, jako jsou otázky správné výživy, zařízení pracovního prostoru z pohledu feng šuej, záležitosti týkající se ekonomiky salónu, psychologie, komunikace a mnoho dalších.

klíčové a neefektivnější je pro nás stále předávání informací osobním sdělením.

Co se chystá pro nadcházející měsíce?

Pravidelně každý měsíc se konají Vstupní odborné semináře. Jejich nadstavbou jsou už zmíněné ateliéry, v nejbližší době koncipované na téma Ošetření očního okolí produkty GERnétic spojené s procvičením oční jógy, Inovativní ošetření citlivé pleti nebo speciální workshop o využití Instagramu. Všichni se již těšíme na společenské a zároveň zážitkové setkání s našimi obchodními partnery v Medical Spa v Lázních Bohdaneč.

Získají absolventky školení či účastnice jiných aktivit nějaké osvědčení, certifikát?

Absolventi Akademie GERnétic získávají certifikáty GERnétic s dobou platnosti tři roky a svojí účastí na vzdělávacích akcích, které pořádáme, si platnost prodlužují. Pořádáním školení zabezpečujeme kosmetičkám a dalším odborníkům profesní i osobní růst. Absolventky vstupního školení nazýváme Gerneticienne. Tento název jsme převzali od Laboratoires GERnétic ve Francii a jsou v něm obsaženy atributy odborné kvality kosmetičky, respekt ke značce GERnétic a její osobní přístup ke každé klientce.

Když se například zdravotní sestra rozhodne, že by se ráda vydala na dráhu profesionální kosmetičky a že se jí zamlouvá GERnétic, co musí kromě založení živnosti nebo firmy udělat?

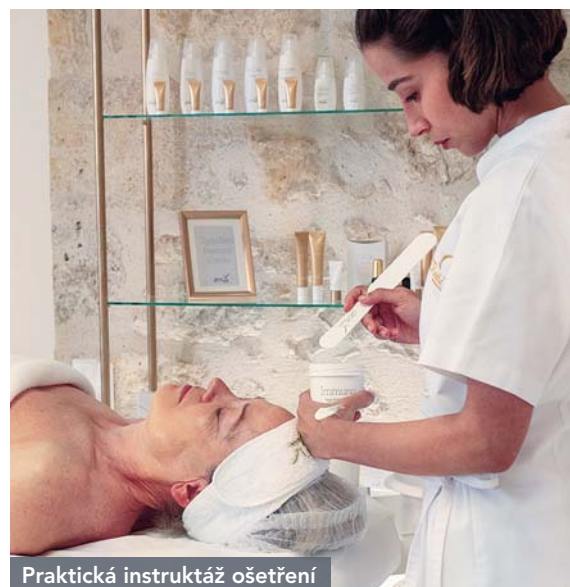
Profese zdravotní sestry je často původním zaměřením našich spolupracujících kosmetiček. Kosmetičkami se stanou nejčastěji absolvováním rekvalifikačních kurzů nebo kosmetických škol. Pak nastane ideální čas k přihlášení se na Vstupní odborný seminář GERnétic. Dále svou práci nová kosmetička může vylepšit a posunout na vyšší úroveň využíváním všech ateliérů a příležitostí k procvičování různých typů ošetření. Velmi také pomáhá a motivuje zapojení do komunity Gerneticienne.



Zleva: Alena Kimlová, Ing. Marta Závěská a Jitka Stránská, tým GERnétic, který se o Akademii GERnétic stará

Mohl by se na vás obrátit investor, který hledá příležitost k založení velkého kosmetického studia v centru Prahy, Brna, Ostravy a rád by nabízel ošetření přípravky vaší značky? Co by bylo třeba podniknout k takové spolupráci? A v čem by ho případně mohla Akademie podpořit?

Zájem samozřejmě vítáme. Takové subjekty patří mezi naše obchodní partnery a máme radost ze vzájemné spolupráce. Zájemci nás můžou kontaktovat prostřednictvím našich webových stránek nebo se spojit s obchodní manažerkou. Často se na nás obracují prostřednictvím kosmetiček, díky nimž skvělou kosmetickou péčí GERnétic poznali. Seznámení s filozofií a produkty GERnétic pak proběhne většinou v jejich „domácím prostředí“. Tzn. že ještě před samotným školením manažerka s odbornou firemní kosmetičkou navštíví lázně, centrum krásy, hotelové wellness, relaxační rezort nebo kliniku apod. a předvedou kompetentním osobám ukázkové ošetření. Proběhne vysvětlení obchodních pravidel obou stran. Odborné školení zaměstnanců nebo spolupracovníků investora se pak uskuteční klasicky



Praktická instruktáž ošetření

v dohodnutém termínu. Během naší spolupráce tato školení obnovujeme, osvěžujeme, někdy z iniciativy spolupracujícího partnera, například při nastoupení nového personálu. Po obchodní stránce přistupujeme k velkým subjektům podobně jako ke kosmetičkám, které pracují samy v salónu. Při spolupráci s nimi totiž nedochází k nějakým propastným rozdílům. Všechny obchodní partnery propagujeme a doporučujeme jejich služby a motivujeme je systémem odměňování.

Jaké jsou dosavadní ohlasy na podporu vzdělávání kosmetiček? Dokážou zákaznice ocenit jejich znalosti? Přispívá to k důvěře mezi kosmetičkou a klientkou?

Velmi si vážíme Gerneticienne, které si vybudovaly široké spektrum spokojených žen a mužů. O klientele obecně hovořit nemůžeme, jde o jednotlivce s jedinečnými vlastnostmi, názory a potřebami. Avšak odborné znalosti kosmetiček považují klienti za základ k poskytování péče o obličej i celé tělo. Když kosmetička předává klientům odborné informace, dotváří tak jejich celkový dojem z ošetření. V souladu s emocionální inteligencí a kvalitní kosmetickou značkou přispívá nejen k vyřešení kosmetických záležitostí, ale ke hlubokému relaxačnímu zážitku a harmonizaci organismu ošetřované osoby. Dovolte mi, abych závěrem poděkovala všem našim interním školitelkám v čele s hlavní firemní kosmetičkou Alenou Kimlovou, za to, že pomáhají našim kosmetičkám a dalším obchodním partnerům lépe porozumět produktům GERnétic, se kterými pracují. Kvalitní vzdělávání je klíčem k profesionálnímu růstu, což přispívá k dlouhodobé spolupráci i osobnímu rozvoji. Zvláštní poděkování patří Ing. Martě Závěské, obchodní manažerce GERnétic, která již 19 let jako vedoucí Akademie GERnétic pomáhá semináře a ateliéry organizovat, a přispívá tak významně k jejich úspěchu.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí



Gerneticienne z ČR a SR na návštěvě u výrobce značky GERnétic

Šťastné a veselé: vánoční motivy nebo vánoční barvy



Ing. Ivana Šachová

Slunce se od nás odklonilo a podzim vepsal do našich dnů delší noci, nabídl teplejší oblečení a mnohým z nás otázky, čím v prosinci obdarovat své nejbližší, přátele, kolegy, zaměstnance. Předvánoční ruch se brzy začne hlásit ke slovu, ačkoli někteří z nás se budou ještě vracet z lesa s plnými košíky hub nebo pilně pracovat na zahrádce. Nebráníme se tomu, vždyť vánoční dárky mají své krásné poslání. A pořizujeme je s chutí. Často jimi bývají radosti do ložnice, kuchyně, obývacího pokoje nebo koupelny. Nakupujeme vánoční ubrusy, utěrky, prostírání, polštářky, a často také povlečení. Pro značku SCANquilt je to významné období roku, jemuž se mnohé ve firmě SILEX, spol. s r.o., podřizuje, a to už vlastně od jara. Jednatelka Ing. Ivana Šachová naznačila, co s tímto výjimečným obdobím souvisí:

Říjen je měsícem, kdy se v nás pomalu začínají probouzet Vánoce přesto, že sluníčko ještě kreslí teplé dny. Ve SCANquiltu máte konec roku ale už dávno připravený, že? Kdy s Vánoce vlastně začínáte?

Máte pravdu, kolekci začínáme s nákupním oddělením připravovat již od jara, protože vánoční sortiment již několik let představuje významnou součást našich tržeb. Pokud jde o prodej, pak nemám ráda, když vánoční zboží někde vidíme nabízet již od září. Většinou, s ohledem na počasí, část naší nabídky disponujeme na prodejny ve druhé polovině října, ale ve výlohách ještě nearanžujeme. Plnou pod-

poru a postupný návoz zboží organizujeme na začátek listopadu. Na e-shopu je vánoční sortiment k dispozici již od druhé poloviny října.

A co všechno letošní vánoční nabídka bude obsahovat? Více se v tomto ročním období kupuje asi ložní povlečení, kapesníky, polštářky, ubrusy a prostírání...

Za vánoční sortiment považujeme vše, co má vánoční motivy nebo vánoční barvy. Do této kategorie spadá zejména povlečení, ubrusy, prostírání, utěrky, chňapky, zástěry, hřejivé plédy a polštářky. Součástí nabídky jsou i jednobarevné červené a zelené ručníky a osušky,

prostěradla, plédy. Náš celoroční sortiment je ale vděčný a praktický dárek pro každého, a tak naši zákazníci nakupují i textil nevánoční, ale vhodný jako dárek pro členy rodiny nebo přátele. Mám na mysli hřejivé přikrývky, zdravotní polštáře, župany, nebo volí také dárkové poukázky.

Čím budou letošní nejkrásnější svátky roku z vašeho pohledu výjimečné? Máte v rukávu nějakou převratnou novinku?

Vánoce mají být šťastné a veselé, tak jsme letos podstatně rozšířili kolekci vánočních polštářků, které pohozené na pohovku vykouzlí tu pravou atmosféru Vánoc nejen pro děti.

Kolik druhů ložního povlečení najdeme ve vašem sortimentu? A kolik toho bylo za celou historii firmy? Dá se to vůbec spočítat?

Pokud jde o materiály, v nabídce máme více než 15 materiálůvých řad, podle materiálového složení, typu tkaní, použitých vláken a aplikovaných finálních úprav. Jsou to tkaniny vhodné na léto, na zimu, celoročně, úpravy krepováním, počesáním nebo úpravy se snadnou a nežehlivou úpravou. Pokud jde o vzory a barvy, v současné nabídce máme přes 800 variant. Položky jednobarevné, damaškové s vytkávanými vzory, potlaštěné geometrické, květinové vzory, motivy rostlinné a zvířecí, dětské, vánoční, jarní, letní, podzimní, zimní apod. Barvy pestré, tlumené pastelové, tmavé, ale i světlé. Pokud jde o sortiment povlečení, každý rok doplňujeme kolekci o 80–100 vzorů nebo nových barev, pokud jde o počet prodaných kusů, tak za více než třicetiletou historii firmy mohu prohlásit, že prodej překročil jistě jeden milión kusů.

A stále ještě navrhujete vzory sami, bez designéra?

Trochu bych tu formulaci upravila. S designéry výrobních závodů spolupracujeme vždy, ale buď jen upravujeme jejich návrhy a dotváříme svoji vlastní barevnost, nebo zadáme inspiraci vlastní, a to je pak naše originální tvorba. Ale vzor vždy kreslí ve finále designér výrobce tkaniny.

Kdo se může do tohoto tvůrčího procesu zapojit?

V naší firmě je to tým nákupního oddělení, který spolu se mnou zodpovídá za kolekci, zadává instrukce a schvaluje finální podobu buď vzoru, nebo celého výrobku. Je k tomu zapo-

třebí jistá zkušenost z procesu výroby, kdy požadavky musejí být realizovatelné, a důležitý je i odhad prodejnosti a vhodného doplnění stávající kolekce.

O spánku a jeho významu se mluví stále více, přibývá stresu, takzvaný tlak doby pocítujeme všichni. Dobře se vyspat je výhra. Nakolik k dobrému spánku může přispět vhodné povlečení, polštář, přikrývka?

Správná otázka. Domnívám se, že kvalita odpočinku nabývá na významu, u přikrývky jde o její hřejivost a splývavost, u polštáře zejména o jeho výšku a poddajnost. U povlečení a prostěradla o kvalitu a složení materiálu, který má být prodyšný a příjemný na omak, nedráždivý na pokožku. A pokud jde o celkovou atmosféru, tak tu pak dotvářejí barvy a vzory, a to je již velmi individuální. Roste zájem o masku na oči pro opravdový relax a ničím nerušený spánek.

Máte i nějaké speciální povlečení třeba pro starší generaci? Se vzory, které dobře působí na psychiku, v jejichž náručí se senioři cítí v bezpečí, ve výjimečné pohodě? Co doporučit těmto lidem při výběru?

Pro starší generaci je vhodnou volbou více hřejivé povlečení, ale otázka vzoru je velmi individuální. Výběr máme široký a podotkla bych, že vzory a barvy nejsou specifické pro nějakou věkovou kategorii. Senioři se dokážou z pohledu designu někdy více odvázat než generace mladší, která preferuje jednoduchost a minimalismus. Vyšší věková kategorie jednoznačně preferuje a oceňuje kvalitu, která vydrží léta.

A co byste zvolila pro dynamickou ženu z businessu, která srší energií?

Někdo ve stejném věku a postavení preferuje bílé povlečení po léta, jiný je pro výrazný design a barvy, je to přístup k životu, designu, a hlavně stylu interiéru. Někoho nabíjí vizuální klid, jiného pestré barvy. A to je volba každého z nás.

Nechystáte službu, v jejímž rámci by si i jednotlivec mohl navrhnout, jak bude jeho povlečení vypadat?

Takovou možnost nenabízíme, předkládáme naše návrhy a zatím se nám daří je prodávat. Ale variantu nakreslit si cokoliv můžete s kva-

litními barvami na bílé povlečení kdykoliv i tak. Budete pak jistě originální.

V závěru roku, k němuž se nezapomenutelně blížíme, si přejeme, aby se nám splnil alespoň jeden sen. Jaký je ten váš „firemní“ pro rok 2025?

Je to zejména přání pevného zdraví všem kolegyním a kolegům, obchodním partnerům, a zejména zákazníkům. Ale protože rosteme, po dlouhé době chceme do konce roku posílit pracovní tým, proto bych si přála, abychom při výběru měli šťastnou ruku.

za odpovědi poděkovala Eva Brix



ROSSMANN

jako příběh plný novinek

Renata Soukupová je personální ředitelkou sítě ROSSMANN Česká republika. Dokud jsem ji nepoznala, netroufla jsem si odhadovat, jaká osobnost se za jménem skrývá. Dnes už to vím. Je to žena, která se s odvahou jí vlastní pouští do nových výzev. Ráda vstupuje do neznáma a s chutí jde vstříc inovacím a projektům, o kterých je přesvědčena, že mají smysl a že firmě pomohou. Nebojí se diskuze, ani vyslovit vlastní názor. Za jejím nadhledem stojí filozofie optimizmu, již pomáhá jemný, pichlavý humor, kterým zvládá zdánlivě nemožné. Možná je tak trochu perfekcionista, ale to asi k pozici, již zastává, patří. Určitě si také umí organizovat čas. Na starost toho má se svým týmem totiž poměrně dost. I ona velkou měrou zodpovídá za to, že se v prodejně zmíněné značky budete cítit dobře, tedy jako opravdový a vítaný zákazník, kolem kterého se točí svět. Personální oddělení musí tak trochu kouzlit, stát v pozadí toho, aby vám ROSSMANN přirostl k srdci. A abyste se sem vraceli s chutí, někdy pro osvěžení, jindy pro radu. Tedy: zdejší firemní kultura je o vztazích a za tímto výsledkem jsou hodiny, měsíce, roky práce.



Renata Soukupová

ROSSMANN, to není jen prodej drogistického zboží, kosmetiky, zdravých potravin. To je značka, která na českém trhu už něco dokázala...

Letos jsme navíc oslavili 30 let od doby, kdy tu pro české zákazníky jsme. Neznamená to jen zřízení dalších prodejen, obohacování sortimentu, ale také například mnoho nejrůznějších aktivit určených pro naše zaměstnance. Snažíme se je motivovat k tomu, aby se u nás cítili příjemně, aby se jim u nás dobře pracovalo a aby si byli vědomi, jakou sílu na trhu právě ROSSMANN má. Důkazem toho bylo jedno velice významné ocenění od společnosti

Kincentric, které jsme na jaře získali: Nejlepší zaměstnavatel, Česká republika 2024.

Na základě čeho jste ho obdrželi?

Jde o nezávislý průzkum, kterého se účastníme každé dva roky od roku 2015. V jeho rámci mají zaměstnanci dané firmy možnost anonymně zodpovědět širokou škálu otázek k jejich motivovanosti a klíčovým oblastem jejich pracovního života. Letos se do tohoto průzkumu zapojilo 91 % našich zaměstnanců, což je úctyhodné množství. ROSSMANN Česká republika v něm dosáhla úrovně míry motivovanosti 77 %, čímž významně překonala průměrné hodnocení

v ČR i v oboru evropského maloobchodu. A z toho máme opravdu nesmírnou radost.

Je to pro vás také určitá zpětná vazba?

Velmi významná, protože se potvrdilo, že jsme mezi zaměstnavateli jednička a že se zaměstnanci ztotožňují s určitými principy našeho fungování, že jim vyhovuje naše firemní kultura, že je jim u nás fajn. Svědčí o tom mimo jiné i nízká fluktuace. I to o něčem vypovídá. Pravdou však také je, že jsme v poslední době některým přáním našich lidí hodně vycházeli vstříc, reagovali jsme na jejich požadavky k určitým benefitům, pravidelně jsme také zvyšovali mzdy. Nelze opomenout ani to, že je naše HR oddělení v přímém denním kontaktu se všemi prodejnami a vlastně každý den řešíme operativu, spousty změn, novinek, otázek. Nejsme tedy v roli nařizovatelů nebo administrátorů, ale spoluvůdčů a řešitelů.

A to je nutné?

Víc, než by si kdo mohl představit. Náš obor je natolik dynamický, je v něm nespočet proměnlivých, a na to je třeba denně reagovat. Třeba jen v souvislosti s rostoucím sortimentem, přibývajícím značkami, které se v naší nabídce objevují. Kapitola sama o sobě je dění na prodejních, komunikace se zákazníkem, zvyšování efektivity práce drobnými kroky i zásadními rozhodnutími. A obsluha v prodejnách musí cítit, že jsme tu pro ně, že jim v jejich nejjednodušší roli pomáháme a že dobré výsledky tohoto snažení jsou naším společným cílem. Takže ano, je to víc než nutné, je to samozřejmost, je to i poslání. Protože jaké budou naše vzájemné vztahy, tak se to odrazí do vztahu s kupujícími. A ten má být pohodový. Základ je tedy v komunikaci, a jak je známo, interakce člověka s člověkem, domluvit se, je obecně velmi složitá disciplína.

Mohu potvrdit, že na atmosféře v prodejnách je vaše strategie znát. Významným rysem nakupování u ROSSMANNa je právě pohoda, klid, minimum stresu... Člověk u vás má čas vydechnout, rozmyslet si, co potřebuje vložit do košíku, odreagovat se. Jak je vůbec možné toto zákazníkovi nabídnout?

Ne přeháníte?

Určitě ne, já jsem tuto zkušenost získala, a když u vás nakupuji, říkám si, že jsou místa, kde člověk prostě pustí starosti z hlavy.

Tak to nás těší. Troufám si tvrdit, že je to důkaz o naší snaze cízlovat zásady, principy, cíle. A jestli jsme to alespoň částečně dokázali, a ve-



řejnost nás takto vnímá, můžeme být na to hrdí. Ono to vlastně s oceněním Nejlepší zaměstnavatel hodně souvisí. Víme, že jestliže nás zaměstnanci vnímají jako svou jistotu a rádi u nás pracují, je odezva zákaznické obce taková, jakou popisujete. Ostatně do průzkumu Kincen-tric se každým rokem zapojuje několik stovek společností v ČR. Výsledky míry motivovanosti za rok 2024 v jejich případě představují hodnotu 62 %, celoevropská čísla pak jsou v oblasti maloobchodu na 54 %. My si stojíme nejvýše.

Letos jste si také charakterizovali pět zásadních hodnot, na nichž ROSSMANN v naší zemi staví. Jaké to jsou?

Na firemní hodnoty chceme klást velký důraz. Původně vycházely z jednotlivých písmen našeho názvu. Ale svět je dynamický, plný změn, nových technologií i trendů, a my se měníme s ním. A tak jsme se sešli s kolegy napříč firmou, aby-chom si řekli, jak naše hodnoty nově a srozumitel-ně definovat pro každého. Debatovali jsme dlouho, bavilo nás to. A ptali jsme se: Co skuteč-ně v ROSSMANNu žijeme? Kam chceme jít? Jaká je naše vize? Jak se chceme v práci cítit? Celé ho-diny a hodiny jsme chrlili nové myšlenky, náměty a možnosti, z nichž nakonec vzešlo pět klíčových hodnot, které bychom rádi sdíleli jak v naší spo-lečnosti, tak i se zákazníky. Jsou to: důvěra, tvoří-me společně, lidskost, dynamika, vášeň.

Jak je stručně čtenářům přiblížit?

Zakládáme si na tom, že jsme rodinná firma. Velice důležitá je vzájemná důvěra na pracovišti. Osvobozuje, dává prostor, šanci uplatňovat ná-pady a vlastní inovativní přístup. Ve vztahu k zá-kazníkovi to pak znamená větší komfort pro něj, pokud v nás má důvěru, pak se neostýchá zeptat se, poradit se. A ví, že může, že ho neodbydeme nebo neodkážeme jen do online prostředí. Tvo-říme společně zase znamená, že díky ploché or-ganizační struktuře spolupracujeme na denní bázi jako tým a vážíme si potenciálu každého z nás. Umíme se podpořit, pomoci si. Lidskostí máme na mysli respekt v každodenní komuni-kaci a to, že se k sobě chováme ohleduplně a la-skavě, s úctou. To pokládáme za prvořadé. Sna-žíme se umět naslouchat, usmát se, a to nejen v zákulisí, ale právě i v prodejnách. Dynamikou

myslíme to, že chápeme vývoj dnešní doby, ať už je to rychlost, s níž otvíráme nové prodejny, ne-bo zavádíme převratné technologie či přichází-me do styku s revolučními výrobky. Znamená to tedy chuť adaptovat se na nové prostředí, vstře-bávat další podněty. Což je, podle mne, úžasná možnost pro každého. No a vášeň? To znamená, že pracovat v ROSSMANNu nás baví, protože je to o zajímavých výrobcích kosmetiky, zdravého stravování, péče o rovnováhu těla a myslí. Je to svým způsobem dobrodružství, zdravý adrena-lin, který nás vede cestou násobného poznání, objevování sebe sama, dalších limitů. A ještě si to umíme užívat.

Zaměstnance s tím určitě budete ještě se-znamovat. Co máte v plánu?

Naši zaměstnanci sami představují na klíčo-vých vizuálech naše nové firemní hodnoty, kte-ré začínáme představovat jak ve všech našich interních komunikač-ních kanálech, tak i externě. Byla jsem mile překvapená, kolik zaměstnanců se nám do castingu „no-sitele naší značky“ přihlásilo.

Zdáleka to však ne-ní vše, co vás čeká. Nyní se vaše oddě-lení zabývá digitalizací pracovníprávních dokumentů, což je velký zásah do života, jiným slovem šílenství v představách mno-hých. Vás osobně to ale nesmírně baví. Čím to?

Líbí se mi, když se něco děje, a především když to něco dobrého přinese. Digitalizace takových dokumentů bude klíčovým prvkem naší mo-dernizace, zvedne to efektivitu práce, naše in-terní procesy, zaměstnancům to přinese větší pohodlí, úsporu času, nám klesnou náklady na poštovné, papír, tisk... Vše se výrazně urychlí. Dříve jsme museli spoléhat při zpracování těchto dokumentů na podpis dané osoby, což bylo především v prodejnách časově náročné a logisticky komplikované. Digitálních podpisů využíváme již ve skladu a na centrále, nyní za-

čínáme do tohoto projektu postupně začleňovat i prodejny.

Určitě ale nebylo tak jednoduché naladit všechny ve firmě na vstřícnou notu. A kro-mě běžné agendy musí vaše personální oddělení zvládat digitalizaci s naprostou samozřejmostí...

Každá novinka se prosazuje komplikovaně, ale v tomto případě to nebylo tak těžké – přede-vším v prodejnách lidé chápali, že jim to ob-rovsky usnadní práci a ušetří čas.

Váš HR tým je pouze rodu ženského. Není to nuda? A dá se taková nálož energie na jednom místě zvládnout?

První část týmu se zabývá zpracováním mezd a personalistikou. S tímto týmem jsme připravi-li již zmíněný projekt digitalizace. Druhá část týmu je tak říkajíc „softová“. Společně budujeme naši značku zaměstnavatele, zajiš-tujeme vzdělávání, jsme odpovědné za nábor zaměstnanců napříč republikou. A samozřejmě se sna-žíme rozšiřovat naše benefiční programy. Uvedu jen jeden pří-

klad za všechny. Vycházíme z toho, že každý člověk se v životě setkává s mnoha problémy, které pocházejí ze třech klíčových oblastí života. Jsou to vztahy, zdraví a finance. Proto jsme se rozhodli poskytnout zaměstnancům externí asistenční poradenskou službu, kam se mohou anonymně obracet oni i jejich rodinní příslušní-ci s žádostí o radu a o pomoc. Odborníci v ob-lasti práva, financí, psychologie pro dospělé i dětské psychologie poskytují poradenství 24/7, tato služba zahrnuje i krizovou intervenční lin-ku. Nové situace nás stále přesvědčují, že naše rozhodnutí financovat tento benefit bylo sprá-vné. Aktuálně při povodních se zaměstnanci ob-raceli na odborníky, kteří jim pomáhali s uplat-ňováním náhrad škod na majetku u pojišťoven. Je fajn, když má naše práce smysl.

za odpovědi poděkovala Eva Brixi ■■■

Celé hodiny a hodiny jsme chrlili nové myšlenky, náměty a možnosti, z nichž nakonec vzešlo pět klíčových hodnot, které bychom rádi sdíleli jak v naší společnosti, tak i se zákazníky. Jsou to: důvěra, tvoříme společně, lidskost, dynamika, vášeň.

Jak a proč uklidit psychický nepořádek



Ing. Simona Myslikovjanová, Ph.D., MBA, MBE

Zdá se vám, že už nemůžete dál? Přestáváte si věřit? A je vás ve firmě s podobnými pocity více? Pokud ano, nezbyvá, než to změnit. Některé společnosti se již přesvědčily, že to jde. Pomoci musí ale odborníci. Top MANAŽERKA ROKU za mimořádný přínos pro společnost v oblasti rozvoje, inovace, růstu a udržitelnosti Ing. Simona Myslikovjanová, Ph.D., MBA, MBE, společně s Ambasadorkou projektu Access Bars in Business And Schools v ČR, Adrianou Těšínskou, CFMW, a Terezou Trefilovou, lektorkou somatické praxe Continuum v ČR a členkou Continuum Teachers Association, a dalšími členy týmu SiMyCo přináší do firem The Mindset of Evolution. Oč jde? Čtěte dále.

Jak mi naznačila Simona Myslikovjanová, budoucnost je možná mnohem světlejší, než si myslíme. Je tu totiž jedna z hlavních sil, která nepříznivě ovlivňuje naše vědomí, a tou je psychická entropie, takový náš psychický nepořádek, kdy prožíváme strach, stres, úzkost či bolest, nebo i závist. Dlouhodobě trvající zážitky tohoto typu mohou oslabit naše já až do stavu, kdy už nedokážeme investovat pozornost a dosahovat svých cílů. A to je přesně to, kdy Simonu Myslikovjanovou oslovují firmy,

aby s jejich jedinci a celými kolektivy pracovala, uklidila jejich psychický nepořádek a posunula je v jejich seberozvoji. Jak říká, pokud chceme opravdu pochopit sociální svět, porozumět sobě a ostatním, překonat mnohé z překážek, které nám brání žít bohatý plnohodnotný život, potřebujeme pochopit vliv subliminálního světa, jenž je ukryt v každém z nás, tedy pod povrchem naší vědomé mysli. Například zvládat stres je jedna z klíčových dovedností, které je třeba se naučit.

Stále více slyšíme, že je nutné lépe ladit pracovní povinnosti se soukromým životem, šikovněji si organizovat čas, mít prostor k odpočinku a regeneraci. Proč to vlastně řešíme?

Denně se přizpůsobujeme požadavkům, výzvám, jak pracovním, tak životním, se kterými se vyrovnáváme.

Lifeskills hrají důležitou roli v mnoha aspektech našeho života a pomáhají nám rozvíjet sebevědomí, úspěšně se vypořádat se změnami či analyzovat a pochopit vzniklé situace a najít správné řešení. Jsou důležité pro náš celkový rozvoj, a proto na níže uvedených lifeskills pracujeme kontinuálním tréninkem. Jde o:

- Kritické myšlení
- Komunikační dovednosti
- Sebevědomění
- Dovednosti řešit problémy
- Interpersonální dovednosti
- Zvládání stresu
- Vyrovnání se s emocemi
- Empatii
- Kreativní myšlení
- Rozhodovací schopnosti

Kromě toho je potřeba uvolnit mentální bloky a snižovat stres, což je skvělým doplňkem pro podporu naší duševní pohody.

Naším cílem ve firmách je vytvářet prostředí, které podporuje fyzickou a duševní pohodu a nabízí zaměstnancům nástroje, které mohou využívat nejen v práci, ale i v soukromém životě. Tímto způsobem nejenže zlepšíme jejich kvalitu života, ale zároveň posílíme jejich angažovanost a spokojenost, což se pozitivně projeví na celkové úspěšnosti firmy.

Je tlak na výkon v profesní kariéře dnes opravdu tak velký, že se z těch všech povinností hroutíme a nejsme schopni trvale odvádět maximum?

K dobrému zvládnání stresu je třeba budování emoční stability, kontroly nad svou situací, emocemi. Vědecké studie prokázaly, že stres je

Naším cílem ve firmách je vytvářet prostředí, které podporuje fyzickou a duševní pohodu a nabízí zaměstnancům nástroje, které mohou využívat nejen v práci, ale i v soukromém životě.



hlavním faktorem fyzických, duševních a emočních onemocnění. Zvládnání stresu je schopnost uznat a přijmout stres ve svém životě, rozpoznat jeho zdroj a vliv, který na nás má. To se dá naučit. A ano, tlak na výkon v businessu je dnes značný a může mít různé negativní dopady na jednotlivce. Mnoho lidí se cítí přetíženo a vyčerpaně kvůli několika faktorům, jako je například konkurenční prostředí, kdy zaměstnanci čelí vysokým očekáváním ze strany zaměstnavatele a tvrdé konkurenci. Neustálé připojení k sítím maže hranice mezi pracovním a osobním životem a lidé také často kladou vysoké nároky na úspěch a uznání, což může vést k vyhoření.

Je důležité hledat rovnováhu mezi vysokým výkonem a péčí o vlastní zdraví a budovat mentální odolnost, aby se vyhoření předešlo a člověk dokázal rozlišit hranice mezi tím, kdy už je toho na něj moc. Efektivní zvládnání stresu firemním týmům pomůže být produktivnější a šťastnější. Mohu se pochlubit, že se nám velmi daří naučit každého jedince, jak pracovat sám se sebou a jak si sám pomoci. Tím největším a prověřeným přínosem se pak firmu stanou synergie na pracovišti, nižší fluktuace, lepší atmosféra, minimální či žádný stres, lepší duševní zdraví.

Nesugerovali jsme si jen samá negativa? Nepodléháme sociálním sítím a zkresleným informacím?

To je velmi relevantní otázka. Je pravda, že sociální sítě a média mohou často zkreslovat realitu tím, že zdůrazňují negativní nebo vyhořelé aspekty pracovního života, proto je důležité přistupovat k informacím strážlivým pohledem a uvědomit si, že to, co vidíme na sociálních sítích, nemusí být vždy celý příběh. Všichni zažíváme negativní myšlení, které nám brání v růstu našeho podnikání. Negativní myšlení se stává sebnaplňujícím proroctvím, pokud si myslíte, že selžete, pravděpodobně se to stane.

Pět hlavních typů negativního myšlení, se kterými se v praxi setkáváme, jsou strach, přemožení, syndrom podvodníka, prokrastinace či omezující přesvědčení. Se syndromem podvodníka se setkáváme od doby covidové častěji. Je to psychologický jev, kdy má jedinec trvalé pocity nekompetentnosti, sebedoceňování a méněcennosti, ačkoli má dostatečné vzdělání, zkušenosti a úspěchy.

Každý z nás má svůj vlastní jedinečný soubor negativních postojů, které musí překonat. Věnujte nějaký čas identifikaci toho svého. Může vám to připadat jako ztráta vašeho drahocenného času, ale věřte, že z dlouhodobého hlediska si ušetříte spoustu času a starostí.

Zvládneme takový nápor na psychiku jako třeba poválečná generace? Případně nechceme? Nejsme odolní, žijeme v nadkomfortu a v krizových okamžicích selháváme?

Dnešní doba na nás klade stále větší a větší nároky a naše touha po dokonalosti ničemu nepomáhá. Snažíme se vše zvládat sami bez cizí pomoci, ale po určité době už je toho na tělo i mysl moc a je potřeba je začít léčit. Překonání vyžaduje změnu myšlení a přístupu k vlastním úspěchům a schopnostem. Potíže nejsou totiž způsobené tím, že něco neumíme, ale tím, že si nevěříme a nejsme schopni ocenit své kvality. Pochopení a přijetí vlastních silných a slabých stránek, stejně jako otevřená komunikace o pocitech a výzvách, jsou klíčovými pro zvládnutí tohoto syndromu. Dodržujte zásady zdravého jídelníčku, přiměřeně sportujte, relaxujte a uvidíte, že se budete cítit lépe. Abychom dokázali vědomě měnit naši vlastní realitu, je důležité se naučit se svými myšlenkami pracovat. Pozitivní představy o našich cílech, přáních či životní cestě dokážou tuto realitu skutečně

ovlivnit. V momentě, kdy myšlenku necháváme „klíčit“ v mysl, stává se z ní afirmace, která nás postupně vede k činům, a tedy i směrem k našemu vysněnému cíli. Pokud navíc své myšlenky začneme prezentovat navenek, svědčí to už o našem přesvědčení a rozhodnutí se pro danou věc.

Pokud chceme opravdu pochopit sociální svět, porozumět sobě a ostatním, překonat mnohé z překážek, které nám brání žít bohatý plnohodnotný život, potřebujeme pochopit vliv subliminálního světa, jenž je ukryt v každém z nás. Naše hlava je totiž jeden velký počítač: mozek je nesmírně složitý lidský orgán, mohli bychom jej považovat za takový náš hardware, a lidskou mysl za pomyslný software. Panuje názor, že člověk využívá asi jen jednu desetinu své mozkové kapacity. Naš mozek se velmi rád učí: zkuste mu nabídnout něco nového pomocí jeho přeladění do stavu hladiny alfa. I s tímto umíme pracovat a zájemcům o změnu pomoci. Nejdůležitější je naučit se „vypnout“. Tím nemám na mysli jen počítač a telefon. Odpočívajte, relaxujte a meditujte. Pusťte si hudbu a čtete, napuště si horkou vanu nebo si třeba jen tak povídejte s rodinou. Najděte si koníček, kterému se budete věnovat ve volném čase, a zpěte alespoň šest hodin denně. Odpočinek je nejučinnější zbraň, kterou můžete proti chronické únavě bojovat. Podpořit správný spánek, nervovou a mozkovou činnost a vnitřní klid je účinné.

Příkladů je mnoho. Jedno je jim však společné: Na co se zaměříte, to učitíte! Pozitivní naladění mysli funguje jako magnet. Soustředte se tedy ve svých myšlenkách především na to, čeho skutečně chcete dosáhnout a co doopravdy toužíte změnit. To, co se bude odehrávat ve vás, začne postupně přitahovat to dobré do vašeho bezprostředního okolí.

Má rada zní: Netlačte na pilu, nechte věci plynout. Uvolněte se. Je zbytečné se snažit někým být, neboť energie, která z nás vyzářuje, jasně prozrazuje, jací doopravdy jsme.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí

*pokračování v listopadovém čísle
Madam Business*



Poslouchejme to, co nám organizmus naznačuje

Zájem o pomoc z přírody stoupá. Lidé si uvědomují, že ledacos mohou změnit ve svém životě sami za účasti květů, natí, listů, ale že je nutné o tom trochu přemýšlet. Někteří sahají pro utužení kondice pro bylinné přípravky a využívají je jako prevenci, jako stálé pomocníky. Postupovat je však třeba obezřetně, nepřehánět to a držet se vyzkoušených postupů. Ostatně kombinace a dávkování bylinek bývalo vždy výsadní zkušeností bylinářů nebo lékárníků. Cenným know-how disponuje také Mgr. Jarmila Podhorná, která před lety založila rodinnou firmu NADĚJE. Z našich stránek ji určitě již znáte. Umí poradit, vysvětlí, má výsledky. Zájem o přípravky, které společnost vyrábí, roste. Když se podíváte na její e-shop, zjistíte, že byste nejradyji do své lékárníčky objednali skoro všechno... Tinkтуру z lichořeřišnice, gemmoterapeutikum z pupenů černého rybízu, sestavu na lepší spánek, kúru na pročištění krve... V tu chvíli se zamýšlíte nad tím, jestli neděláte něco špatně, a je-li například nutné sedět do noci u počítače místo toho, abyste si zalistovali knížkou poezie, nebo zda místo pasivního odpočinku u televizní obrazovky neobléct teplou bundu a nejít do parku na svižnou procházku... Jarmily Podhorné jsem se tedy zeptala:



Mgr. Jarmila Podhorná

Kdysi jsem slyšela, že nikdo z nás není vlastně zdravý. Dá se tomu věřit? A pokud ano, co s tím? Jak se to můžeme pokusit změnit?

Všichni máme v organizmu nějakou tu slabší část – orgán, ústrojí, a na to bychom se měli nejprve zaměřit a snažit se problém řešit.

Vy se léta zabýváte využitím účinků rostlin a bylin pro zlepšení naší kondice. Co doporučit někomu, komu vlastně nic není? Co zkusit užívat preventivně, abychom byli plni energie a dobré nálady?

Každý člověk by se měl nejdříve soustředit na zmíněnou slabou stránku v organizmu, potom se snažit zabezpečit jeho očistu, protože zanesení jídlom, léky, ovzduším přispívá k tomu, že vlastně stárneme. Dále je třeba udržovat imunitu našeho těla na určité úrovni, třeba bylinkami, a zlepšovat stav nervové soustavy. To vše může zlepšit pohodu organizmu a dobrou náladu.

Naše čtenářky jsou ženy z businessu. Takřka každá z nich si už někdy takřikajíc sáhla na dno, musela pak zvolnit a více přemýšlet, jak své povinnosti zvládnout, ale jak si také uchovat zdraví. Co doporučujete v takovém případě?

V každém případě je nutné se zaměřit na prevenci. Je známé pořekadlo východních národů: „Zastavte zlo, dokud neexistuje, zadržte nemoc, dokud se neprojeví.“ Zaměřit se na prevenci také znamená úpravu režimu dne, zařazení pohybu do programu. Velmi významné je snažit se po rušném dni zklidnit, abychom získali předpoklad pro dobrý spánek.

A jaké bylinky se osvědčily přímo vám, když jste byla hodně unavená, vyčerpaná?

Když jsem byla unavená a vyčerpaná, tak jsem se nejprve soustředila na pročištění jater, což je nutné na zmírnění únavy. Zde jsem se snažila najít a odstranit možnou příčinu – borelii nebo jinou zátěž v tomto důležitém orgánu. Použila jsem topol, štetku, případně na močové chlamydie Chlamysan. Dále jsem aplikovala byliny na regeneraci jater – ostropestřec, gemmoterapeutikum z jalovce, rozmarýnu nebo artyčoku. Potom jsem se zaměřila na hormonální podporu a podporu imunity. Zde jsou vynikající byliny jako, jeřáb ptačí, směs černý rybíz-maliník, eleuterokok, černý rybíz, lesní bez a další. A dále jsem řešila osobní problémy organizmu.



Mnoho lidí trpí vysokým krevním tlakem, nemůže spát, nedokáže odpočívat. Co s tím?

Pro úpravu krevního tlaku máme několik bylinných prostředků, jako je jmelí, hloh, olše, směs Valocardum a při nespavosti se dá posílit nervový systém třezalkou, lípou nebo bakopou.

Všimla jsem si, že se stále častěji doporučují léky na ředění krve. Lze si v takovém případě pomoci i bylinkami nebo stravou? Někdo chroupe česnek, jiný zařadil do jídelníčku více listové zeleniny, další spoléhá na kurkumu... Je to cesta?

Z bylinných prostředků mohou doporučit na úpravu krve, tedy její ředění, hlavně pelargonii, gotu kolu a lísku.

Vybuodovala jste zajímavé Regenerační centrum. Jaké jsou zatím zkušenosti z jeho provozu? S jakými obtížemi klienti jezdí? Co umí odhalit diagnostika pomocí přístrojů, které využíváte?

Do našeho Regeneračního centra jezdí lidé s různými zdravotními problémy. Na prvním

místě je největší zájem o přístroje, které odkrývají zátěže, stav organismu, diagnostikují. A na základě zjištění příslušných informací se klienti orientují na zvládnání potíží pomocí přístrojů rehabilitačních se zaměřením na zátěž na páteři, cévách a nervech.

Když člověku zjistíte například špatný metabolismus tuků, zkratělé cévy, vyšší hladinu cukrů, co doporučíte?

Na regeneraci cévního systému doporučuji nejprve pročištění, např. bylinami pelargonii, gotu kolou, echinaceou. Pomůže rovněž jinan, kaštan jírovec, kotvičnick, ke zpevnění cév je vhodný bez černý, lnice.

Určitě chystáte nějaké překvapení, nové tinktury, novou sestavu bylinných kúr. Třeba k harmonizaci psychiky pro přetížené majitele firem, úspěšné podnikatelky...

Bylinné sestavy byly vytvořeny znovu podle nejnovějších zkušeností a vzhledem k tomu, že od doby, kdy byly sestaveny původní kúry, přibýlo i nových tinktur. Pro harmonizaci psychiky jsme vytvořili tinkturu s názvem Stres,

což samo o sobě naznačuje, k čemu je určena. Dále je to také hodně využívaná kúra č. 16 ke zlepšení tělesné i duševní pohody. Rovněž liposomální vitamín B komplex nám může psychiku podpořit.

Všichni prožíváme informační stres. Má příroda nějaké řešení? Co nám naznačuje?

Svým způsobem je to jednoduché. Každý z nás se denně setkává s informacemi, které na pohodě opravdu nepřidají. Je důležité si tyto informace protřít a zároveň organismus podpořit v oblasti psychiky i celé nervové soustavy. Ať už přírodní bylinnou cestou, nebo uspořádáním dne s pohybem v přírodě na čerstvém vzduchu.

A umíme jí naslouchat?

Musíme se naučit poslouchat to, co nám organismus naznačuje, a přizpůsobovat se. Někdy je to obtížné, ale je třeba si uvědomit, že nám to pomůže udržet si dobrý zdravotní stav. Je to základ k naší spokojenosti. Co chtít víc?

otázky připravila Eva Brixl



foto Martin Šimek

Kosmetika Reclar, to jsou technologie a rituály

Dnes už je korejská kosmetika v Česku poměrně známá, ale v roce 2021 tomu tak nebylo. Právě tehdy se na našem trhu objevila nová značka Reclar, kterou na náš trh přivedl úspěšný businessman Jan Šmíd jako jeden z jeho dalších projektů. Skutečné budování brandu začalo v době, kdy do projektu vstoupila Alena Diva, dnes spolunajitelka a kreativní duše celé firmy. Co nám prozradila o podnikání v kosmetickém průmyslu? A v čem je podle ní základ korejské péče o pleť?

Značka Reclar je na trhu od roku 2016. Kdy jste ji začali distribuovat do Čech? A co vás vlastně přivedlo ke korejské kosmetice?

V Koreji značka funguje od roku 2016 a my jsme první kusy přivezli v roce 2018. To se neprodávalo přes e-shop, ale od roku 2019 začal projekt fungovat, včetně internetového obchodu. Za značkou stojíme dva, ještě se společně s Janem Šmídem. Jeho vášní je cestování, a právě díky tomu kosmetiku Reclar objevil. Narazil na ni při své cestě do Koreje a přivezl pár kusů, které se okamžitě rozprodaly mezi kamarádkami jeho ženy. Reclar u nás už tehdy zkoušela prodávat jiná paní, ale ta se vzhledem k nastavení cen neprosadila, a navíc šlo o úplnou novinku a bylo potřeba zákazníky edukovat, ne jim jen prodávat záračné produkty bez poskytnutí bližších informací.



Alena Diva

Oproti tomu můj společník měl úspěch, a když se s Korejci potkal osobně, domluvil si exkluzivní spolupráci pro Česko i celou Evropu. Je to podnikatel primárně v jiném oboru, proto hledal někoho, kdo by s projektem pomohl a věnoval se mu. Postavili jsme e-shop a postupně jsme začali budovat brand. Vložili jsme do projektu duši.

Jak si představit spojení tradičních kosmetických metod s moderní vědou a nejnovější technologií?

Majitel korejské společnosti a výrobce je vědec, který se věnuje léčbě tkání. Světelná terapie se na léčbu tkání používala už na začátku

20. století. Nejde tedy o žádnou novinku, ale nalezení cesty, jak vše vměstnat do jednoho kompaktního přístroje, který mohou lidé používat doma. Hlavní produkt peeler je však multifunkční a umí toho daleko více. Kouzlo tkví také v tom, že je přístroj kompatibilní s většinou kosmetických přípravků a pracuje primárně s modrým světlem, které má pozitivní účinky na většinu kožních problémů, včetně ekzému, lupénky apod. Červené omlazující světlo zase aktivuje tvorbu kolagenu, a součástí je i ultrazvukový peeling, který zajišťuje, že se póry otevírají a nečistoty odcházejí ven, produkty tedy neulpí na povrchu, ale dostanou se do hloubky – jde o tu technologii – zefektivnění péče a řešení problémů.

V Koreji jsou technologicky mnohem dál – berou například produkty s nanotechnologickými vlákny jako běžný standard, což je pro nás fascinující a například v Česku jde o nový trend. Stejně tak vědí, jaké látky jsou škodlivé, a ty samozřejmě automaticky nepoužívají.

Co znamená Reclar? A jaké kroky zahrnuje kosmetický rituál s vašimi produkty?

Reclar můžeme volně přeložit jako znovuoobjevení čistoty, zdraví pokožky a tkání. Tím, že se primárně zaměřujeme na technologie, nabízíme naše přístroje několik základních kroků, které jsou vhodné pro všechny, a proto jsme je nazvali rituály. Jde o čistící rituál pomocí ultrazvukového peelingu, léčivý rituál pomocí modrého LED světla a omlazující rituál je možný díky světlu červenému. Obě světla se



propojují s galvanizací pleti, která přináší další benefity. Jde tak o komplexní péči pro všechny typy pleti.

Vaší vlajkovou lodí je krásný designový peeler. Co všechno umí? A proč jste k němu byla ze začátku skeptická?

Už jsem zmínila funkce, které v sobě obsahuje toto kompaktní zařízení. Je určeno na doma, kdy během několika minut dosáhnete profesionální péče. Používají jej však i odborné kosmetičky, make-up artisty a podobně. Obecně jsem před lety technologie nepovažovala za nutnou, ale když jsem viděla výsledky po správném a pravidelném používání, začalo mě to fascinovat. Díky peeleru Reclar se spousta našich zákaznic zbavilo dermatitidy, rosacey a zdánlivě neřešitelných zánětů. To že je pleť nejen zdravá, ale vypadá mladistvě a září, je jen třešničkou na dortu.

Prodáváte výhradně přes e-shop? Nebo je možné vaše produkty zakoupit i v kamenných prodejnách?

E-shop nám generuje hlavní zisky. Máme však partnery mezi velkými internetovými obchody s širokým sortimentem, které přesahují hranice ČR. Jde o Dr.Max, Notino, Alzu a podobně. Od dubna jsme exkluzivně také v kamenných prodejnách Marionnaud po celé ČR a Slovensku. Následovat bude Rumunsko a Bulharsko.

Odkud k vám zákazníci nejčastěji přicházejí? Osvědčily se vám sociální sítě, na kterých spolupracujete i se známými osobnostmi?

Online marketing je určitě naším hlavním nástrojem. Investujeme ale i do tisku a využívá-

me dalších prodejních kanálů. Pracujeme dlouhodobě s ambasadory a zakládáme si na autentičnosti i pravdivosti. To znamená, že hledáme spolupráce tam, kde jsme si jisti, že se osobnost s produktem ztotožňuje, protože jej opravdu používá. Aktuálně je to například Alena Šeredová.

Jaký produkt doporučujete pro začátek? Je potřeba si nejprve pořídit peeler?

Peeler bych opravdu doporučila všem. Najde využití v celé rodině – teenagery počínaje a starší pletí konče. Muži často péči o pleť zanedbávají a Reclar je baví, díky tomu, že jde o elektroniku. Velkým překvapením letošního roku je produkt Re-Merge, jde o galvanickou žehličku se světelnou terapií. Produkt je určen pro zralou pleť a výsledky jsou neskutečné.

V podstatě se dá považovat za neinvazivní lifting pleti, která je po pár minutách použití vypnutá, eliminují se vrásky a redukují pigmentové skvrny. Dále nabízíme také doplňkovou kosmetiku, která podpoří výsledky přístrojů, ale funguje i samostatně. Jde především o přípravky pro hydrataci a zklidnění pleti.

Jak chápat kosmetiku na míru? Jde o výběr ideálních produktů?

Zajímavá otázka. Z mé zkušenosti (mám citlivou pleť) – nebavilo mě v minulosti hledat kosmetiku, která by mi vyhovovala a nepůsobila reakce na pleť. Proto jsem vděčná za Reclar, který splňuje mé požadavky na šetrnou, přesto účinnou metodu, a také nepotřebuji kvanta produktů. Každému však vyhovuje něco jiného a líbí se mi, že nediktujeme změny v péči, pouze přinášíme nástroj, který ji zefektivní.



Prozradíte, jak firma od začátku vyrostla? V čem vnímáte největší posun?

Ze začátku jsme se považovali za startup, zajímavý projekt, který nás bavil. A baví nás stále, ale už jsme ve fázi „firma“. Máme několik interních zaměstnanců, vynaložili jsme obrovské investice a na českém trhu přesahujeme desetimilionové obraty.

Chystáte teď na podzim nějaké novinky?

Ano, už jsme vyvinuli a otestovali úžasnou kosmetiku. Jde o tři výjimečné řady, které uspokojí i pleť s konkrétními problémy. To, že je v každé řadě speciální produkt, který nemá na našem trhu obdoby, si nechám ještě jako překvapení.

ptala se Dana Halušková

Po prstenech také elegantní platební náramky

Digitální banka mBank potvrdila svou pozici lídra v platebních inovacích, krátce po úspěšném uvedení platebních prstenů přináší jako první v ČR i platební náramky. Ve spolupráci s partnery Mastercard a Niceboy propojuje výjimečný design s maximální praktičností.

Elegantní náramky jsou dostupné v sedmi variantách a dokonale doplní každý outfit. Svým nositelům umožní užívat si svobodu při placení, aniž by museli vytahovat peněženku nebo mobilní telefon. Hodí se tak například na společenské akce, do divadla, na koncert nebo večírek. „Platební prsteny vzbudily u našich klientů velký zájem, což dokládá více než 120 000 transakcí prstenem v Česku za první tři měsíce od uvedení na trh. V srpnu se tato novinka zařadila už

na třetí místo v pomyslném žebříčku oblíbenosti nositelných platebních zařízení (včetně chytrých hodinek). „S platebními náramky se chceme posunout ještě o úroveň výše a ukázat, že praktický platební nástroj může být zároveň luxusním doplňkem ideálním pro situace, kdy se nehodí mít u sebe telefon, peněženku nebo chytré hodinky,“ řekl Martin Podolák, zástupce generálního ředitele mBank ČR pro oblast produktového a segmentového managementu. Platební náramky Niceboy ONE Infinity by Furio-



sa jsou dostupné na e-shopu Niceboy v sedmi nadčasových barevných provedeních a ve velikostech XS až XL. Nikdy se nevybijí, jsou vodotěsné a v případě ztráty je lze snadno deaktivovat prostřednictvím aplikace v mobilním telefonu. Fungují s platebními kartami Mastercard vydanými u mBank. „Lidé chtějí platit jednoduše, pohodlně, a zejména tím, co mají přirozeně u sebe. Není tedy divu, že počet plateb mobilem, hodinkami a další nositelnou elektronikou se za poslední tři roky ztrojnásobil. Díky technologii tokenizace dnes umíme vytvářet digitální otisky platebních karet prakticky v jakémkoli zařízení a využívání tokenů navíc ještě více posiluje bezpečnost transakce tím, že v ní vůbec nefiguruje reálné číslo karty,“ doplnila Jana Lvová, generální ředitelka společnosti Mastercard pro Česko a Slovensko. (tz)

Česky čelí překážkám v kariérním postupu

Ženy jsou častěji nuceny měnit práci kvůli nevyhovujícím mzdám; v letošním roce očekávají menší zvyšování mezd. S vyšší frekvencí čelí překážkám v kariérním postupu a řidčeji pociťují, že jsou v organizaci spravedlivě oceněny. Také mají horší přístup k technologiím, což mj. vede k tomu, že méně často využívají při práci umělou inteligenci. Průzkum Randstad Employer Brand Research 2024 odhalil rozdíly mezi muži a ženami v pracovním prostředí v České republice.

Celkově ukazuje rozdíly mezi muži a ženami na trhu práce. Nejzásadnější odlišnosti se týkají mezd. V druhé polovině minulého roku totiž změnila zaměstnavatele pětina žen, v letošním roce to plánuje dalších 25 % zaměstnankyň. Více než polovina (52 %) z nich uvádí jako důvod fluktuace příliš nízké ohodnocení vzhledem k rostoucím životním nákladům, přičemž oproti předchozím letům je tento trend rostoucí. S tím souvisí fakt, že 41 % pracovníků nedostalo od zaměstnavatele žádnou, ani jednorázovou, kompenzaci inflace (oproti 28 % mužů). K tomu více než třetina (36 %) žen neočekává v následujícím období žádné navýšení, zatímco u mužů je to

pouhých 23 %. Jen 42 % žen nadto pociťuje, že jejich firma jim poskytuje za stejnou práci stejné finanční ohodnocení (oproti 48 % mužů). „Ženy v současnosti opouštějí firmy o něco častěji než muži. A výše mzdy je pouze jedním z důvodů, proč se k tomu uchylují. Průzkum REBR poukazuje i na další faktory, které by měli zaměstnavatelé brát v potaz, pokud nechtějí přicházet o talentované a zkušené zaměstnankyně,“ upozornil Martin Jánský, generální ředitel společnosti Randstad Česká republika. Dalším důvodem pro vyšší míru nespokojenosti a fluktuace je to, že ženy ve srovnání s muži vnímají nedostatek příležitosti a větší měrou čelí překážkám v kariérním postupu. Průzkum REBR ukazuje, že pouhá třetina (34 %) žen vnímá, že v jejich organizaci dostávají nejlepší příležitosti pracovníci, kteří si to nejvíce zaslouží (oproti 42 % mužů). Taktéž méně žen (35 %) než mužů (44 %) pociťuje spravedlivý přístup ze strany vyšších manažerů. Ženy také méně často vnímají, že jsou jejich jedinečné vlastnosti a dovednosti ve firmě ceněny (42 % žen oproti 48 % mužů). Pokud jde o využívání umělé inteligence při práci, 56 % žen uvádí, že AI nikdy nepoužily, zatímco u mužů je to 47 %. Pouze 4 % žen využívají AI každý den (o 2 % méně než muži). Tento rozdíl naznačuje, že zaměstnankyně mají horší přístup k technologiím a jsou

v jejich používání méně podporovány. „Firmy by měly investovat do vzdělávání a své zaměstnankyně v používání moderních technologií podporovat,“ doporučuje Martin Jánský. (tz)



foto Pixabay



Fejeton

Někde mezi narozeninami, Halloweenem a Vánocemi

Pro někoho je krizový začátek nového roku, pro mě je to začátek září, a to i 18 let po ukončení povinné školní docházky. V mém případě totiž nikdy nešlo o školu, respektive o práci. Na pravidelný režim spojený s povinnostmi jsem se po neproduktivním létě spíš těšila. Z podzimního ochlazení jsem už tak nadšená nebyla, ale největším problémem byly moje narozeniny, ze kterých mám „depku“ už od útlého věku a moc tomu nepřidaly ani další „slavnostní chvíle“, které následují v říjnu a prosinci. O jakých mluvím? K tomu se dostanu.

Nikdy mi nepřišlo, že je co slavit, vždyť to ani není moje zásluha! A kdyby přece jen bylo co, zase nebylo s kým, nebo nebylo kdy a kde. No, na plánování mě neužije a nejradši bych svoje narozeniny vynechala, ale paní učitelka, office manažerka nebo Facebook si to nikdy nenechají pro sebe, takže už nějakých 25 let všichni vědí, kdy je ten slavný den, a nadšeně mi gratulují. Ach, jak já vždycky záviděla těm, kdo mají narozeniny o prázdninách, nebo ještě lépe třeba o Vánocích či na Nový rok. Tím se ale dostáváme k tomu, co dalšího mě na začátku podzimu odjakživa štválo. Já se sotva vzpomínám na dovolené, kam jezdíme vět-

šinou na přelomu srpna a září. Ještě si chci užít poslední teplé dny a příjemně hřejivé sluneční paprsky. V podstatě teprve prožívám babí léto, ale ze všech koutů už na mě dýchá halloweenská, ne-li vánoční atmosféra a všichni se mě ptají, jestli mám dýně a dárky. Já jako chronický nestíhač nemám ani jedno a z dár-



foto Pixabay

ků začínám být nervózní nejdřív v polovině prosince, spíš třináctátého. Ještě mňe chápou ty dýně, co bych s nimi asi v pražském bytě bez balkónu dělala? Snad je-

dině polévku, protože ta je rozhodně lepší než rybí, kterou mi budou doma nutit už za pár týdnů. Na Instagram ji ale nedám, protože tam měla největší ohlas dýňovka z konzervy, stačilo napsat hashtag #homemade a asi deset lidí se mě ptalo na recept. Nějaký jsem tedy v rychlosti našla na internetu a všichni byli spokojeni.

Jinak mě Halloween celkem baví, pokud jde o duchařské historky a hororové příběhy, ale co bych rozhodně vynechala, jsou halloweenské párty. Na které mě všichni zvou hned potom, co se sami pozvali na moji neexistující oslavu narozenin. Tady sice nemusím být středem pozornosti, když si vezmu svůj oblíbený a už dost ohraný kostým mrtvé nevěsty, ale pořád je to forma nucené zábavy podobně jako narozeninová párty nebo nedejbože Silvestr. Ten má ale oproti předchozím událostem jednu velkou výhodu. Je ze všech poslední a po něm přichází alespoň krátké období klidu a pohody. Už se na něj těším! Ve skrytu duše věřím, že naberu tolik energie, abych příští podzim zvládla zase o něco lépe. A třeba vyzkouším i ten instagramový recept, na který mi doteď chodí pozitivní ohlasy.

Dana Halušková

Proč nekopírovat ostatní šéfy



V dnešním dynamickém a neustále se měnícím podnikatelském prostředí se sdílení zkušeností mezi šéfy firem stalo běžnou praxí. Mnoho vedoucích pracovníků hledá inspiraci v úspěších i neúspěších jiných, snaží se aplikovat ověřené postupy a vyvarovat se chyb, které již někdo jiný udělal. Ale i tato praxe má svá úskalí – ne vždy totiž vede k úspěchu.

Šéfové firem často čerpají inspiraci z příběhů a zkušeností svých kolegů. Tyto příklady mohou být velmi užitečné a poskytnout cenné poznatky. Je ale potřeba si uvědomit, že každý šéf a každá firma jsou jedineční. Situace, které fungovaly u jedné firmy, nemusí nutně přinést stejné výsledky jinde. Kontext, ve kterém se firma nachází, její kultura, hodnoty, strategie, ale i osobnost šéfa – to vše hraje klíčovou roli. Bezhlavé přejímání cizích zkušeností může vést ke ztrátě autenticity a k rozhodnutím, která nejsou v souladu s vlastní podnikatelskou cestou.

„Každý člověk je jiný a přitahuje jiné lidi. To platí i pro šéfy firem. Šef, který je charismatický a inspirativní pro jeden tým, nemusí mít stejný dopad na jiný tým s odlišnými hodnotami a potřebami. Šéfové by měli rozumět vlastním silným a slabým stránkám, aby mohli efektivně fungovat a vést své kolegy. Není ideální rovnou přebírat zkušenosti ostatních, je lepší najít si vlastní způsob, jak vybírat zaměstnance nebo jak vést či motivovat svůj tým,“ vysvětlila Irena Vrbová, zakladatelka konzultační společnosti Porto, která se zabývá vzděláváním a rozvojem majitelů a manažerů menších a středních firem.

Jedním z klíčových prvků úspěšného vedení je nalezení vlastní unikátnosti. Jak ale na to?

Sebereflexe: Šéfové by měli strávit čas tím, že si uvědomí své vlastní hodnoty, silné a slabé stránky a způsoby, jakými rádi pracují. To jim umožní lépe porozumět, co mohou nabídnout svému týmu a firmě.

Zpětná vazba: Dalším krokem je získání zpětné vazby od kolegů, podřízených a dalších zainteresovaných stran. Taková zpětná vazba může poskytnout cenné informace o tom, jak jsou vnímáni a kde jsou možnosti pro zlepšení.

Experimentování: Hledání vlastní unikátnosti může zahrnovat i experimentování s různými přístupy a strategiemi vedení. Co ale funguje pro jednoho, nemusí fungovat pro druhého. Důležité je poučit se.



Irena Vrbová



ilustrace Pixabay

Rozvoj: Úspěšní šéfové se neustále učí a rozvíjejí. Vzdělávání a práce na sobě jim umožňuje zůstat flexibilní v měnícím se prostředí.

„Předávání zkušeností mezi lidmi je přirozené. Ale bezhlavé přejímání rad není dobrou cestou. Co když zrovna vám to bude fungovat a vyhovovat? Potkávám šéfy, kterým někdo řekl, že mladí lidé jsou líní a ať je rozhodně nezaměstnávají. Další slyšeli, že maminky malých dětí se nebudou naplno věnovat svojí práci. Rovnou takové zaměstnance zavrhnou, aniž by jim dali šanci ukázat, co umí. Co když zrovna ta paní před důchodem, kterou nezvažujete pozvat na pohovor, bude tím nejlepším zaměstnancem z celého týmu? Mladí lidé zase ovládají moderní technologie a mají inovátorské myšlení. Nechybí vám ve firmě zrovna tento přístup? Sdílení zkušeností mezi šéfy firem je rozhodně důležitým nástrojem pro získávání inspirace. Je ale nezbytné přistupovat k těmto zkušenostem kriticky a s vědomím vlastních specifik,“ upřesnila Irena Vrbová. (tz)

INZERCE

Tátovi práce šlape, ale na kole to neušlape.

34%

MUŽŮ VE STŘEDNÍM VĚKU VŮBEC NESPORTUJE.

Již 30 minut pohybu denně snižuje riziko cukrovky i obezity. Šlápněte do pedálů už dnes. A pro jistotu si pořiďte naše nové Pojištění soběstačnosti FLEXI.



NOVÉ
POJIŠTĚNÍ
SOBĚSTAČNOSTI

www.koop.cz/pojisteni-sobestacnosti-flexi

flexi
pojištění soběstačnosti
od Kooperativy



Období ve znamení teplých barev

Podzim o sobě dal vědět. Nastal čas, kdy se dny zkracují, teploty klesají a příroda hraje všemi odstíny teplých barev. Je to ideální doba k přeměně svého domova na příjemnou oázu, kde můžete strávit dlouhé sychravé večery v pohodlí. Pokud přemýšlíte, jak si ho zútulnit, aby odrazil teplo a klid, tolik potřebné v těchto měsících, máme pro vás trošku inspirace. A pokud hledáte stylový a zároveň pohodlný nábytek, který tuto kouzelnou atmosféru ještě více podpoří, firma RIM nabízí přesně to, čím byste ji v místě, kam se den co den vracíte, mohli umocnit.

Síla podzimních odstínů a dekorací

Teplé barvy, jako je oranžová, hnědá, popřípadě béžová či zlatá, dokážou interiér proměnit v útulný a hřejivý prostor. Postačí pár doplňků v podobě polštářů v paletě barvicího se lesa nebo parku, deky na pohovce nebo třeba nová váza v barvách podzimu. Ideální je si v tomto období vyzdobit svůj domov sezónními dekoracemi. Sušené květiny, dýně, svíčky a vůně skořice vám navodí tu správnou vlnitou atmosféru.

Přírodní materiály jako ideální doplněk

Na podzim je dekor dřeva pro vaši domácnost více než příhodný. Navíc v současném světě, kde hledáme spojení s přírodou a snažíme se o udržitelný způsob života, zůstává touha lidí volit přírodní materiály velmi silná. Ty nejenže navozují pocit tepla a přívětivosti, ale také respektují životní prostředí. Dřevo, jakožto klasický favorit, si stále udržuje svou oblíbenost pro svou trvanlivost a přirozenost. „Drží si tak stále svou laťku popularity, avšak nově se do popředí dostávají také udržitelné plasty. Ať už jde o vy-

užívání recyklovaných materiálů koncovými uživateli, nebo průmyslovou recyklaci, přinášejí tyto alternativy nejen estetický požitek, ale nabízejí také moderní a šetrný přístup k zařizování prostředí,“ komentoval Michal Hotmar, marketingový specialista RIM CZ.

Správné osvětlení dokáže divy

Na podzim je ideální čas vyměnit ostré bílé světlo za teplejší. Světla s nastavitelnou intenzitou, svíčky a lampy s teplým žlutým světlem vytvoří pěkné prostředí, díky kterému vám bude i během chladných večerů dobře.

Pohodlí především s nábytkem

Nejdůležitější je, abyste se ve svém domově cítili co nejpohodlněji. To respektuje i výrobce nábytku RIM, který kombinuje estetiku s maximálním komfortem. Pohovky a křesla jsou vybavené kvalitním čalouněním a dokážou vytvořit pohodovou domácí pracovnu či útulné místo k relaxaci. Křesla jsou nejen líbivá, ale také zajišťují dokonalé pohodlí pro dlouhé podzimní večery. Vybrat si lze přesně ty kousky, které dobře hrají s barvami podzimu. „Snažíme se, aby naše výrobky byly originální, funkční a ergonomické. Pro RIM je od samého začátku prioritou vývoj a výroba vlastního produktu,“ uvedl Ing. Milan Nagy, předseda představenstva jmenované firmy, která úspěšně působí na našem trhu už 31 let.

Společnost RIM CZ byla založena v roce 1991 s cílem vytvářet židle, které si lidé zamilují. Ergonomické, funkční, s dlouhou životností a kvalitním designem. A už přes 30 let se jí to daří. Základem filozofie RIMu je dobrá ergonomie každého výrobku. Židle vyvíjí a vyrábí ve Zlínském kraji ve spolupráci se světovými designéry. Použití kvalitních materiálů, dokonalé zpracování, vlastní originální design, ale také ekologie a udržitelnost – to jsou už od počátku klíčové hodnoty firmy RIM. (tz)

