

## Trendy v naší logistice

Digitalizace v komerční logistice | strana 7 |

## O auditech

Certifikace systému | strana 7 |

## Pyramida potřeb spokojenosti v zaměstnání

základní pilíře našeho profesního života | strana 26 |



- 2 EMERGIE, jak ji neznáte
- 3 Úvodní slovo majitele společnosti
- 4 S jedním projektem se loučíme, s druhým vzápětí vítáme
- 5 Oznámení o letních odstavkách pro rok 2024
- 6 Jak se daří divizi služeb
- 7 Trendy v naší logistice
- 10 Pracovní a životní jubilea
- 11 Představujeme vám nové kolegy
- 12 Pozor na podvodné telefonáty a falešné SMS zprávy
- 13 Kariéra
- 14 Rozhovor s HR ředitelkou Dagmarou Schwarzerovou
- 16 wflow aneb zbavujeme se nadbytečné administrativy
- 17 O auditech
- 19 Zelená firma
- 21 Pro zdravou imunitu
- 23 Za zábavou
- 24 MDŽ
- 26 Pyramida potřeb spokojenosti v zaměstnání
- 29 Na první pohled neviditelný handicap
- 31 Jak dobře znáte naše provozy?
- 33 Desatero sladění života
- 36 Akce, které jsou před námi
- 38 Luštíme
- 39 Humor na závěr

## EMERGIE, jak ji neznáte

První číslo letošního roku, které právě držíte v ruce, vychází nejen v novém formátu, ale především v nové grafické podobě. Ve spolupráci s novou tiskárnou jsme připravili koncept, který klade důraz na lepší přehlednost rubrik, lehčí čitelnost textu i jednodušší a přehlednější orientaci v časopise jako takovém. I nadále se budeme snažit o maximální možnou čtivost našeho časopisu.

Dá se říci, že rok 2024 bude pro Emergii takový, který bychom mohli označit za stabilní. Časopis dostal určitou tvář, a dosáhl určité obsahové a formální úrovně a těší se slušné přízni čtenářů, pokud tak mohou soudit z ohlasů. Tedy co je či bude nového? Hodláme zůstat u některých rubrik, které se již osvědčily jako je divize výroby, služeb a komerční logistiky, rozhovory s nově nastupivšími zaměstnanci, ale i zaměstnanci, kterým jejich všední život komplikuje nějaký handicap. Budeme vás informovat o dění v naší společnosti a přinášet vám ohlédnutí za firemními akcemi a seznamovat vás s akcemi, které pro vás na nadcházející období připravujeme. Postupně vám detailně představíme všechny naše provozy. V závěru časopisu pak najdete luštění i humor.

Doufáme, že si časopis v novém moderním kabátu oblíbíte a shledáte jej nepostradatelným jako zdroj informací, které vás zajímají.

Za oddělení back office, které pro vás nový formát časopisu připravovalo, vám přejeme příjemné čtení.



Vydavatel: EMERGE, a.s.  
Bezděčín 130  
293 01 Mladá Boleslav – Bezděčín  
Kontakt redakce:  
redakce@emerge.cz



Drahé kolegyně, drazí kolegové,

**S příchodem jara se otevírá nová kapitola nejen pro naši společnost, ale také pro každého z nás osobně. Jaro je obdobím proměn a nových začátků, kdy se příroda probouzí k životu a přináší s sebou svěží energii. Podobně jako příroda, i my můžeme v tomto období najít inspiraci k osobnímu růstu a pozitivním změnám.**



Jaro je také časem, kdy si můžeme uvědomit důležitost vztahů mezi lidmi. Společnost, která si váží a podporuje své zaměstnance, je společností, která prosperuje. Proto chci využít této příležitosti k tomu, abych vám všem vyjádřil upřímné díky za váš příspěvek k našemu společnému úspěchu a za vaše vynikající vztahy v pracovním prostředí.

Nový rok je příležitostí k posílení našich vztahů a k tomu, abychom společně budovali ještě lepší pracovní prostředí. Věřím, že naše společná snaha a spolupráce nás dovedou k novým úspěchům.

Přeji vám všem krásné jarní období plné inspirace a nových příležitostí. Ať vám i vašim blízkým jaro přinese radost a štěstí.

S přátelskými pozdravy,

**Filip Takáč**  
Majitel společnosti



# S jedním projektem se loučíme, s druhým vzápětí vítáme



Brzy nás čeká rozloučení se s modelem Škoda Superb III, který byl od roku 2015 vyráběn v provozu na Výsluní v Bakově nad Jizerou. V EMERGE, a.s. jsme pro tento model vyráběli přední i zadní podélník včetně krytů kol. Celkem jsme za dobu trvání tohoto projektu vyrobili téměř milion kusů. S ukončením modelu Škoda Superb III souvisí i ukončení činnosti provozu na Výsluní. Přes naše snahy se nám nepodařilo najít další využití tohoto provozu, a proto plánujeme, že tyto prostory po ukončení projektu Škoda Superb III opustíme. Oficiální ukončení činnosti provozu na Výsluní je plánováno na přelom měsíce dubna a května 2024. Rádi bychom však všechny zaměstnance ujistili, že se v této souvislosti nemusí bát o svou práci. Těšíme se, až je přivítáme v některém z dalších našich provozů, ať už v druhém z našich provozů v Bakově nad Jizerou na Tyršově nebo v Bezděčíně.

Počátek letošního roku znamenal pro výrobu rozjezd nových linek projektu SK-49 v Bezděčíně. Přípravu nových výrobních linek zajišťovala naše sesterská společnost FT Automation s.r.o. V současné době jsou výrobní linky pod plným dohledem a odpovědností týmu pracovníků společnosti EMERGE, a.s., kdy nás čeká postupné navyšování výrobních kapacit. Všichni věříme, že se novým modelům Superb a Passat bude dařit a prodeje překonají naše očekávání.

# Oznámení o letních odstávkách pro rok 2024

“

Léto se pomalu blíží a s ním i doba plánování letních dovolených. Rádi bychom vás proto informovali o plánovaných letních odstávkách našich největších zákazníků. Společnost Škoda Auto s.r.o. plánuje letní odstávku v termínu od 8. – 19. července 2024. Společnost Volkswagen Slovakia, a.s. v termínu od 15. do 26. července 2024. Abychom dodrželi naše závazky a splnili požadavky našich největších zákazníků, budeme muset plánovat dovolené individuálně po domluvě s nadřízenými s ohledem na skutečnost, že oba zákazníci plánují letní odstávky v různých termínech. Děkujeme.

”





# Jak se daří divizi služeb

První čtvrtletí letošního roku je téměř za námi, jak se daří divizi služeb v Náchodě a Trutnově nahlédneme prostřednictvím vedoucích výrobních služeb Moniky Dyntarové a Romana Gábrta.

„V průběhu ledna 2024 došlo v Náchodě ve výrobě vodních pump k rozšíření pracovišť z 6 na 8. Důvodem bylo avizované navýšení výroby u sestav BC a AT, a to o 30% původních odvolávek. I letos proběhlo na pracovišti LEGO zhodnocení spolupráce za uplynulý rok 2023, kde jsme se v hodnocení dostali na nejvyšší příčku, za což vděčíme mistrům, kvalitářům a všem operátorům výroby, kteří se podíleli na výrobě zakázek pro celý svět. Pro následující období probíhají další poptávková řízení se zákazníkem společností Škoda Auto a.s., což by pro provoz v Náchodě znamenalo další nárůst výroby na dalších 7 let. V rámci rozšíření našeho výrobního portfolia jednáme o možné spolupráci se společností vyrábějící zdravotnická zařízení. Tato spolupráce by nám přinesla rozšíření dalších profesních zkušeností“ hodnotí první část letošního roku Monika Dyntarová.

„V Trutnově aktuálně probíhá intenzivní příprava nového projektu nazvaného Opera. Jedná se o projekt pro zákazníka společnost Siemens, s.r.o., pro kterého budeme vyrábět

výrobky nízkonapěťové techniky. Tento projekt zajistí práci bezmála 60 operátorům a dalším členům podpůrného týmu. Nyní už pomalu končí přípravná fáze a v dubnu 2024 nás již čeká zahájení ostré výroby. Projekt je rozdělen do čtyř časových období, ve kterých budeme každý rok dodávat požadované množství výrobků, a to výhledově po dobu 5 let. Kromě stavebních úprav jsme museli připravit síť pro informační technologie, ale i zákresy, jak bude celý výrobní proces umístěn do prostoru našeho provozu. V rámci první fáze tohoto projektu musíme mít také splněny i certifikační požadavky UL, což jsou ve zkratce požadavky týkající se bezpečnosti výrobku. Další požadavek, který jsme v rámci certifikace museli zajistit, bylo zabezpečení vstupů a vnitřních prostor. Nový projekt bude pro tým trutnovského závodu velkou výzvou nejen z důvodu, že se jedná o zcela nový projekt, ale i z důvodu logistické náročnosti s ohledem na omezené prostory, kterými trutnovský závod disponuje. Rád bych poděkoval všem kolegům, kteří jsou do projektu zainteresovaní. Věřím, že tuto výzvu společně úspěšně zvládneme“ popisuje nový projekt Roman Gábrt.



# Trendy v naší logistice

## Trendy v naší logistice

Komerční logistika hraje klíčovou roli v globálním obchodě a podnikání. S rychlým rozvojem technologií a rostoucími očekáváními zákazníků se logistické strategie stávají stále složitějšími a náročnějšími. Je kladen stále větší důraz na rychlost, flexibilitu i péči o zákazníka. Společně s vedoucím provozu skladů v Plazech Milanem Bezem se podíváme na některé moderní trendy, které formují komerční logistiku v našich provozech a přispívají k efektivitě, inovacím a udržitelnosti.

## Digitalizace v komerční logistice

Digitální transformace ovlivňuje každý aspekt komerční logistiky. Od automatizace skladových činností po využívání internetu věcí (IoT) ke sledování a optimalizaci dodavatelského řetězce, digitalizace přináší efektivitu a transparentnost. Digitální transformace umožňuje implementaci automatizovaných systémů ve skladování, jako jsou autonomní roboti a systémy automatizovaného skladování. Tyto technologie zlepšují rychlost a přesnost při manipulaci se zbožím, minimalizují chyby a snižují náklady na pracovní sílu. Jedním z příkladů je regálový systém s regálovými zakladači.

V současnosti v našich skladech využíváme regálový systém s regálovými zakladači od společnosti Linde Material Handling ČR s.r.o. a uvidíme, jak se nás automatizace dotkne v budoucnu. IoT senzory a zařízení umožňují sledo-



vání zásob, vozidel a dalších aktiv v reálném čase. Tímto způsobem mohou společnosti získávat data o pohybu zboží a stavu skladů či vozidel. Tato data pak mohou být analyzována a využita k optimalizaci trasy, minimalizaci zpoždění a maximalizaci efektivity dodavatelského řetězce. My využíváme systém SAP, který propojuje celou síť našeho zákazníka společnosti Škoda Auto a.s. a Volkswagen Slovakia, a.s., kdy můžeme sledovat pohyb vozidel mezi naším zákazníkem a společností Škoda Parts Center. Analytika dat hraje klíčovou roli v digitální transformaci komerční logistiky. Společnostem umožňuje sledovat a analyzovat výkonnost dodavatelského řetězce, identifikovat trendy v poptávce a předpovídat budoucí potřeby. Tímto způsobem mohou společnosti lépe plánovat zásoby, optimalizovat trasy a reagovat na měnící se tržní podmínky. Digitální transformace v komerční logistice přináší efektivitu a transparentnost prostřednictvím automatizace, využití dat a moderních technologií. Společnosti, které jsou schopny využít tyto technologie a implementovat digitální strategie, mají konkurenční výhodu a jsou lépe připraveny reagovat na dynamické podmínky trhu.

Doprava je také podrobena digitální transformaci pomocí inteligentních trasovacích systémů a autonomních vozidel. Autonomní vozidla se samy pohybují skladem a s pomocí kamer rozpoznávají, odebírají a vychystávají výrobky. Inteligentní trasovací systémy sledují polohu vozidel v reálném čase a optimalizuje trasy. Naše společnost a naši zákazníci se stále více spoléhají na softwarová rozhraní, která propojují jejich systémy informačních technologií a umožňují





tak efektivní výměnu informací. Tato rozhraní poskytují transparentnost v celém dodavatelském řetězci a umožňují optimalizovanou distribuci zboží. S pomocí digitálního sledování lze v reálném čase monitorovat stav skladových zásob, sledovat pohyb zboží a rychle reagovat na změny poptávky.

## Udržitelná logistika

Naše společnost si uvědomuje význam svých logistických operací pro životní prostředí a začíná implementovat udržitelné praktiky do svých provozů. Jedním z příkladů je minimalizace odpadů a efektivní nakládání s odpady ve skladovacích a distribučních prostorech. Společnost investuje do recyklace a znovupoužití materiálů a balení, což nejen snižuje množství odpadu, ale také pomáhá šetřit přírodní zdroje a snižovat negativní dopad na životní prostředí.

Snížení emisí je dalším důležitým cílem udržitelné logistiky. Společnosti implementují technologie a strategie, které umožňují snížení emisí CO<sub>2</sub> a dalších skleníkových plynů ve svých logistických operacích. To může zahrnovat optimalizaci tras, sdílení dopravních prostředků či použití energeticky efektivnějších vozidel a zařízení.

Celkově lze říci, že společnosti, které dbají na svou uhlíkovou stopu a implementují udržitelné praktiky do svých logistických operací, nejen přispívají k ochraně životního prostředí, ale také posilují svou konkurenceschopnost a budoucnost svého podnikání v době rostoucího důrazu na udržitelnost.

## Just-in-time

Tato metoda uskutečňuje materiálový tok tak, aby požadovaný materiál byl k dispozici až ve chvíli, kdy je ho potřeba a mohl být ihned spotřebován a nemusel být zbytečně uskladňován. Naše společnost využívá Just-in-time metodu, aby optimalizovala své logistické procesy a snížila náklady na skladování. Je zde potřeba přesného plánování, flexibility a malé dodávky ve velké frekvenci. Just-in-time vyžaduje absolutní přesnost a nepočítá se zmetkovou výrobou, proto je zde zapotřebí kvalifikovaných zaměstnanců.



Každý vadný kus, vadná dodávka narušuje celou výrobu a vznikají zde vysoké finanční ztráty. Proto náš zákazník společnost Škoda Auto a.s. pečlivě analyzuje poptávku po svých výrobcích a vytváří detailní plány zásoby. Na základě těchto plánů jsou s dodavateli domluveny dodávky materiálů a komponentů tak, aby byly k dispozici právě včas pro náš sklad. Dodavatelé dodávají materiály v malých dodávkách, které jsou přesně načasovány podle potřeb skladu. Tím se minimalizuje potřeba skladování a riziko ztráty hodnoty zásob. Skladování musí být prováděno s maximální přesností, aby se minimalizovalo riziko poškození a ztráty na čase a materiálu. Kvalifikovaní zaměstnanci jsou klíčem k tomu, aby byl proces úspěšný. Díky just-in-time se společnost vyhýbá nadměrnému skladování zásob. To znamená, že výrobci nemusí investovat do velkých skladovacích zařízení a mohou mít menší výrobní prostor, což snižuje náklady. Celkově lze říci, že implementace just-in-time metodiky přináší společnosti mnoho výhod, včetně snížení skladovacích nákladů, zvýšení efektivity skladovacího procesu a vytvoření silných partnerských vztahů s dodavateli. Nicméně, je důležité si uvědomit, že just-in-time vyžaduje pečlivé plánování a koordinaci a neúspěch jednoho článku v řetězci může mít vliv na celý proces.

## Komplexní řízení dodavatelského řetězce

V dnešním propojeném světě je řízení dodavatelského řetězce klíčové pro úspěch. Společnosti se snaží vytvořit co nejefektivnější dodavatelské řetězce, které mohou rychle reagovat na měnící se tržní podmínky a poptávku. Naše společnost, která se specializuje na skladování a distribuci náhradních dílů z celého světa, se zaměřuje na komplexní řízení dodavatelského řetězce, aby zůstala konkurenceschopná v rychle se měnícím obchodním prostředí.

## Transparentnost a sledování zásob

Naše společnost využívá sofistikované softwarové systémy pro sledování zásob po celém dodavatelském řetězci. Díky těmto systémům máme přesný přehled o stavu zásob u jednotlivých dodavatelů, ve výrobních závodech i ve skladovacích prostorech.

## Spolupráce s dodavateli

Naše společnost udržuje silné partnerské vztahy se svými dodavateli. To zahrnuje pravidelnou komunikaci, sdílení informací o poptávce a možných změnách výrobního plánu, a společné řešení případných problémů nebo výzev v dodavatelském řetězci.

## Rizikový management

Společnost aktivně identifikuje a řeší rizika spojená s dodavatelským řetězcem, jako jsou změny ve skladovacích kapacitách dodavatelů, politické nebo ekonomické nestability v zemích dodavatelů či přírodní katastrofy, které by mohly ovlivnit dodávky náhradních dílů.



## Flexibilita a reaktivita

Díky efektivnímu řízení dodavatelského řetězce je společnost schopna rychle reagovat na změny na trhu a poptávku zákazníků.

## Kontrola kvality

Společnost provádí pravidelné kontroly kvality skladování a jeho procesu, aby zajistila, že splňují nejvyšší standardy. To zahrnuje spolupráci se certifikovanými dodavateli a audity jejich výrobních zařízení.

## Kontinuální optimalizace

Společnost neustále hledá možnosti pro optimalizaci svého dodavatelského řetězce. To může zahrnovat zkoumání nových dodavatelských zdrojů, implementaci inovativních technologií nebo zlepšení procesů logistiky a distribuce. Tento příklad ukazuje, jak důkladné a komplexní řízení dodavatelského řetězce může pomoci společnosti dosáhnout konkurenční výhody a úspěšně reagovat na dynamické podmínky trhu. Zároveň ukazuje důležitost spolupráce, transparentnosti a inovace v celém dodavatelském řetězci.

Komerční logistika je v neustálém vývoji a adaptaci na nové technologie a změny v obchodním prostředí. Společnost, která dokáže využít moderní trendy a implementovat inovativní logistické strategie, má šanci nejen zvýšit efektivitu svých činností, ale také se přizpůsobit a prosperovat v rychle se měnícím podnikatelském světě.





# Pracovní a životní jubilea



Drahé kolegyně, drazí kolegové,

rád bych tuto cestu využil a při příležitosti dosažení Vašeho významného pracovního nebo životního jubilea Vám poděkoval za Vaši práci a popřál Vám další spokojená léta v naší společnosti.

Děkuji, že jste s námi.

Filip Takáč  
Majitel společnosti



## 5 let

Zuzana Beranová  
Roman Gábrt  
Denisa Chromá  
Michal Kohoušek  
Jitka Lhotová  
Alena Mrozeková  
Karel Pešek  
Jana Štěpánková

## 10 let

Veronika Balcarová  
Ladislav Bílý  
Marie Čápková  
Tomáš Jirout  
Štefan Ōszi  
Jiří Šídlo

## 15 let

Karel Kosina

## 30 let

Bára Hájková  
Lenka Borčická  
Kateřina Demuthová  
Lucie Hadáčková  
Nikola Halounová  
Lukáš Kavan  
Markéta Kyselová  
Lukáš Macko  
Hana Voňková

## 40 let

Monika Antalová  
Kateřina Bernardová  
Marie Čápková  
Michaela Kočová  
Karel Kosina  
Taťána Nazarová  
Alois Skuhravý  
Jitka Součková

## 50 let

Daniela Riňaková  
Ladislav Bílý  
Libuše Lánová  
Jitka Lhotová

## 60 let

Alena Baroňová  
Yvona Černá  
Ivana Hanušová  
Ivana Jedličková  
Vladimír Korček  
Věra Navrátilová  
Jarmila Petrová  
Lenka Středová  
Evžen Tatay

## 70 let

Alena Řežábová

# Představujeme vám nové kolegy



Na tomto místě bychom vás rádi seznámili s novými tvářemi, které se staly posilami týmu naší společnosti v období od prosince 2023 do února 2024. Podařilo se nám obsadit klíčové manažerské pozice, posílit tým výroby, logistiky i údržby a přijmout nové zaměstnance do kanceláří.



Dagmara Schwarzerová	HR ředitelka
Aleš Balcar	Měřicí technik
Jiří Bašta	Údržbář - zámečník
Miloslav Cerman	Operátor výroby
Hana Flanderková	Team leader
Mariya Fushchych	Operátor skladu
Jiří Grát	Operátor výroby
Jana Hanzíková	Operátor výroby
Martin Hejna	Operátor výroby
Petr Houdek	Operátor výroby
Milan Jaroš	Údržbář
Miroslav Kotyza	Operátor výroby
Lukáš Kubín	Řidič VZV
Magdalena Lisková	Technik kontroly
Jakub Mixa	Řidič VZV
Michaela Mráčková	Expedient

Vít Ouředník	Finanční analytik
Jindřiška Pažoutová	Metalograf
Lenka Pešková	Operátor výroby
Radka Řežáčová	Operátor výroby
Serhii Melnyk	Technik kontroly
Jana Singerová	Operátor výroby
Eliška Smolinková	Obsluha VZV
Nikolas Suchánek	Team leader
Alexander Szitai	Team leader
Jaroslav Šolc	Operátor výroby
Monika Tomková	Team leader
Jiří Vacátko	Koordinátor kvality





# Pozor

## na podvodné telefonáty a falešné SMS zprávy

Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) upozorňuje na podvodné telefonáty, které vyzývají k návštěvě podvodných webových stránek. Telefonáty odkazují na následně zaslano falešnou SMS zprávu, která vyzývá k návštěvě údajných webových stránek ČSSZ. Podvodníci kombinují techniky vishing a smishing. Vishing je podvodný telefonní hovor s „živým“ člověkem, který chce vzbudit důvěru, že je tím, kdo vám pomůže. Podvodníci se vydávají za pracovníka ČSSZ a snaží se získat vaše osobní údaje. Smishing je forma útoku, kdy je na telefonní číslo zaslána falešná SMS zpráva, obsahující odkaz na podvodné webové stránky. Podvodné webové stránky vypadají jako oficiální web ČSSZ. Ve skutečnosti se jedná o podvod se záměrem vylákat z lidí citlivé údaje o bankovních účtech (přihlašovací ID, heslo, mobilní klíč, ...) nebo o bankovních kartách (celé číslo karty, datum platnosti, kód CVC, kód 3D Secure, ...). V obou případech se jedná o způsob, jak získat citlivé osobní údaje včetně údajů o bankovních účtech. Oficiální komunikace ČSSZ nikdy neprobíhá prostřednictvím SMS zprávy s odkazy či telefonních hovorů. V případě, že obdržíte obdrží podezřelý telefonát nebo SMS zprávu, měli byste se jim vyhnout a odkazy neotevírat. Lidé by měli pečlivě ověřovat pravost webových stránek a nikdy nevyplňovat své údaje, pokud si nejsou zcela jisti původem stránky.

Jediné oficiální stránky ČSSZ jsou [www.cssz.cz](http://www.cssz.cz) a [eportal.cssz.cz](http://eportal.cssz.cz). ČSSZ opatřila své webové stránky novou digitální pečeti od DigiCertu. Pomocí této pečeti se můžete hned přesvědčit, jestli jste na skutečných stránkách ČSSZ, nebo ne. Pečeť je na webové stránce umístěna v jejich dolní části vpravo dole. Po kliknutí na pečeť se zobrazí identifikační údaje ČSSZ a vy snadno zjistíte všechny informace o majiteli webu. Když na něj kliknete myší, rozbalí se vám celý ověřující certifikát. Pokud by se podařilo útočníkovi získat kód pečeti, tak na odlišné (podvodné) doméně nebude fungovat.



### Jak útok podvodníků probíhá?

Nejprve vám někdo zavolá a vydává se za pracovníka ČSSZ. Následně vám přijde SMS zpráva, ve které po jejím otevření uvidíte odkaz na webovou stránku, která je však falešná. Podvodné stránky se tváří jako oficiální web ČSSZ a snaží se vás přimět, abyste vyplnili své osobní údaje. Ve skutečnosti se nejedná o oficiální web ČSSZ, ale o podvod, který z vás má vylákat citlivé údaje o bankovních účtech, případně údaje z vašich platebních karet.

**Na podobné telefonáty a zprávy nereagujte a odkazy tohoto typu ani neotvírejte. V případě, že jste již zadali své bankovní údaje, kontaktujte neprodleně svou banku. ČSSZ tyto formy SMS nikdy nerozesílá, ani ne sděluje informace tohoto typu telefonicky.**



# Kariéra

## Stále nabíráme.

Zajímá vás, koho hledáme? Navštivte naši webovou stránku [emerge-kariera.cz](http://emerge-kariera.cz), kde najdete všechny aktuálně volné pracovní pozice a nabídky napříč našimi provozy.

Máme volné pozice ve směnném režimu, ale také pro ty, kteří preferují práci v kanceláři.

V případě, že nenajdete vhodnou pozici, i tak nám o sobě dejte vědět.

Kontakt:

Veronika Marková

Mobil: +420 771 274 657

E-mail: [veronika.markova@emerge.cz](mailto:veronika.markova@emerge.cz)

Těšíme se na vás.





# Rozhovor s Dagmarou Schwarzerovou HR ředitelkou

V posledních měsících jsme zaznamenali výrazné změny v personálním osazení napříč celou společností. Jedna taková změna se dotýká i HR oddělení, jehož výraznou posilou se stala Dagmara Schwarzerová, která převzala vedení tohoto oddělení v prosinci 2023. Má více než 16 let zkušeností v oblasti lidských zdrojů, nábory, vedení lidí a nastavování týmů. Říká se, že i jeden člověk může rozhybat změnu. Věříme, že se věci pod vedením nové HR ředitelky začnou v naší společnosti viditelněji měnit k lepšímu. V tom by ji mohla být nápomocna i její slovenská natura. Pojdme si Dagmaru představit, nahlédnout do jejího pracovního i soukromého života a seznámit se s plány, které se na svém oddělení chystá zrealizovat.

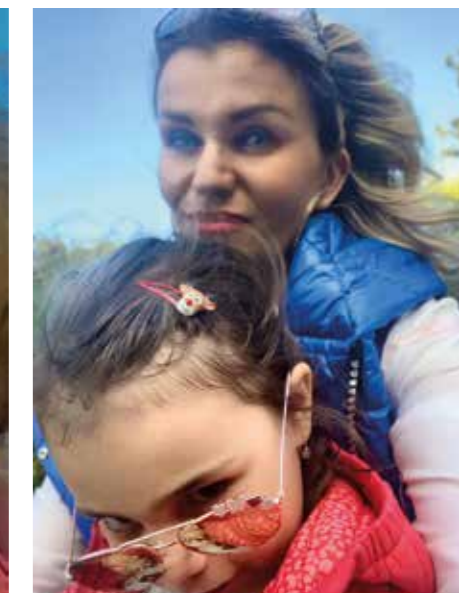


**Víme, že pocházíte ze Slovenska. Jak jste se ocitla v Čechách a jaké pro Vás přestěhování do Čech bylo?**

*Dlouho jsme přestěhováni do Čech s manželem zvažovali. Můj manžel pochází z Česka. Po zvážení všech pro a proti jsme se v létě 2023 definitivně rozhodli do Česka přestěhovat. Tento krok pro mě byl obrovskou výzvou, protože jsem silně rodinný typ a všechny členy rodiny, ale i přátele potřebuji mít denně ve své blízkosti. Naštěstí jsme všechno zvládli, zejména pohodový přechod na český školní systém pro 8letou dcerku, která se velmi rychle adaptovala a našla si nové kamarády.*

**Co jste vystudovala a jak se vyvíjel Váš profesní život?**

*Vystudovala jsem Masmediální komunikaci a reklamu v Nitře na Slovensku. Později už jako manažer HR jsem absolvovala studium na Nottingham Trent University (MB - Master of Business Administration). Po dostudování vysoké školy jsem nastoupila do německé společnosti, která se zabývala bezpečnostním tiskem, výrobou SIM karet, personalizací bankomatových a ID karet. Začínala jsem jako pracovník komunikačního oddělení a podpora HR oddělení. Později jako technik BOZP, specialista na vzdělávání, .... Vlastně jsem si v rámci HR oddělení prošla všemi možnými pozicemi, které na HR oddělení existují, až jsem nakonec dané oddělení celé řídila. Poté, co společnost*



*na slovenském trhu skončila, jsem po krátkém oddechu nastoupila do automotive společnosti, která vyráběla interiéry pro prémiové značky vozů jako je BMW, Porsche a další značky.*

**Kdybyste se mohla popsat třemi slovy, která by Vás charakterizovala. Jaká by to byla?**

*Pro ženu vyjádřit cokoli třemi slovy je přímo nepředstavitelné zadání. Lidé mě často označují za vtipnou... mnohokrát i tehdy, když to nemyslím jako vtip, nebo když jsem rozložená. Asi v daném momentě působím komicky, a to z toho důvodu, že opravdu výjimečně mě něco dokáže rozčítit. V osobních záležitostech jsem největší prokrastinovač... velmi dlouho vše zvažuji, přehodnocuji, stokrát se ujišťuji a úspěšně tím nervuji všechny kolem, včetně sebe. Považuji se za osobu, která velmi intenzivně vnímá spravedlnost, férový přístup a snahu zajistit ji těm, kteří ji potřebují.*

**Jak jste zatím ve svém novém působišti spokojená a jaké jsou Vaše první dojmy? Co máte na své práci nejraději?**

*V první řadě jsem spokojená s lidmi, které mám kolem sebe. To mi dává pocit jistoty a chut' popasovat se s problémy, kterým denně čelíme a snažit se pracovat na vybudování silné společnosti, kde lidé budou rádi pracovat. Na mé práci mě baví především práce s lidmi, kdy o ně mohu pečovat, podporovat je a zároveň vést, motivovat k dosažení společných cílů prostřednictvím jejich zaangażování se do chodu společnosti.*

**Jaké jsou Vaše plány a cíle ve společnosti EMERGE, a.s. a FT Automation s.r.o. pro nadcházející období. Na co se hodláte zaměřit?**

*Největší prioritou v rámci krátkodobých cílů je „překopání“ tarifního systému napříč celou společností, nastavení systému hodnocení a motivace zaměstnanců. Neméně důležitým plánem je zavedení atraktivních benefitů nejen pro naše aktuální zaměstnance, ale i pro nové zaměstnance, které chceme oslovit na trhu práce. Mým největším dlouhodobým cílem je vytvořit silné a profesionální HR oddě-*

*lení, které bude v plné míře podporovat ostatní oddělení a prezentovat celou společnost i směrem ven.*

**Víme, že jste dlouhodobě podporovatelkou psích útulků. Co Vás k tomu přivedlo?**

*Od mala jsem byla vedená k péči o zvířata. Přímo k podpoře - to byla náhoda. Cestou z práce jsem autem zastavila u mladých dívek, které naháněly malého, od bláta zašpiněného pejska po hlavní cestě. Snažila jsem se jim pomoci, neúspěšně. Po tom mě přemluvily, že mi zajistí kotec a já bych se mohla o pejska starat. Jelikož jsem bydlela blízko, šla jsem do toho naplno... po pár týdnech spolupráce jsem měla dvůr i dům plný psů, někteří zůstali dočasně a někteří navždy.*

**V čem Vaše podpora spočívá?**

*Časem se spolupráce samozřejmě vyvíjela a logicky i měnila... Zatímco jsem byla svobodná a bezdětná, a tím pádem časově naprosto flexibilní jsem podporou útulku trávil hodiny denně - venčením, krmením, převozem na kliniku, odchyty. Ráda jsem takto trávil svůj volný čas a podporovala je samozřejmě i finančně. Přestěhování ze Slovenska se má podpora zúžila na finanční a materiální pomoc.*

**Doma máte nemalý počet psů a koček? Kolik jich přesně je a jak je náročné se o ně starat? Je někdo, kdo Vám s péčí o ně pomáhá?**

*Oba máme s manželem rádi zvířata, máme jich opravdu víc než dost. Pejsci jsou už starší a se třemi jsme se už museli rozloučit. Ale stále máme šest psů a jedenáct koček, z toho jednu slepou. Často jezdíme na Slovensko a tehdy nám pomáhají ostatní členové rodiny. Jinak se jim snažíme věnovat všichni tři co nejvíc...*

**Máte nějaké životní krédo?**

*Nedělej jiným to, co nechceš, aby dělali oni tobě. Jednoduché, milionkrát ořepané, zlaté pravidlo. A přece by stačilo, aby byl svět dokonalý.*





# wflow

## aneb zbavujeme se nadbytečné administrativy

Jedním z nejhodnotnějších aktiv, které vlastní společnost, jsou informace. Pokud jsou informace vzájemně propojené, je naše práce efektivnější a management je schopen rychleji reagovat na vyvstálé výzvy.

Zavedení jednoho informačního ekosystému pro všechny procesy včetně účetnictví je logickým krokem při řešení komplexní agendy, v níž je třeba udržet pořádek a přehled, a zároveň se vyvarovat hrozícím chybám. Neméně důležitým hlediskem je také efektivita práce – automatizace rutinních úkonů zrychluje jednotlivé operace a usnadňuje práci. Jeden takový software byl zaveden také v naší společnosti. Blíže nás s ním seznámí finanční analytik Andrej Černý, který se podílel na jeho vývoji i zavedení.

### Z jakého důvodu jsme přešli na nový systém?

Pro schvalování a distribuci objednávek a faktur jsme doposud používali tři vzájemně nepropojené systémy. Administrativní náročnost vyřízení požadavku od založení žadatelem po zaúčtování účetním oddělením byla neúměrně vysoká a neodpovídala požadavkům 21. století. Kvůli chybějícímu propojení objednávek a faktur museli někteří uživatelé schvalovat až několik desítek požadavků denně, což schvalovací proces velmi protahovalo. Tento proces vyžadoval změnu.

### Jaký software byl zvolen?

Začali jsme spolupracovat se společností wflow.com Czech Republic s.r.o. jako s rychle se rozvíjícím start-upem, který nabízí stejnojmenný software, který umožňuje automatické vytěžování faktur pomocí umělé inteligence. Společně jsme spolu dovyvinuli objednávkový modul tak, aby zůstaly obě agendy – objednávky i faktury propojené v jednom systému.

### Jaké výhody nový software přináší?

Hlavní výhodou nového softwaru je propojení na náš současný ERP systém (Helios), který naše společnost používá ke správě každodenních, především finančních a výrobních činností. Nikdo již nemusí data ručně přetukávat ze systému do systému. Manažeři jistě ocení, že budou mnohdy

*schvalovat požadavek pouze jednou, ředitelé zase nebudou muset schvalovat požadavky za pár stovek korun. Celkově si od této změny slibujeme zrychlení celého procesu objednávání zboží a služeb a následného zaúčtování dokladů a transparentnější pohyby dokladů v naší společnosti.*

### Jak probíhala implementace nového softwaru do společnosti a bude prostřednictvím wflow řízena ještě nějaká další agenda?

*První týdny po implementaci jsme se věnovali hlavně podpoře uživatelům, abychom zajistili hladký přechod na nový software a neohrozili dodání zboží a služeb. Do wflow budeme postupně zavádět několik dalších agend jako je evidence škodních událostí, dodavatelských reklamací a schvalování smluv. Začátkem měsíce března bychom chtěli publikovat první Power BI reporty z dat z wflow. V dubnu představíme mobilní aplikaci, která kromě schvalování požadavků umí také naskenovat účtenky a rovnou poslat na schválení.*

### Jak dlouho trvala příprava systému a kdo se na ni podílel?

*V červenci 2023 jsme začali se společností wflow.com Czech Republic s.r.o. spolupracovat na vývoji objednávkového modulu, intenzivně jsem celý software wflow začali testovat a nastavovat zhruba od října minulého roku. Vývoj a nastavování jednotlivých procesů probíhal ve spolupráci s kolegy L. Karlové, P. Zámečnickové, K. Daňkové z finančního oddělení, M. Kresáňové z oddělení nákupu a V. Dittricha z oddělení informačních technologií.*



# O auditech

Audit je širokým pojmem a důležitou pomůckou pro management jakékoli společnosti. Auditů je celá řada, každý zaměřený na svou problematiku. S pojmem audit jsme se na pracoviště již setkali v jisté míře všichni z nás, ale kdo z nás si pod pojmem audit dokáže představit konkrétní postupy, kterými se audity v naší společnosti vyznačují? Audit přezkoumává informace, data a činnosti s cílem ověřit jejich spolehlivost a platnost. Musí být prováděn kvalifikovanou a nezávislou osobou – auditorem. Výsledkem každého auditu je auditorská zpráva. Auditor je buď interní nebo externí, dle povahy a druhu auditu. Interní audit provádí interní auditor, který patří do organizační struktury organizace. Nesmí však auditovat výsledky své vlastní práce. Externí audit provádí externí subjekt jako externí auditor nebo auditorská společnost či zákazník. Na rozdíl od externího auditu slouží interní audit zejména pro manažery společnosti jako součást řízení a vnitřní kontroly či optimalizace. Také je povinným prvkem v rámci udržení certifikace a plnění požadavků zákazníků. Audity se provádí buď ročně nebo průběžně.

## Audit systému managementu

Audit systému managementu prověřuje, jak je ve společnosti zabezpečeno plnění závazných požadavků. V našem případě to jsou normy, dle kterých je naše společnost certifikována včetně dalších specifických požadavků zákazníků. To znamená, jak jsou činnosti v naší společnosti popsány a jak jsou vnitřní předpisy dodržovány. Audit musí být takzvaně procesně orientován – to znamená, že musí být prověřeny veškeré procesy, které si naše společnost stanovila. Může to být proces výroby, logistiky, nákupu, proces vývoje, vedení společnosti a další.

## Certifikace systému managementu

Systém managementu kvality dle IATF 16949 (automobilový průmysl)

- Systém managementu kvality dle ISO 9001 (veškerá ostatní produkce mimo automobilový průmysl)
- Systém managementu ochrany životního prostředí dle ISO 14001
- Systém managementu hospodaření s energiemi dle ISO 50001
- Systém managementu informační bezpečnosti dle TISAX

Audity systému managementu nemají přesně definované auditní otázky, probíhají formou dotazování a prověřování dokumentace či jednotlivých procesů. Účelem tohoto typu auditu je posouzení shody s požadavky norem a specifických požadavků zákazníků – je prověřována míra shody. Výsledkem auditu je výčet zjištění auditora. Zjištění mohou být pozitivní či negativní. Negativní zjištění mohou být majoritní či minoritní. Majoritní neshoda s požadavkem normy nebo zákazníka je závažným nedostatkem = zjištění, že některý z požadavků vůbec není plněn. Takové zjištění je důvodem k pozastavení platnosti certifikátu (v případě IATF 16949 to znamená přerušování možnosti dodávek výrobků do automobilového průmyslu). Minoritní neshoda s požadavkem normy znamená jednotlivé pochybení, případně pouze částečné plnění požadavků. Tyto neshody jsou odstraněny v definovaném termínu a nemají vliv na platnost certifikace systému managementu.

V rámci certifikace je certifikační audit vždy součástí certifikačního procesu, který je koncipován jako trvalý. Ten zahrnuje audit celého systému a monitorování systému, které zahrnuje období nejméně tří let.

## Audit procesu

Audit procesu je zaměřen na určité procesy a mívá přesně stanovený katalog otázek, u kterých se hodnotí míra plnění požadavků. Audit procesu je oproti auditu systému managementu zaměřen detailněji na výrobní procesy a zkoumá, jak jsou ošetřena rizika ve výrobních procesech. Jeho účelem je zjištění kvalitativní způsobilosti procesů. Audity procesu jsou hodnoceny bodově, ke každé auditní otázce je nutno přidělit body – 0,4, 6, 8, 10 bodů (0 bodů = požadavek nesplněn, 10 bodů = požadavek zcela splněn). Výsledek je vyčíslen v procentech a doplněn hodnocením v podobě písmene.

100 – 90%	A – způsobilý proces
89 – 80%	B – podmínečně způsobilý proces
79 – 0%	C – nezpůsobilý proces

## Audit produktu

Audit produktu je zaměřen na konkrétní výrobky. Probíhá tak, že z expedičního balení se odebere 5 vzorků a je zkoumána míra shody výrobků s definovanými požadavky na výrobek. Přezkoumávají se rozměry, povrchové úpravy, správnost balení, správnost značení. V případě nedostatků je posouzena míra závažnosti zjištěných závad.



## Hlavní vada A – závada vede zaručeně k reklamám zákazníka

- Bezpečnostní riziko, porušení zákona, nepojízdné vozidlo
- Neprodejný výrobek
- Extrémní závady na povrchu

## Hlavní vada B – lze očekávat nespokojenosti zákazníka – případně reklamace

- Očekávané selhání, snížená použitelnost

## Vedlejší vada C – lze očekávat reklamace od náročných zákazníků

- Odchylka, která neovlivňuje použití nebo provoz
- Použitelnost není snížena

## Audit vedení D/TLD dokumentace

Audit zaměřený na ukládání dokumentace, provádění zkoušek relevantních pro každý bezpečnostní parametr. Probíhá tak, že se ověřuje dostupnost záznamů prováděných zkoušek, znalosti personálu a další relevantní požadavky. Hodnocení je formou odpovědi ANO / NE. Jedenkrát „NE“ znamená nesplnění požadavku, a tedy nutnost informovat zákazníka! Tento typ auditu se provádí pouze v provozech, které mají definované takzvané bez-

pečnostní parametry (interně značeny „D“ / případně „A“, nebo „TLD“). Bezpečnostní parametr výrobku může být například rozměr či jiná veličina. V našem případě to je nejčastěji pevnost svárů. Tento parametr má přímý vliv na bezpečnost posádky vozidla – tedy i na nás všechny, kteří ve vozidlech jezdíme. Pokud není dodržován předepsaný postup výroby a stalo by se, že bezpečnostní parametr nebude dodržen. V takovém případě je trestně právní odpovědnost nikoli na výrobcu, ale na jednotlivci - konkrétním zaměstnanci.

První čtvrtletí ještě nemáme sice ani za sebou, ale auditů máme úspěšně za sebou hned několik a další jsou před námi. První z auditů letošního roku se konal v provozech komerční logistiky ve dnech 2. – 5. ledna 2024 a byl zaměřen na systém managementu kvality dle ISO 9001. S výsledkem tohoto auditu jsme velmi spokojeni a díky patří každému z vás, kteří se na přípravě i samotném průběhu auditu podíleli.

Ve dnech 25. ledna až 7. února 2024 proběhl interní audit systému managementu kvality dle IATF 16949, který pro nás byl interní přípravou na velký certifikační audit IATF 16949, který proběhl ve dnech 21. – 23. února 2024. Při uzavěrci tohoto čísla ještě nebyly známy výsledky tohoto auditu. V dalším čísle časopisu vás však budeme v pár řádcích o výsledku auditu informovat.

Naši kolegové z oddělení kvality mají opravdu napilno. Od ledna do května mají ve svých harmonogramech i několik auditů v rámci jednoho měsíce. Přejeme jim, aby každý z plánovaných auditů úspěšně dopadl.

# Zelená firma



**K přívlastku „zelená firma“ se v České republice hlásí čím dál více společností. Projekt Zelená firma vznikl v roce 2008 a jeho iniciátorem je společnost REMA Systém a.s., která zajišťuje organizaci sběru, třídění, recyklaci a nakládání s elektroodpadem v celé České republice. Elektroodpad představuje problematiku a potenciálně nebezpečnou kategorii odpadu a je tak důležité umožnit legálně a zdarma odevzdat elektroodpad k ekologické recyklaci.**

Hlavním cílem projektu je zabránit, aby elektroodpad končil na skládkách komunálního odpadu tím, že daný subjekt poskytne svým zaměstnancům, návštěvníkům a zákazníkům možnost zbavit se svých vysloužilých elektrospotřebičů prostřednictvím sběrného boxu. Toto opatření výrazně přispívá k ochraně životního prostředí a eliminaci negativního dopadu lidských činností pomocí efektivního zabezpečení zpětného odběru a efektivní recyklace odpadů elektrických a elektronických zařízení. Ta obsahují mnohé nebezpečné látky, jako je například rtuť, olovo, kadmium či bromované zpomalovače hoření, ale také velké množství recyklovatelných a znovu využitelných materiálů.

Naše společnost se do projektu „Zelená firma“ zapojila koncem roku 2023 a získala certifikát Zelená firma, čímž se zařadila mezi subjekty, jimž není lhostejné životní prostředí a uvědomují si svoji zodpovědnost v tomto ohledu. Zapojením se do projektu „Zelená firma“ naše společnost dokazuje ekologické myšlení, a to jak směrem k zaměstnancům, tak i směrem k veřejnosti. Jedná se o náš dlouhodobý cíl – snižovat zatížení životního prostředí. Zároveň nabízíme zaměstnancům benefit v podobě možnosti recyklace drobného „domácího elektroodpadu“. Vysloužilé elektrospotřebiče z domácností a baterie mohou zaměstnanci jednoduše odkládat do sběrného boxu.





## Co je vlastně elektroodpad?

Elektroodpadem se stávají vysloužilé elektrospotřebiče. Mezi elektrospotřebiče řadíme všechna zařízení, která fungují na elektrický proud nebo baterie.

## Proč třídit elektroodpad?

Elektrospotřebiče obsahují mnohé nebezpečné látky, jako je rtuť, olovo, kadmium, bromované zpomalovače hoření a další, ale také velké množství recyklovatelných a využitelných materiálů jako je například železo, ocel, hliník, měď a také mnoho druhů vzácných kovů a jiné hodnotné součásti, které lze znovu využít. Proto je důležité všechny elektrospotřebiče důkladně třídit a následně recyklovat.

## Co mám udělat, když chci třídit elektroodpad?

Právě proto, abyste mohli snadno a pohodlně třídit svůj elektroodpad a baterie, vstoupila naše společnost do projektu Zelená firma. Prozatím máme sběrný box na elektroodpad v provozu MB4 v Bezděčíně. V jednotlivých provozech byla vytvořena sběrná místa s tím, že v rámci pravidelných obchůzek si elektroodpad k odstranění odváží zástupce oddělení HSE, který je umístuje na centrální sběrné místo. V případě provozu Bezděčín odkládejte



elektrospotřebič přímo do sběrného boxu umístěného pod schody na recepci v budově MB4. Kromě elektrospotřebičů v naší společnosti třídíme i tonery. Princip třídění tonerů je stejný jako u elektrospotřebičů.

## Co se stane s elektrospotřebiči, které odevzdáte na recyklaci?

Elektrospotřebiče, které odevzdáte do sběrného boxu, odveze společnost REMA Systém a.s. na zpracování do specializovaných zpracovatelských společností. Všechny elektrospotřebiče jsou následně pečlivě rozebrány na recyklační lince. Velká pozornost je věnována oddělení nebezpečných složek, které vyžadují speciální nakládání. Dále se od sebe oddělení druhotné suroviny a ostatní složky, které se využívají k výrobě energie.



# Pro zdravou imunitu

Prvním měsícem v roce je leden, kdy je zima v plném proudu a s ní je spojen zvýšený výskyt rýmy, kaše, nachlazení a chřipky. Prevence je právě v tomto období potřeba více než kdykoliv jindy, a proto jsme se při plánování další z našich firemních akcí zaměřili na téma posílení zdraví a imunity. Pro všechny naše zaměstnance jsme připravili vitamínové balíčky, kterých jsme rozdali celkem 800.

Věříme, že tento počín pomohl lépe ochránit zdraví našich zaměstnanců.

Na zdraví našich zaměstnanců nám záleží.







# Dva volňásky do kina

V únoru jsme pozvali filmové fanoušky do kina. Hned po zveřejnění této akce bylo jasné, že tato akce vzbudila v našich zaměstnancích velký zájem, za což jsme moc rádi. Každý ze zaměstnanců mohl využít zdarma dvou vstupenek na jakýkoliv film. Zajít budete moci do některého kina ze sítě multikin Cinestar nebo kina Vesmír, které se nacházejí v místech našich provozů Náchodě a Trutnově. Celkem jsme rozdali bezmála 400 vstupenek.

**Přejeme vám příjemnou zábavu a doufáme, že si kino užijete.**





# MDŽ

“

Mezinárodní den žen, který je v České republice známý především pod zkratkou MDŽ, připadá na 8. března a po celém světě ho lidé oslavují jako Mezinárodní den žen. Není to jen den, kdy se milující manželé, partneři i otcové vrátí domů z práce s kyticí květů. Je to také den, během kterého se ženy ještě více snaží o rovnoprávnost a spravedlivé podmínky. A slaví se různě. My jsme ho oslavili sladkou a květinovou pozorností.

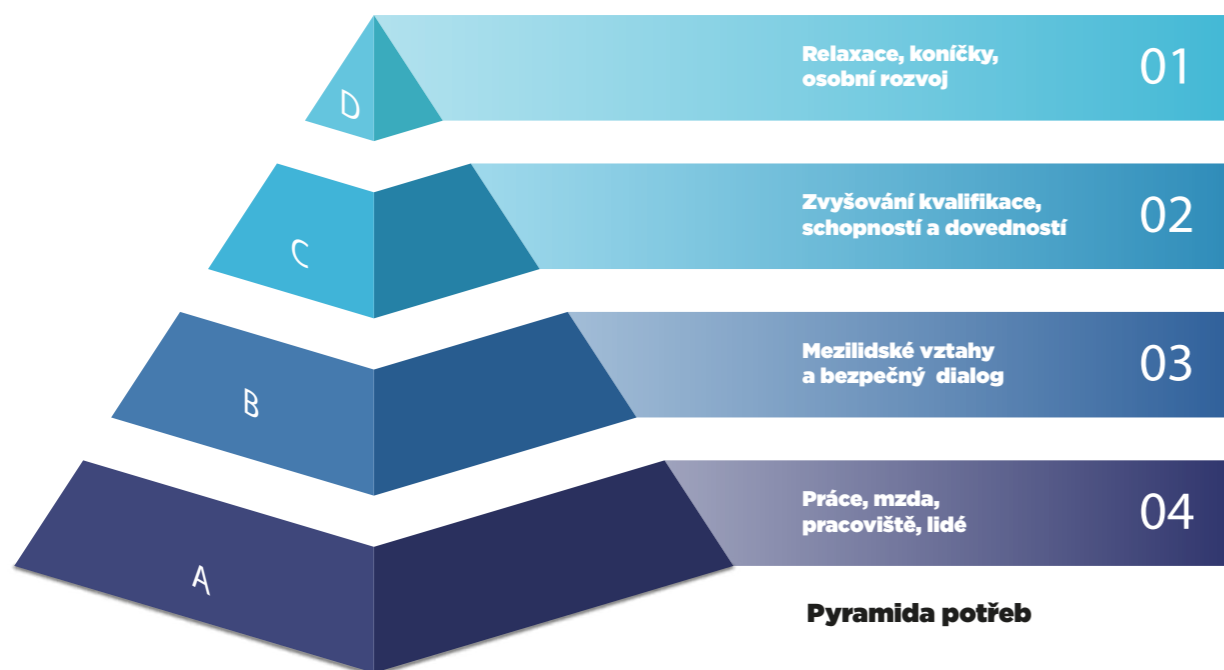
”





# Pyramida potřeb spokojenosti v zaměstnání

Společně se podíváme na základní pilíře našeho profesního života, proto pyramida potřeb. Témata jsme sestavili tak, aby odpovídala reálnému prostředí, které nás v zaměstnání obklopuje. Příklady vycházejí ze života, kde se s nimi setkáváme. Můžeme potvrdit, že naplnění potřeb má zásadní význam pro budování zdravé a silné společnosti, její kultury a podílí se na spokojenosti zaměstnanců.



## PRÁCE a její význam

Říká se, že bez práce nejsou koláče, ale pro každého z nás má jiný význam i přínos.

### • Peníze na živobytí

Pro většinu z nás je hlavním zdrojem příjmů, díky kterým si můžeme dovolit jídlo, bydlení, oblečení a další životní potřeby.

### • Sociální kontakty

Práce je místo, kde se setkáváme, vytváříme přátelství a atmosféru.

### • Spokojenost

Když můžeme říct, že nás práce baví nebo, že jsme v ní spokojeni či nás jiným způsobem naplňuje.

Jaká by dobrá práce měla být?

### • Bezpečná

Pracovní podmínky by měly být bezpečné a neohrožovat zdraví ani pohodu pracujících.

### • Spravedlivě ohodnocená

Práce by měla být adekvátně odměněna, s ohledem na vynaložené úsilí a dovednosti.

### • Důstojná a etická

Práce by měla být prováděna s respektem k právním a důstojnosti ostatních.

## Příklad 1

To jsem rád, že jsme zase v práci, zaznívalo v jednom z provozů, když lidi zůstávali po poklesu zakázek několik týdnů doma. Zaměstnanci cítili nejistotu, rostla nespokojenost, šířily se polopravdy a nejistota. To vše může vést ke zhoršení vztahů na pracovištích. Na druhou stranu zdravotně postižení se díky práci mohou cítit více součástí celku, může to pro ně být zdroj každodenní náplně či motivace. Už proto, že práci hůře hledají.

## Příklad 2

S prací jsem spokojená, baví mě a naplňuje, ale ráda bych, aby byla spravedlivě hodnocená v porovnání s ostatními v mé profesi.

## Příklad 3

V práci jsem spokojená, co mi vadí a nejen mě je to, že mi je občas ze strany některých kolegů vyčítáno, že pobírám invalidní důchod. Není mi co závidět, ty peníze bych klidně vyměnila za zdraví.

## MZDA jako motivace

Finanční odměna, kterou zaměstnavatel poskytuje zaměstnanci za jeho práci a přínos pro společnost. Mzda je jedním z klíčových faktorů motivace zaměstnanců, ale ne jediným, na to nezapomínejme.

Kdy je tedy možné hovořit o tom, že je výše naší mzdy dostatečná?

### • Když pokrývá základní potřeby

*Mzda je dostatečná, pokud umožňuje zaměstnanci pokrývat všechny základní životní náklady bez finančního stresu.*

### • Když umožňuje spořit

*Zaměstnanec by měl být schopen nejen žít z měsíce na měsíc, ale taky by si měl být schopen spořit na budoucnost nebo na neočekávané výdaje.*

### • Když je srovnatelná s trhem

*Mzda je považována za dostatečnou, pokud je srovnatelná s tím, co je běžné pro podobné pozice ve stejném odvětví a místě, ve kterém pracuje.*

## Příklad 1

Když dostanu příplatek za přesčas, nebo odměnu za práci navíc, budu se cítit více motivovaný, půjdu příště pracovat raději, když to společnost bude potřebovat. Něco uspořím, mohu si dopřát i lepší dovolenou se svojí rodinou. Nemám důvod ze společnosti odejít.

## Příklad 2

Jsem zdravotně handicapovaný zaměstnanec - nevidomý a sluchově postižený a díky mzdě si mohu snadněji pořídit to, co potřebuji do života, abych mohl lépe fungovat. Díky tomu se více cítím být součástí dnešní společnosti. Svého zaměstnavatele budu chválit za to, že mě dobře platí a usnadňuje mi život. Tím stoupne i kredit zaměstnavatele na veřejnosti, protože se tím budu rád chlubit, jak je mi dobře tam, kde pracuji.

## Příklad 3

Z jedné provozovny, kdybych si mohla vydělat ve společnosti víc, nežila bych tak nadoraz, vycházím tak tak. Zaplatím nájem a něco málo mi zbude na úspory nebo dovolenou. Jsem ráda za příspěvky na stravu a další benefity, které ve společnosti máme. Pomůže mi to přežít, ale spokojená nejsem.

## PRACOVIŠTĚ jako prostor pro výkon práce

Pracoviště je prostor přidělený jednomu či více zaměstnancům v pracovním procesu pro plnění pracovních úkolů. Pracoviště by mělo splňovat určité základní požadavky, aby bylo funkční, bezpečné a podporovalo produktivitu a pohodu zaměstnanců. V práci trávíme značnou část svého života, a proto by pracoviště mělo mít:

- ergonomické vybavení,
- bezpečné prostředí,
- zdravé pracovní prostředí,
- klidové zóny a zóny pro odpočinek,
- komunikační a technologické vybavení.

Je nezbytné, aby pracoviště odpovídalo zásadám stanovených zákonem, ale klíčové jsou „**bezpečné podmínky**“ pro výkon práce.

## Příklad 1

Hluk v jídelně pocházející z chladicí jednotky automatu na chlazená jídla není zrovna příjemný a moc si při něm nepopovídáme, neodpočineme si a hlavně nás ruší.

## Příklad 2

V zasedací místnosti je velký počet osob. Díky tomu dochází po nějaké době ke snížení kyslíku v místnosti a následně k únavě a snížené pozornosti všech přítomných.

## Příklad 3

Podobný problém, ale jiné místo. Díky nedostatku čerstvého vzduchu vznikl problém s větráním, který skončil pracovní neschopností, zklamáním a narušenou psychikou.



**LIDÉ jako srdce společnosti**

A konečně, lidé jsou největší hodnotou každé společnosti. Jsou to kolegové, se kterými denně sdílíme pracovní povinnosti, problémy i úspěchy. Přátelské a podporující pracovní prostředí pomáhá vytvářet tým, ve kterém si lidé navzájem důvěřují, spolupracují mezi sebou a pomáhají si. To vede k lepšímu výkonu, inovacím a celkovému růstu společnosti.

Investice do rozvoje dovedností zaměstnanců a do aktivit, které podporují týmového ducha a dobré pracovní vztahy jsou klíčové pro udržení lidí jako pilířů společnosti, což vyjadřují zejména tyto zásady:

- zvláštní zákonná ochrana postavení zaměstnance,
- uspokojivé a bezpečné podmínky pro výkon práce,
- spravedlivé odměňování zaměstnance,
- řádný výkon práce zaměstnance v souladu s oprávněnými zájmy zaměstnavatele,
- rovné zacházení se zaměstnanci a zákaz jejich diskriminace.

Když nefungují mezilidské vztahy – dochází k poklesu motivace, radosti z vykonávané práce, snížení výkonu.

**Příklad 10**

Nefunguje dobře komunikace s nadřízeným, dochází k demotivaci a nespokojenosti. Je-li takový problém dlouhodobý, vede k úplné ztrátě motivace a nezájmu končící i skončením pracovního poměru.

**Příklad 11**

Promiň, ale ty dnes zrovna nevoníš. Když vám tohle někdo řekne, určitě vás to nepotěší. Dobré hygienické návyky jsou důležité, a to nejen při soužití na pracovišti. Je důležité kolegu kvůli tomu neodstrkovat, ale pomoci mu jeho problém vyřešit, můžeme ho například taktně upozornit.

**Snahou zaměstnavatele i zaměstnance je vzájemná spokojenost. Spokojenost je dobrým předpokladem proto, aby mohla být práce odváděna kvalitně. Proto patří spokojenost právem mezi jednu z hodnot firemní kultury naší společnosti.**

Příště vám přiblížíme důležitost dobře fungujících mezilidských vztahů a také jak chápat bezpečný dialog.

Tomáš Vašina/ Ombudsman

Ladislav Kubeček/ Asistent ombudsmana

# Na první pohled neviditelný handicap

**Dita Jaklová**

- Operátorka výroby v provozu Náchod
- v týmu společnosti EMERGE, a.s. od 2.8.2007
- dlouhodobě žije v Červeném Kostelci
- čokoláda je její oblíbenou pochoutkou
- má ráda přítomnost lidí s dobrým srdcem
- od mala má ráda zvířata – hlavně psi, její nejoblíbenější plemeno je Boxer a Buldok

Když vidíme osobu na invalidním vozíku, s naslouchátkem nebo bílou holí, domyslíme si, že je za tím zdravotní postižení. Ale co neviditelná postižení, která lidem ztěžují každodenní život? Neviditelná postižení pokrývají celé spektrum skrytých handicapů a zdravotních nebo mentálních potíží, které nejsou na první pohled zřejmé. Některá neviditelná postižení se určitým způsobem projevují už od raného dětství, ale velká část z nich se objeví až později v průběhu života. Může to být chronický únavový

syndrom, roztroušená skleróza a další. Proto rozhodně nemůžeme spoléhat na to, že jednou se tento problém nebude týkat i nás, nebo našich blízkých. V závislosti od konkrétní diagnózy, věku i kondice člověka se jeho zdravotní stav může stabilizovat, zlepšovat, ale i zhoršovat. I když jsme někoho znali jako silného a vitálního člověka, jeho zdravotní stav se může kdykoliv bez viditelné příčiny změnit. Neviditelné handicapity mohou negativně ovlivňovat studijní výsledky, pracovní uplatnění, narušovat kariéru i vztahy člověka. K nejčastějším symptomům neviditelných handicapů patří chronické bolesti, zhoršený spánek, narušené soustředění, poruchy paměti, zhoršené smyslové vnímání nebo zpracování smyslových podnětů, poruchy trávení nebo imunity. Některá neviditelná postižení mohou mít aspoň částečně psychosomatickou příčinu. Rozhodně to neznamená, že takové onemocnění je vymyšlené, a že si ho člověk vytvořil ve své hlavě. Příznaky takového onemocnění jsou stejně reálné, jako jakákoliv jiná nemoc nebo handicap. Léčba v takových případech může být dokonce komplikovanější, protože vyžaduje komplexní přístup a často pomůže až kombinace různých strategií – léky, změna životosprávy a psychoterapie. Psychoterapie může být přínosná pro všechny s neviditelným handicapem – vypořádat se s potížemi způsobenými jejich zhoršeným zdravotním nebo psychickým stavem. V tomto příspěvku si představíme Ditu Jaklovou, která chce dělat spoustu věcí, ale je uvězněná v těle člověka, kterému chronická nemoc brání žít život, jaký by chtěla.

**Dito, povíte nám něco o Vašem onemocnění?**

*Mé zdravotní problémy se začaly objevovat postupně a z počátku dost nenápadně. Ve věku 24 let mi bylo diagnostikováno psychosomatické onemocnění. Už o rok dříve jsem začala mít větší potíže se zvládnutím své práce, později i běžného každodenního fungování.*

**Jakým způsobem Vám bylo toto onemocnění diagnostikováno?**

*Nejdříve jsem navštívila ambulanci odborného lékaře a poté byla hospitalizována v nemocnici, kde byla upřesněna má diagnóza, nastavena a vyzkoušena medikace. Tehdy jsem byla v pracovní neschopnosti tři měsíce, poté se vrátila do práce, jenže to neznamenalo, že jsem zcela v pořádku. Ještě čtyři roky poté trvalo než jsem se začala*



*trochu více vzpamatovávat a dokázala zase normálně fungovat v běžném životě.*

### Jakými nejčastějšími potížemi trpíte a jakým způsobem u Vás probíhá léčba?

*V současnosti u mě převládá hlavně chronická únava, často také bolest těla a hlavy. Kromě práce po příchodu domů nezvládnou téměř nic dalšího. Špatně se soustředuji. Nejsem schopna si třeba ani něco přečíst. Odpočinek a spánek mi sice pomáhá, ale svěže se po něm rozhodně necítím, i když spím 8 – 10 hodin denně. Trvale beru léky a léčba probíhá ambulantně, kdy docházím do zařízení, kde mi je léčba poskytována. Nejhorší pro mě je vědět, že už s tímto onemocněním musím žít napořád.*

### Jakým způsobem Vás toto onemocnění omezuje ve Vašem soukromém životě?

*Omezení v soukromém životě spočívá hlavně v nemožnosti trávit čas aktivně, třeba sportem. Musela jsem si najít jiné záliby. Mám ráda kulturu, procházky, luštění křížovek, výlety spojené s návštěvou památek. Někdy si říkám, jak by asi můj život vypadal, kdybych byla zdravá. Určitě by byl jiný...aktivnější, více sportu, více mezi lidmi a spousta dalších věcí.*

### Dito, nejste vdaná a nemáte děti. Je to ovlivněno i Vaším onemocněním?

*Když bych řekla že ne, tak bych lhala. Byla období, kdy mě hodně trápilo, že nemám manžela a děti. Postupem času jsem se naučila netrápit se tím, co nemohu mít nebo na co nemám síly, ale radovat se z toho, co zvládnou vlastními silami. Dnes jsem s tím už smířená.*

### Dito, jak se změnil Váš pohled na život jako takový? Co je pro Vás životní motivací a proč?

*Samozřejmě, že takové onemocnění člověka hodně ovlivní. To ostatně slyším od mnoha nemocných a různě handicapovaných lidí. Jedná se o to, že takový člověk má zcela jiné priority, řeší zcela jiné problémy než zdravý člověk a hlavně se umí radovat i z opravdových maličkostí. Ale*

*také mi mé onemocnění přineslo do života nějaká ta přátelství, v mnohém i obohatilo. Mou motivací v životě jsou mi nejbližší, ale i všichni lidé, kteří bojují s mnohem závažnějšími problémy, protože někdy přijdou chvíle, kdy mě každodenní nedostatek energie trápí hodně a v tu chvíli si vzpomenu na to, že nejsem sama a že jsou na tom lidé mnohem hůře.*

*Dito, děkujeme za rozhovor a přejeeme Vám hodně sil do dalších let.*



# Jak dobře znáte naše provozy?

Společnost EMERGE, a.s. má v České republice více než jednu desítku provozů. Kolik z nás zná tyto provozy natolik, že o nich ví víc než jen to, ve kterém městě se nacházejí? Můžeme si rovnou odpovědět, že takových nás bude málo.

Smyslem této rubriky je vás blíže seznámit s každým z našich provozů. Dozvíte se základní informace, čemu se v daném provozu věnují, kolik výrobků vyrobí. Mimo jiné vás seznámíme blíže se zaměstnanci, kteří jsou za daný provoz zodpovědní. Díky této rubrice budete mít o všech našich provozech přehled.



První z třinácti provozů, který si představíme bude provoz Carbody. Tento provoz je umístěn v Bezděčíně v Mladé Boleslavi a je jediný v České republice. Jeho název vychází z názvu společnosti Carbody Czech Republic s.r.o., pro kterou vyrábíme, montujeme a kompletujeme výrobky pro automotive průmysl a v jejíž prostorech je tento provoz umístěn.

V Evropě má tato společnost přibližně 500 zaměstnanců, v Bezděčíně jich je celkem 80. Jsou zde kompletovány pryžové, pěnové a plastové výrobky. Spolupráce se společností Carbody Czech Republic s.r.o. byla započata již v roce 2012. Zprvu se jednalo o projekt klapky do klimatizačních vozů. Hlavním odběratelem byla v té době dnešní Toyota Motor Manufacturing Czech Republic s.r.o. v Kolíně s ročním objemem výroby přibližně 480 000 kusů.



Poté následovala výroba pro slovenskou společnost Jaguar Land Rover, s.r.o. v Nitře, pro kterou vyrábíme těsnění do dveří modelů značky Jaguar. Za rok 2023 jsme pro tuto společnost vyrobili celkem 2 666 262 kusů. Stejně jako pro Jaguar vyrábíme výrobky pro koncern Stellantis, který vznikl v roce 2021 fúzí francouzské společnosti Groupe PSA s italsko-americkou společností Fiat Chrysler Automobiles. Pro Stellantis vyrábíme menší těsnící výrobky. Za rok 2023 jsme pro koncern Stellantis vyrobili 637 838 kusů.

V Carbody činil roční obrát v minulém roce 4 695 572 Kč. Tým Carbody má pod vedením Lenky Mourkové celkem 19 členů. Provozu dozoruje ředitel služeb Zdeněk Jinoch.







**Zdeněk Jinoch / Ředitel služeb**

Zdeněk se připojil do týmu již v roce 2009, a to v době ještě tehdejší společnosti Amulet chráněné dílny s.r.o., kdy nastoupil na pozici vedoucího střediska. V roce 2019 se posunul na pracovní pozici výrobního manažera. O rok později přijal výzvu a stal se ředitelem divize služeb. Do jeho správy spadala a stále spadá provoz v Liberci, Náchodě a Trutnově. Mnozí již o něm ví, že je členem dobrovolných hasičů. Jeho rodina mu je vším. Jeho oblíbený sport je cyklistika, které se velmi rád věnuje už proto, že bydlí nedaleko Českého ráje, který je jako stvořený pro cyklisty.



**Lenka Mourková / Mistr výroby**

Lenka se připojila do týmu společnosti EMERGE, a.s. v listopadu 2015, kdy nastoupila jako koordinátor výroby do provozu Carbody. Má ráda pracovní výzvy a první z nich přišla hned o rok později, když v roce 2016 začala zastávat pozici mistra výroby. Jak sama říká, má kolem sebe skvělý tým kolegů, kteří drží při sobě a vzájemně si pomáhají. Možná, že právě toto je jeden z důvodů, že je Lenka na pozici mistra výroby dodnes. Mezi její záliby patří cestování, cvičení a jízda na kole. O tom, že má ráda zvířata svědčí to, že má doma hned tři zvířecí mazlíčky - dva kočičí a jednoho psího.

# Desatero sladění života

Rovnoměrně rozložit svůj denní příděl energie, motivace, času a vůle na pracovní aktivity a volný čas může být pro mnohé z nás celkem oříšek. O to náročnější je v to době, kdy lidé pracují z domu a díky notebooku či mobilu mají nonstop přístup k pracovním záležitostem. Mohou tak pracovat téměř odkudkoliv a místo klasických 8 hodin jich tráví nad prací klidně 12. Dopředu je tak například může hnát vlastní workoholismus, vidina kariérního růstu, vydělaných peněz nebo náročný šéf, který vyžaduje výsledky a celkově větší množství odvedené práce. Přes všechny ty přesčas, probdělé noci a neustálé přemýšlení nad prací jste možná zapoměli rozvíjet i váš osobní život. Ten si totiž taky zaslouží péči a pozornost. Kvůli nadměrnému pracovnímu vytížení můžete dokonce ztratit kamarády či partnera a také pocítit negativní důsledky nadměrné pracovní zátěže na vlastním zdraví. Proto je důležité dbát o svůj work-life balanc, tedy vyvážený pracovní a osobní život. Když si jej nastavíte správně, budete nakonec spokojenější ve všech ohledech.

Work-life balance může znamenat pro každého z nás něco jiného. Jednoduše řečeno, work-life balanc je subjektivní pocit spokojenosti v pracovním i osobním životě. Pro někoho to může znamenat, že skvěle zvládá veškeré pracovní povinnosti a zároveň má dostatek času na všechny koníčky, rodinu a přátele. Jinému zase stačí, že si po práci stihne zaspportovat, kvalitně se najíst a vyspat. Jiný je rád, že má konečně volné víkendy, protože je pak o dost produktivnější během pracovního týdne. Work-life balanc si můžeme představit jako chůzi na tenkém provazu. Na jedné straně je práce a na té druhé osobní život. Ten, kdo má work-life balanc v malíčku, prochází na laně s lehkostí a jistotou. Pokud ale někdo dlouhodobě věnuje nadměrnou energii práci a zanedbává osobní život,

své potřeby a koníčky, přepadává na jednu stranu. Pak je jen otázka času, než úplně spadne do propasti celkového vyčerpání a syndromu vyhoření.

Když si špatně rozložíme síly mezi práci a volný čas, může se to negativně projevit na zdraví i dalších životních aspektech. A co může špatný work-life balanc způsobit? Horší výsledky v práci, vyšší míru stresu, zhoršené mentální zdraví, nekvalitní spánek, pokles fyzické aktivity a s tím spojenou nadváhu, zhoršení mezilidských vztahů, ztrátu koníčků a oblíbených aktivit a v neposlední řadě již jmenovaný syndrom vyhoření.

Když budete mít dostatek času a energie na partnera a rodinu, osobní rozvoj, udržování duševního i fyzického zdraví a zároveň porostete i v práci, projeví se to na pocitu celkové životní spokojenosti. Ptáte se, jak na to? Přinášíme vám několik tipů, které vám pomohou lépe plánovat a organizovat si každodenní život, abyste zlepšili svůj work-life balanc.





## 1. Naučte se využívat čas na práci, koníčky a další aktivity skutečně efektivně

Zkuste si jeden týden poctivě zapisovat, kolik času jste strávili prací, péčí o domácnost, sportem a dalšími aktivitami. U práce si také spočítejte, jaké množství času strávíte produktivními činnostmi, scrollováním na sociálních sítích, povídáním s kolegy nebo třeba neúčelným přemýšlením. Když se na výsledek podíváte, možná hned najdete důvod, proč se cítíte stále nespokojení.

## 2. Všechny vaše aktivity si plánujte do kalendáře

Když už víte, kolik času strávíte každodenními aktivitami, můžete začít s reorganizací. Napište si, kolik hodin denně (od, do) potřebujete strávit produktivní prací, abyste stíhali všechny deadliny. Pak si do kalendáře naplánujte také koníčky, povinnosti a volný čas, který chcete věnovat sami sobě. V té době se vždy snažte soustředit jen na to, co jste si naplánovali. Nezapomeňte ale také na 7 – 9 hodin spánku, čas na jídlo a dopravu. Po tom, co si vše sepišete, získáte takový ideál, kterému byste se chtěli maximálně přiblížit. Počítejte ale s tím, že se to ne vždy povede na 100%. Nežijete totiž v bublině, která vás ochrání před nečekanými situacemi v práci nebo doma.

## 3. Promyslete si své cíle a změny dělejte postupně

Se změnami v každodenní rutině se pojí také úprava dosavadních návyků. Budete si například zvykat na ležce upravený spánkový režim, učit se meditovat, denně sportovat nebo si odvykat od scrollování sociálních sítí každých 10 minut. Nesnažte se ale vše změnit ze dne na den. To by mohlo mít totiž opačný účinek, protože byste se nejspíš dostali do stresu z toho, že je toho na vás zase nějak moc. Raději vsadte na postupné změny a dávejte si malé cíle. Daleko jednodušší je totiž udělat každý den malý krůček než jeden obrovský skok. Ty si určete podle vlastních priorit. Pokud si dáte za cíl třeba déletrvajícím spánek, běžte si lehnout o 30 minut nebo hodinu dříve, než jste byli zvyklí.

## 4. Využívejte čas na práci i volno smysluplně

Pokud se na vás valí všechny povinnosti jako lavina, je čas zastavit a nastavit si priority. Nejprve si odpovězte na otázky, co v práci a osobním životě nejvíc hoří a jaké úkoly můžete na čas odložit. Podle toho si vytvořte seznam. Nejprve se věnujte urgentním záležitostem a poté přejděte k těm méně naléhavým. Díky dobrému plánování získáte pocit klidu a jistoty, že vše stíháte.

## 5. Zaměřte se i na strávení volného času

Přináší vám několikahodinové sledování seriálů nebo hraní počítačových her odreagování, které po práci prosezené za počítačem potřebujete? Nebude lepší volný čas strávit i jinými činnostmi, které prospějí i vašemu fyzickému zdraví? Stačí se projít na čerstvém vzduchu, zacvičit si s kamarádem nebo zajít do bazénu či sauny. Uvidíte, že se po těchto aktivitách budete cítit o něco lépe, než když celý den strávíte v sedě. Také se snažte omezit multitasking. Když budete dělat vše najednou, zvýšíte riziko chyb, a nakonec se k těm úkolům ještě budete muset vracet. Raději si vyberte jen jeden, kterému věnujete plnou pozornost. Tu mohou krást i sociální sítě a špatně zorganizované pracovní prostředí. Proto se ho snažte udržovat v čistotě a bez věcí, které by rozptylovaly vaše soustředění. A pokud si o vaši pozornost stále říká mobil položený na stole, který láká na přečtení zpráv nebo prohlédnutí nových fotek na Instagramu, raději jej nechte schovaný v šuplíku nebo na druhé straně místnosti.

## 6. Najděte si něco, co vám pomůže lépe zvládat stres

Stres je v určitém měřítku běžnou součástí života každého z nás. Můžete jej sice snížit lepším plánováním času a priorit, ale zcela se ho nikdy nezbavíte. Proto je důležité najít cestu, jak stres zvládat o něco snadněji a fungovat pak lépe v každodenním životě. Do svého denního programu si tak nezapomeňte plánovat aktivity, které vám pomůžou se uvolnit a přijít na jiné myšlenky. Každému funguje něco jiného. Mezi ověřené způsoby, jak bojovat se stresem, patří cvičení, běh, otužová-

ní, procházka v přírodě nebo můžete vyzkoušet čtení knížky či meditaci. Skvěle se odreagujete také při povídání s kamarády nebo během času stráveného s rodinou.

## 7. Naučte se říkat “NE”

Jste kdykoliv k zastížení, a když vás někdo požádá o práci navíc, ani chvilku neváháte a berete to? To je možná další důvod, proč už nevíte, kdy vlastně pracujete a kdy máte volný čas. Příště, až se vás někdo zeptá, zda uděláte něco navíc, vezměte si čas na rozmyšlenou. Podívejte se do kalendáře, jak jste na tom v době mimo práci. Pokud vidíte, že máte prostor vzít bez problému něco navíc, klidně to udělejte. Ale v případě, že další práci nestíháte a hoří vám vlastní povinnosti, nebojte se pomoc někomu jinému s vysvětlením odmítnout.

## 8. Při práci z domu si stanovte jasné hranice

Oddělit práci a volný čas může být v místě, kde trávíte takřka celý den, ještě větší výzvou. Pokud si ale osvojíte pár pravidel, určitě to zvládnete. V první řadě si doma najděte místo, kde budete pouze pracovat. Bohatě vám stačí stůl

a židle v klidné místnosti, kde vás, pokud možno, nebude přes den nikdo rušit. Potom si nastavte pracovní dobu, kterou budete dodržovat stejně, jako byste plnili pracovní povinnosti v běžné kanceláři. Dejte i partnerce/partnerovi, rodinným příslušníkům či spolubydlícím vědět, že se v této době věnujete pouze práci. Pokud po vás něco budou potřebovat, pomůžete jim nejlépe až po skončení pracovní doby. Ve stejném duchu si vybudujte další rituály. Ráno se v klidu nasnídejte a oblečte jako do práce. Klidně to mohou být pohodlné tepláky a tričko, cílem ale je tento outfit využívat jen v pracovní době. Po tom, co splníte všechny pracovní povinnosti, převlečte se do domácího oblečení. Tímto dáte sami sobě najevo, že práce skončila a nyní se můžete věnovat koníčkům, rodině a dalším záležitostem z osobního života.

## 9. Dělejte si pauzy během práce

Cítíte se provinile pokaždé, když si chcete dát pracovní pauzu na oběd nebo si vychutnat kávu s kolegou? Tak to rozhodně nemusíte. Když si budete přestávky rozumně dávkovat, zlepšíte svou soustředěnost i produktivitu. Můžete vyzkoušet třeba pár minut meditace, zajít ven na čerstvý vzduch, a pokud pracujete z domu, klidně vytáhněte cvičební podložku a lehce se protáhněte. Vynechávat byste neměli ani delší obědovou pauzu. Díky ní budete mít chvilkový odstup od úkolů, na kterých zrovna pracujete. Ke stolu se pak vrátíte s doplněnou energií a možná i s novými kreativními nápady na zlepšení.

## 10. Vezměte si dovolenou

Ani ten nejvýkonnější motor Formule 1 nešlape nonstop na 100 % bez toho, aby se na chvíli zastavil a doplnil pohonné hmoty. Stejně tak člověk nedokáže podávat maximální výkon a odvádět perfektní práci bez přestávky na doplnění energie. Proto je dovolená tak důležitá. Díky ní se na pár dní zcela odpoutáte od každodenních povinností. Vyčistíte hlavu a přijdete na jiné myšlenky. Místo řešení náročných pracovních úkolů bude najednou vaší příjemnou povinností se rozhodnout, na jakou pláž dneska vyrazíte. Jestli si dáte snídani slanou, sladkou nebo obojí nebo který kopec v horách zdoláte. Díky tomu si odpočinou určité části mozku, které využíváte v práci. Navíc získáte nadhled nad svým životem a možná si uvědomíte, že v něm potřebujete něco změnit, abyste byli spokojenější. Nejenže se z dovolené vrátíte plní zážitků a s dobrou náladou, ale po prvotní aklimatizaci budete cítit, jako kdyby vám někdo vлил novou energii do žil. A nemusíte kvůli tomu jet rovnou na Hawai, bohatě stačí pár dní v chatě na horách nebo wellness pobyt s vašimi nejbližšími.

Po čase zhodnoťte nový režim. Po několika týdnech až měsících, co se s novou rutinou lépe sžijete, zhodnoťte, zda jste teď spokojenější a režim vám vyhovuje po všech stránkách. Pokud ne, klidně udělejte další změny. Možná bude nějakou dobu trvat, než si najdete ten svůj ideální work-life balanc. **Určitě to ale nevzdávejte!**





# Akce, které jsou před námi

## BŘEZEN

### Ponožkový den

### na podporu Světového dne Downova syndromu

První jarní den, nesouvisí jen s počátkem jara. Ten den se také slaví Světový den Downova syndromu. Nemocní trpící Downovým syndromem mají nadbytečný chromozom 21, zdraví lidé mají tento chromozom totiž jen dvakrát, nemocní dokonce třikrát. Proto byl vybrán datum 21. 3. jako připomínka tohoto onemocnění. A jak se takový den Downova syndromu slaví? Stačí si obléknout odlišný pár ponožek. Právě ponožky otočené patami k sobě symbolizují příčinu tohoto onemocnění: poruchu chromozomu ve tvaru písmene X. Proto pojďte do toho letos s námi, vezměte si 21.3. každou ponožku jinou, vyfoťte se s rodinou nebo kolegy z práce a pošlete nám fotografii vašich nohou v ponožkách a vyjádřete tak lidem s Downovým syndromem svou podporu. Každý, kdo se do výzvy zapojí, odměníme ponožkovým dárkem.



## DUBEN

### Velikonoce

V dubnu společně oslavíme svátky jara. S Velikonocemi je spojena spousta krásných zvyků a tradic. Neodmyslitelně k nim patří i tradiční dobroty jako jsou velikonoční beránci nebo mazance. A právě posledně jmenované pro vás u příležitosti velikonočních svátků připravíme. Na žádném stole by mazanec o Velikonoční neděli chybět neměl a s námi ani nebude.

Kromě toho se budete moci zapojit do naší velikonoční soutěže. Pochlubit se budete moci vaší velikonoční výzdobou u vás doma nebo na zahradě. Losovat budeme tři, kteří získají dárkové karty Lidl v hodnotě 500 Kč.



## KVĚTEN

### Prohlídka zámku

Tip, kam vyrazit na rodinný výlet vám nabídneme v měsíci květnu. Stejně tak jako se na jaře probouzí příroda k životu, procitají i hrady a zámky ze zimního spánku a vy budete moci se svou rodinou vyrazit na zámek ve vašem okolí.

Byl pozdní večer, první máj, večerní máj, byl lásky čas. Tuto básničku od Karla Hynka Máchy jsme se učili nazpaměť už na základní škole, a i proto jsme si zafixovali, že První máj je čas na oslavu lásky kolem nás. My ho oslavíme soutěží o plné vstupné do Park Safari ve Dvoře Králové.

Pro bližší informace sledujte informace v kliprámech, které najdete v každém z našich provozů. O akcích se můžete dozvědět také sledováním našeho facebookového profilu [Emergeceskarepublika](#).

Doufáme, že se vám námi připravované akce budou líbit.

Oddělení back office

## ČERVEN

Akce konané kolem dětského dne se konají všude, v každém kraji, v každém městě je jich na výběr dost. Je jen na vás, kam vyrazíte. My však doufáme, že vaše kroky povedou na dětský den otevřených dveří do Bezděčína, který pro vás letos poprvé chystáme. Ve svých kalendářích si už nyní označte sobotu 15.6.2024 a přijďte si s vašimi ratolestmi užít báječný den. Bude na vás čekat vskutku bohatý program.

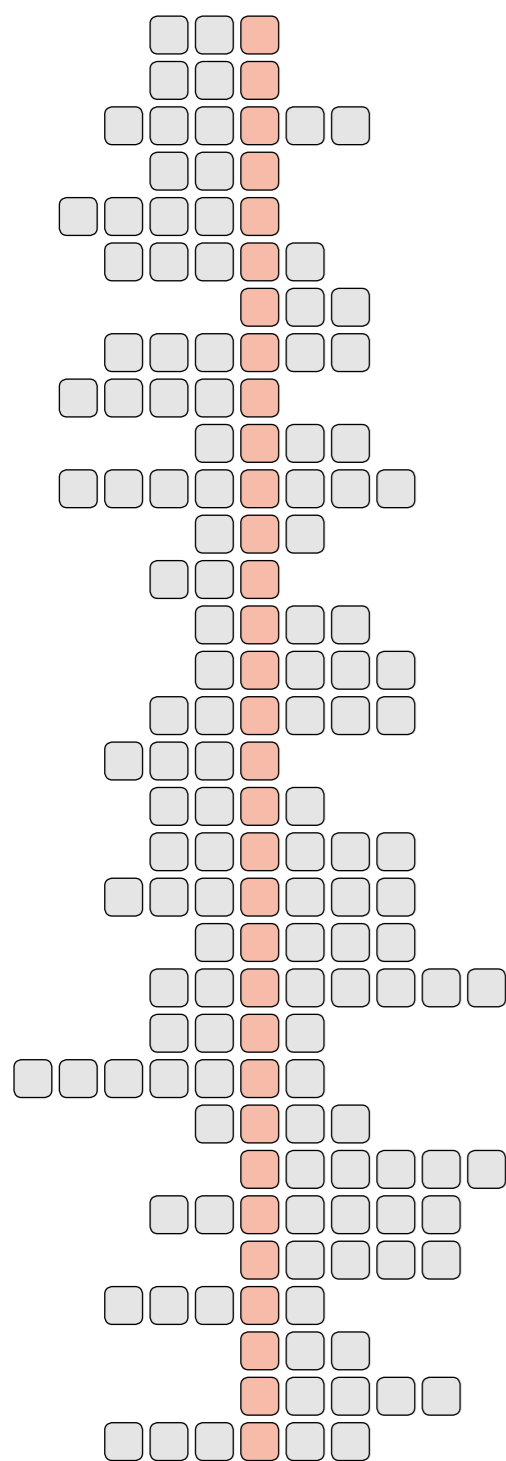




# Luštíme

Přinášíme vám další porci luštění s citátovou tematikou. Tajenkou je jeden ze slavných citátů Jana Wericha. Ze správných odpovědí vylosujeme 3 výherce, které odměníme dárkovou BILLA kartou v hodnotě 300 Kč.

Tajenku pošlete na e-mailovou adresu [redakce@emerge.cz](mailto:redakce@emerge.cz) nejpozději do 30. dubna 2024.



1. Bílý brodivý pták
2. Dohoda, že se nebude válčit, bojovat
3. Oblečení na spaní
4. Místnost nebo místnosti určené k trvalému bydlení
5. Dioptrická pomůcka
6. Na čem se sedí
7. Severský přežvýkavec
8. Stavba sloužící k modlitbám
9. Místo, kde žijeme
10. Druh obilí, ze kterého se vyrábí mouka a chléb
11. Sport s míčem
12. Nejlepší přítel člověka
13. Jednotka počtu
14. Produkt včel
15. Oděv zejména po koupeli
16. Sečná zbraň
17. Smývač obyčejné tužky
18. Dopravní stavba převádějící přes vodní tok
19. Kyselý a žlutý plod
20. Kmen poraženého stromu
21. Svazek listů
22. Nejtěžší had světa
23. Většinou jako místní v počítači
24. Orgán v těle
25. Pozdrav
26. Lidově „obývací pokoj“
27. Slovní výraz pro písmeno „Y“
28. Nástroj určený ke psaní
29. Konev na vodu
30. Potomek mužského pohlaví
31. Používáme ke stolování
32. Školní předmět v laboratořích

# Humor na závěr

Babička si povídá s vnoučkem pod nakresleným obrázkem: „Honzíku, proč jsi nakreslil tatínkovi zelené vlasy?“ A Honzík na to: „Protože nemám plešatou pastelku!“





**Informační interní časopis společnosti**  
**EMERGE a.s., Tyršova 1075, 294 01 Bakov nad Jizerou**

1. vydání – březen 2024

Redakční rada: Michaela Hozdeková, Zdeněk Jinoch, Ondřej Vacek  
Sazba a grafická úprava: Jiří Procházka, duopress.cz

Tento výtisk je neprodejný. Pouze pro interní potřeby společnosti.  
Copyright© 2024 EMERGE a.s.

Napište nám, co dalšího od nás chcete číst.

Máte tip na článek a chcete se o něj podělit? Pak neváhejte a napište nám o něm.  
Pokud bude tip zajímavý, rádi o něm napíšeme. Svoje návrhy můžete posílat nejpozději  
do 30. dubna 2024 a to na e-mail: redakce@emerge.cz