

prosinec 2015

# fresh<sup>®</sup> TIME

PROSPERITA

Osobnosti tohoto vydání:

Pavel Mikoška

Jiří Horecký

Libor Pilný

Edita Charvátová

Pavel Pastorek

Petra Dezortová

Jarmila Janurová



## Pavel Mikoška

### Úspěch je potřeba si užít

rozhovor na stranách 2-3

# Úspěch je potřeba si užít

Úterý 24. listopadu 2015 byl pro značku Albert slavný den. Ve Španělském sále Pražského hradu její reprezentanti převzali Národní cenu kvality České republiky. Nejvyšší ocenění v kategorii EXCELENCE získal obchodní řetězec Albert již potřetí. A to je co říci. Protože obstát v náročném hodnocení si zatím troufá jen málo firem.



NÁRODNÍ POLITIKA KVALITY 15. LET

„Národní cena kvality se uděluje od roku 1995 a je hodnocena na základě měřítek Evropské nadace pro management EFQM. Její držitelé jsou oceněni za systematické zlepšování činností a výsledků, kreativitu a inovativnost. Laureáti Národní ceny kvality jsou inspirací pro všechny české firmy a důležitým prvkem rozvoje a udržitelnosti české ekonomiky,“ uvádí se v tiskové zprávě vydané k tomuto historickému milníku společnosti Ahold, která prodejny Albert provozuje.

Model EXCELENCE EFQM, na základě kterého obchodní řetězec Albert získal Národní cenu kvality ČR, je určen pro společnosti, které dosahují a kontinuálně udržují vysokou úroveň výkonnosti. „Model podrobně popisuje stav firmy v jednotlivých oblastech její činnosti a ukáže jak silné stránky, tak příležitosti pro zlepšování. Tím se Národní ceny kvality odlišují od jakékoli jiné soutěže, protože jsou nejen prestižním oceněním, ale současně zlepšují řízení firmy, její konkurenceschopnost i hospodářské výsledky,“ řekl státní tajemník ministerstva průmyslu a obchodu a předseda Rady kvality ČR Robert Szurman během slavnostních okamžiků. A protože je to obchodnímu podnikání u nás velká pocta, položila jsem osobnosti,

která za celým úspěchem stojí, Pavlu Mikoškoví, Quality Directorovi obchodního řetězce Albert, několik otázek:

**Zdá se to neuvěřitelné – obchodní síť Albert získala již potřetí prestižní ocenění Národní cena kvality ČR v kategorii nejvyšší, tedy EXCELENCE. V čem tkví princip vašeho úspěchu? Co vás k němu dovedlo?**

Úspěch v hodnocení v národních cenách je pověstnou trešničkou na dortu, která, když ta jde, tak je si ji potřeba užít. Nicméně veškeré

snažení uvnitř naší firmy prioritně směřuje k budování excelentní organizace s jasnou vizí a strategií do budoucna a s transparentně dosahovanými pozitivními výsledky. Dobré výsledky dosahujeme výhradně prostřednictvím svých zákazníků. Veškeré naše úsilí tedy směřuje k dokonalé službě pro zákazníky. Dokonalá služba znamená kvalitní výrobky a kvalitní servis konzistentně každý den na každé z našich prodejen. To se poměrně snadno řekne, ale ne úplně už tak snadno realizuje. Protože tento úkol musíte každý den uvádět do života ne jinak než prostřednictvím našich více



než 17 000 zaměstnanců. Je to tak podobně jako například ve fotbalovém týmu. Můžete mít řadu perfektních individualit, ale pokud je nedokážete sladit do sehraného kolektivu, pak nevyhráváte ani s „papírově slabšími“ soupeři.

**Je pro vaše prodejny kvalita spíše o řízení, nebo se dotýká hlavně kvality zboží? A kterak to spolu souvisí?**

Zcela určitě je to o obou. Ale jednoznačně platí, že bychom se při naší velikosti nikdy nedopracovali kvalitního zboží, kdybychom k tomu neměli kvalitní řízení. To jde ruku v ruce. Kvalita zboží skutečně neoddiskutovatelně velmi souvisí s výběrem správných dodavatelů, kteří vám toto zboží budou dodávat, souvisí to s výběrem portfolia výrobků, které od něj budete nakupovat, a souvisí také s tím, jak bezvadně dovedete interně zajistit, aby zboží bylo dodáno včas a v nepoškozené kvalitě na každé prodejní místo, kde si je v odpovídající jakosti může obstarat náš koncový zákazník.

**Jak pozná, že nakupuje tam, kam kvalita opravdu patří? A čím mu to budete připomínat?**

Prostřednictvím marketingové a „in store“ komunikace našim zákazníkům říkáme mnoho věcí a většina jich v posledním období souvisí skutečně s kvalitou našich výrobků. Nejsilnější sdělení jsou asi sdělení spojující konkrétní výrobky s konkrétními domácími producenty a sdělení o 100% garanci kvality, kterou poskytujeme na všechny v Albertu prodávané výrobky. A samozřejmě svým zákazníkům budeme pravidelně také připomínat, že je to společnost Ahold, která již potřetí zvítězila a získala ocenění v Národní ceně kvality.

**Vánoční čas je pro obchodníky snad tím nejmilejším. Tržby rostou, lidé utrácí ve velkém. Budete i v tuto dobu připomínat, že jste dosáhli mety výjimečnosti?**

Nenazval bych to, co se nám podařilo, „meta výjimečnosti“, ale využívat tento fakt budeme určitě, a pokud možno maximálně. Jestli k tomu tedy ještě stihneme připravit odpovídající komunikační a marketingové nástroje. Finále



Pavel Mikoška přebírá ocenění z rukou prezidenta republiky Miloše Zemana

**Ale jednoznačně platí, že bychom se při naší velikosti nikdy nedopracovali kvalitního zboží, kdybychom k tomu neměli kvalitní řízení.**

„národní ceny“ se každoročně realizuje až v listopadu, v letošním roce to bylo 24. listopadu, a do konce roku na přípravu a praktickou realizaci již nezbývá moc času.

**K čemu vám metody práce pod pojmem kvalita nejvíce pomohly? Vypovídá o tom výkonnost firmy, menší fluktuace, optimálnější komunikace s dodavateli?**

V uvedené soutěži se firmy hodnotí s použitím evropského nástroje pro řízení a hodnocení firem, který se nazývá EFQM. EFQM model řízení je souhrnem zkušeností a znalostí získaných od nejlepších manažerů a vedoucích pracovníků předních evropských firem, kteří usilovali a usilují o obecné zlepšení výkonnosti svých podniků. A ano, v souvislosti s modelem je potřeba popsat, jaké

strukturální předpoklady si firma vytváří pro dosahování svých dlouhodobých strategií a cílů a jaké konkrétní výsledky jsou na základě toho dosahovány. A to všechno, na co se ptáte ve své otázce, a ještě mnohem více, tam jednoznačně patří.

**Vy osobně se kvalitou zabýváte léta. Co na této kategorii shledáváte poučného? Nebo inspirujícího?**

Asi to, že jde o nikdy nekončící proces – což vás ve stejné míře může štvat stejně tak dobře jako neskonale uspokojovat. Je to prostě nikdy nekončící práce, kde platí, že co jste zlepšili dnes, již nemusí stačit zítra jednoduše proto, že někdo jiný a někde jinde (nejlépe u konkurence) již vynášel něco lepšího a mnohem efektivnějšího.

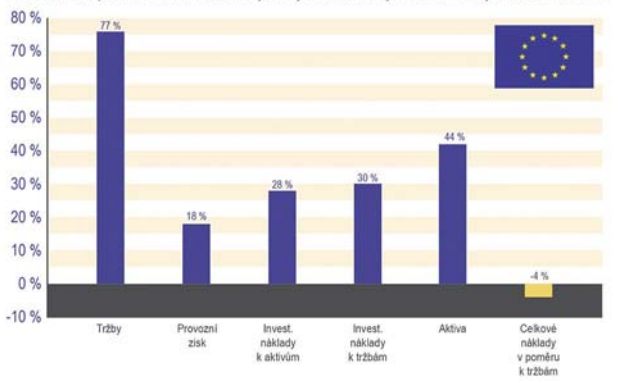
**Nosíte v duši nějaké přání, které by zákazníkům i obchodníkům přineslo velkou radost?**

Stabilní legislativní prostředí a profesionální, skandalizaci a senzací nezatížená diskuze na téma kvalita potravin. Věřím, že se toho časem všichni společně dopracujeme. Zcela určitě si to potraviny, které obchodníci nabízejí našim zákazníkům, a hlavně samotní zákazníci, zaslouží.

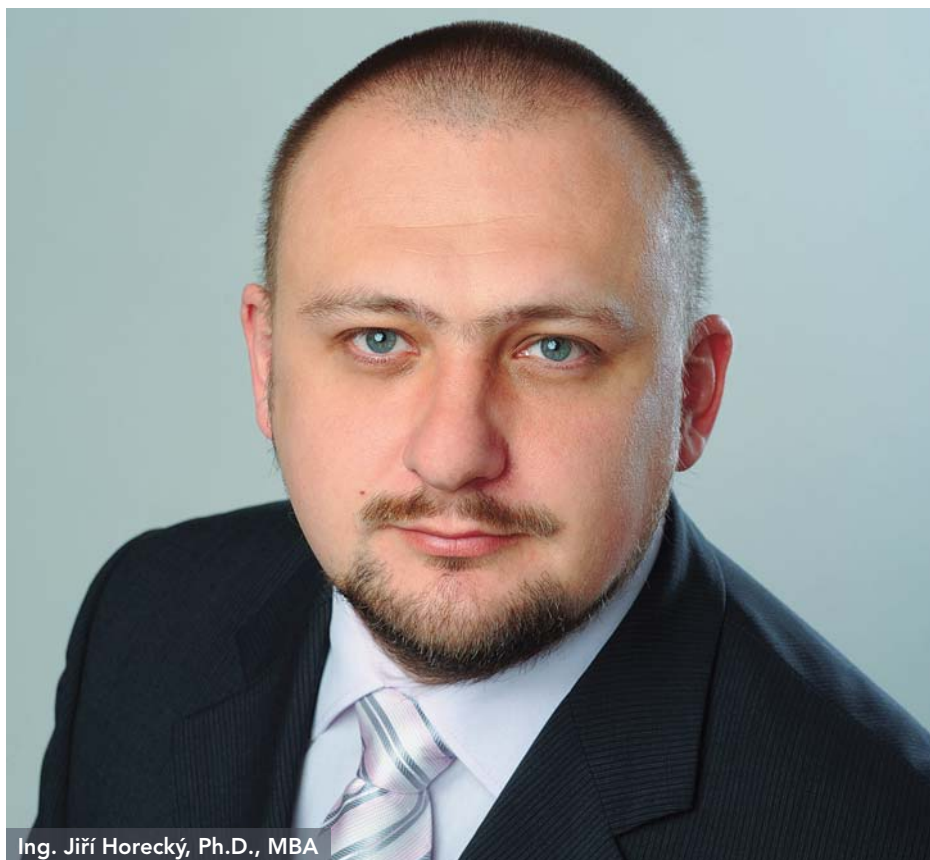
otázky připravila Eva Brixí ■■■



**Výsledky studie Univerzity v Leicesteru:** Srovnání výsledků dosahovaných firmami pracujícími s EFQM modelem, v poměru k výsledkům firem se srovnatelnými výchozími parametry, které však ve sledovaném pětiletém období modelu nevyužívaly. Srovnáváno bylo 120 firem různých oborů a velikostí.



# Dává mi to potřebné odhodlání



Ing. Jiří Horecký, Ph.D., MBA

řízení musí doložit a prokázat naplnění daných kritérií, např. u domovů pro seniory jde o 300 kritérií, maximální počet získaných bodů je 1000. Certifikace provádějí vždy dva nezávislí certifikátoři, a to na základě kontroly, pozorování, ale i rozhovorů s řadou klientů a zaměstnanců daného zařízení.

**Jak pociťují výjimečné postavení na trhu sociálních služeb obyvatelé oceněných domovů? Ptáte se jich na to?**

Většinou se snažím do všech zařízení osobně dojet a ocenění předat. Je to malý svátek nejen pro ředitele daného zařízení, ale i pro jeho zřizovatele, zaměstnance a uživatele. Je to ale i okamžitá a kvalitní zpětná vazba poskytovatelů služeb, včetně konkrétních návrhů, co je ještě možné zlepšit, kde je možné se ještě posunout dále.

**Program Česká kvalita je již projekt plný zkušeností s prosazováním hodnot, o něž všichni stojíme. Čím vás zaujal?**

Program Česká kvalita je pro koncové uživatele důkazem, že daná značka či certifikace byla prověřena. V České republice je celá řada různých certifikátů a „pseudoznaček“ kvality. Pokud je ale někdo registrován v Programu Česká kvalita, znamená to, že jeho ocenění je objektivní a zároveň kvalitní. Proto jsme se rozhodli pro zapojení do tohoto projektu.

**Při průzkumu jedné životní pojišťovny vyšlo najevo, že se lidé u nás nejvíce bojí stáří svých rodičů. To je určitý varovný signál. O čem by podle vás mohl vypovídat?**

Péče o rodiče nebo někdy i prarodiče je velice náročná. Zvláště pokud daná osoba, resp. náš

**Jde o složité životní situace, ve kterých by měl stát podat pomocnou ruku.**

blízký, onemocní demencí. Taková péče je velmi vyčerpávající a je nutné myslet nejen na kvalitu života pečovaných, ale i pečujících. V řadě případů jsou „děti“ ještě aktivní a chodí do zaměstnání, anebo jsou naopak již sami v pokročilém věku a mají či mohou mít řadu zdravotních komplikací. Jde o složité životní situace, ve kterých by měl stát podat pomocnou ruku.

**Čím asociace přispívá k tomu, aby se starší občané dočkali důstojného závěru svého života?**

Asociace nemá recept na prodloužení života, ani prodloužení života ve zdraví, ale snaží se



O sociálních službách se mluví stále hlasitěji, častěji a s potřebným respektem. Není se co divit. populace stárne, a nejen v okolních evropských státech. V České republice si tento fakt začínáme uvědomovat nejen na základě

nejrůznějších šetření, analýz či výhledových studií. Stačí se v Praze projet tramvají. Okamžitě zjistíte věkový průměr obyvatel. Netřeba však propadat skepsi. Stáří patří k životu stejně tak jako radost a optimismus. To, co u nás v posledních letech chybělo, byla zejména úcta, pochopení potřeb i možností starších lidí. To se dnes mění. A je to dobře. Například i pro podnikání a celé tržní prostředí je diskuze nad stářím výzva, o níž mnozí začali přemýšlet v řadě souvislostí. Otvírají se nové domy pro seniory, dbá se na kvalitu služeb. A právě ta se stala námětem k rozhovoru s Ing. Jiřím Horeckým, Ph.D., MBA, prezidentem Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR. Na kvalitu v oboru, který reprezentuje, dbá a v praxi ji prosazuje:

**Na listopadovém Večeru s Českou kvalitou byly předány dvě značky dvěma domovům pro seniory. Čím se tyto dva subjekty vyznačují? V čem jsou jiné než ostatní podobná zařízení?**

Zdravotně sociální služby Turnov (Domov důchodců Pohoda) a Sociální služby města Havlíčkova Brodů (Domov pro seniory) byly oceněny, protože patří mezi nejvýše bodově hodnocené držitele Značky kvality v sociálních službách v tomto roce. Jsme rádi, že již

třetím rokem je tato certifikace registrována v rámci Programu Česká kvalita a my můžeme upozornit na ta nejlepší zařízení.

**Garantem udělování značky je vaše asociace. Co všechno musí organizace či firma, která o získání takového certifikátu usiluje, zvládnout?**

Značka kvality je určena pro domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, pečovatelské služby a denní stacionáře. Každé za-



**Dále je nutné být aktivní a nepřestat s tím ani ve stáří. I když některé schopnosti a výkon klesají, je nutné se stále hýbat a používat mozek.**

většinu svých aktivit směřovat k tomu, aby v České republice byla dostupná nabídka sociálních služeb v odpovídající kvalitě.

**Stáří také nemusí být jen smutné a o nemocech. Může být tvořivé a veselé. Co je k tomu potřeba? Lepší sociální kontakt? Stále mít co dělat? Lepší lékařská péče? Vstřícnější rodinné zázemí? Peníze?**

Nejdůležitější je zdraví, a tím i soběstačnost. Chronická bolest, ztráta soběstačnosti a závislost na pomoci další osoby jsou klíčové věci, kterých se senioři nejvíce obávají. Následuje pak strach z onemocnění, který s sebou přináší např. onemocnění demencí. To jsou všechno faktory, které můžeme částečně ovlivnit naším životním stylem. Dále je nutné být aktivní a nepřestat s tím ani ve stáří. I když některé schopnosti a výkon klesají, je nutné se stále hýbat a používat mozek. V řadě případů jsem ještě jako ředitel domova pro seniory byl svědkem toho, když to lidé „vzdali“. Rychle pak docházelo k ubývání kognitivních funkcí, depresím apod. Rodina je také velmi důležitým prvkem a peníze jsou sice nutné především k zajištění péče, ale zároveň i na některé aktivity či cestování.

**Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky je ojedinelá nejen svým programem a výsledky, ale rovněž profesionální strukturou, důsledným řízením. Co vás dovedlo k tomu, že se věnujete právě této oblasti, tedy sociálním službám? Není to boj s větrnými mlýny?**

V sociálních službách působím celý svůj profesní život, nejprve jako ředitel zařízení poskytující tyto služby, později pak jako prezí-

dent Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR, kde hájím zájmy všech poskytovatelů. Sociální služby by se daly také nazvat jako služby lidí lidem, a to je důvod, proč jsem v této oblasti začal a také prozatím zůstal. Nejde o boj s větrnými mlýny. Za několik posledních let se podařilo hodně věcí. Samotné prostředí, legislativní, ekonomické či společenské, je pro poskytovatele sociálních služeb lepší. Podařila se i celé řada aktivit, projektů, ocenění, zvyšuje se kvalita služeb. Je možné vidět výsledek, a to mě nejen těší, ale motivuje do další práce a dává mi to potřebné odhodlání. Víte také, že to, co děláte, má smysl.

**Co jste mohli letos ovlivnit, k jaké legislativě jste se vyjadřovali především?**

V letošním roce to byla tzv. „malá“ novela zákona o sociálních službách. Dále záměr MZ ČR změnit úhradu zdravotnického materiálu a pomůcek nebo i mediálně diskutovaný zákon o elektronické evidenci tržeb, který by se měl dotknout i některých poskytovatelů sociálních služeb.

ptala se Eva Brixi ■■■  
www.apsscr.cz



Chvilky slávy na Galavečeru s Českou kvalitou 2015 v listopadu v Praze nebyly jen o předávání cen, ale především o vztahu k životu, vztahu k lidem...

# Budoucnost motorizmu, a tedy i pojišťovnictví, zcela změní chytré automobily

**Auta bez řidičů, „hacknuté“ vozy i záchranka v každé domácnosti. I tak může vypadat budoucnost motorizmu, pokud se naplní předpovědi. „Všechny velké světové automobilky vyvíjejí auta s autopilotem. Pokud jednou budou vozidla řídit počítače, škody nemusejí klesat o jednotky či několik málo desítek procent, ale třeba o 90 procent,“ vysvětlil Jakub Strnad, předseda představenstva Allianz pojišťovny, proč tento vývoj značně ovlivní budoucnost pojišťovnictví.**

„Počítače budou z hlediska pozornosti mnohem dokonalejší. Nebudou za jízdy telefonovat, povídat si se spolucestujícími... Z bodu A do bodu B budou jezdit mnohem bezpečněji než současní řidiči. Jestliže dnes ročně pět vozidel ze sta způsobí škodu, pak tento poměr může být v budoucnu klidně 1:1000 a méně,“ upozornil Jakub Strnad na klíčové faktory, které pohnou světem pojišťovnictví. Na to, jak tento vývoj ovlivní naše životy, se zaměřili jeho kolegové z centrály Allianz SE.

**Jak to může na silnicích vypadat za pár desítek let?**

## 1. „Řídit“ bude každý

Děti, senioři ve vysokém věku, nemocní i zdravotně postižení – v budoucnu budou podle Allianz auto „řídit“ všichni. A až vás řízení unaví, zdřímnete si přímo za volantem. Vůz zkrátka přepne na autopilota.

## 2. Konec bloudění po parkovištích

Podle nedávného britského průzkumu stráví údajně průměrný řidič za celý svůj život až 106 dní tím, že hledá, kde zaparkovat. Ať už je to ve vašem případě jakkoli, tento čas si v budoucnu

užijete lépe. Chytré auto si totiž volné místo najde samo.

## 3. Vaše auto, vaše záchranka

S pomocí nových technologií jsou vám již dnes auta schopná přivolat pomoc ihned po nárazu při havárii. Klienti Allianz tuto službu znají pod názvem Šestý smysl. Tím ale vývoj zdaleka nekončí. Allianz předpokládá, že auta budou zanedlouho schopná váš zdravotní stav diagnostikovat sama, a když to bude potřeba, rovnou vás odvezou do nejbližší nemocnice.

## 4. Krádež bude obtížnější

Čím více budou auta, laicky řečeno, připomínat počítač, tím složitější bude se do nich fyzicky vloupat. V elektronice, která vůz ochrání, ale bude i skrytá hrozba – spíše než klasičtí zloději budou podle Allianz majitelům vozů nahánět strach hackeři.

## 5. Ubyde běžných nehod

Více než 90 procent nehod jde na vrub chyby při řízení. Ty bude díky chytrým autům mož-

né eliminovat. Ale pokud už k nehodě dojde, vypořádání bude složitější. Dnes ještě neznáme odpověď na otázku, kdo bude za nehody zodpovědný. „Řidič“? Automobilka? Nebo IT společnost, která dodala software?

## 6. O volant a brzdy nepřijdeme

Přestože chytrá auta budou za příznivého počasí zcela samostatná, je možné, že okolní vlivy, jako jsou sníh, prudký déšť nebo mlha, omezí senzory vozu, a tak i schopnosti autopilota. O volant a brzdy proto pravděpodobně nepřijdeme – lidský zásah může být čas od času nutností.

## 7. Spotřeba energie bude vyšší

Chytrá auta sice budou moci využívat to neekologičtější palivo, jaké bude dostupné, Allianz však upozorňuje, že podle americké univerzitní studie může celková spotřeba energie stoupnout. Snazší a bezpečnější ovládání vozu přiláká více pasažérů. (tz)



INZERCE

**vita**PR

Komunikací rostete!

PR plné vitality.

[www.vitapr.cz](http://www.vitapr.cz)



# Podnikatelský příběh s vůní ovoce a zeleniny

Začalo to cestou za českým česnekem na farmu Hrdla v Dolánkách nad Ohří. Místní statkář Zdeněk Hrdlička, který se domácí odrůdě česneku začal intenzivně věnovat, má zásluhu, že je tolik žádané zboží opět k mání v obchodech. Cestou do Tesca projde česnek distribuční společností P&P spol. s r.o. Praha, která má rovněž na jeho návratu velký podíl. Za značkou se dvěma pé je však i velký podnikatelský příběh, o němž jsme si povídali s jednatelem firmy Liborem Pilným.



Libor Pilný

**Pestrá a kvalitní nabídka ovoce a zeleniny pro české domácnosti, tak chápu poslání vaší firmy P&P s.r.o. Patří dnes k největším a nejúspěšnějším v oboru, ale zavzpomínáte někdy na první podnikatelské krůčky?**

Samozřejmě, že si vzpomenu, a je to příběh, kterých se odehrály tisíce. Se společníkem Ing. Lubošem Peckou, s nímž se znám dlouhá léta už ze střední zemědělské školy v Čáslavi, jsme jen čekali na společenskou změnu, abychom začali podnikat. Okamžitě po listopadu 1989 jsme si řekli, že do toho jdeme. Napadlo nás prodávat do světa pivo. Sešli jsme se s ředitelem pivovaru a dozvěděli se, že jsou volné jen dva státy – Austrálie a Bulharsko. Protože jsme Bulharsko znali a bylo nám jazykově bližší, vybrali jsme si tuto zemi. Hned při cestě z Plzně jsme se zastavili v jejich turistické kanceláři a vyžádali si databázi bulharských hotelů. A tam jsme dostali radu, abychom se na velvyslanectví BLR obrátili na obchodního ataše, nějakého pana Lazarova, který nám pomůže. Druhý den jsme seděli u něho. „Mám lepší nápad,“ povídá, „dovázejte z Bulharska ovoce a zeleninu, například nové brambory! Kontakt na dodavatele vám dám.“ Slovo dalo slovo a začátkem května 1990 jsme vezli do Čech první kamion brambor.

**Opravdu to šlo tak snadno?**

Ano, přišli jsme s panem Lazarovem a zástupcem jejich PZO do zemědělského podniku a brambory koupili. Měl jsem ještě z dob taxikaření nějaké dolary, které jsem položil na stůl, a obchod byl hotový. Takhle jsme se dostali k první zelenině. A protože tehdy bylo Bulharsko zahradou východní Evropy, nabídli nám taky rajčata, papriky, okurky, švestky a další zboží. Okamžitě jsme měli program na tři čtvrtě roku. U nás se v té době rozpadal socialistický obchod, takže jsme měli pole neorané. Jak jsem brambory prodal? Přišel jsem do pankrácké tržnice a zjišťoval, komu patří nejvíc stánků. S tím člověkem jsem se pak domluvil ráz dva. „Co a kolik toho máš?“ zeptal se. „Dva kamiony nových brambor za třináct,“ odpověděl

jsem. „Tak je beru oba,“ řekl a kšeft byl hotový. Samozřejmě, že jsme se potýkali s problémy. Vázla doprava, hlavně na hranicích mezi Bulharskem a Rumunskem, my jsme měli pod plachtou čerstvé potraviny a potřebovali jsme je dostat k nám do 48 hodin. Vypsali jsme řídicím odměny za rychlou přepravu. Nechali je i doma přespat, takové to byly pionýrské začátky! Bulharsku jsme se věnovali první tři čtyři roky, a když se business rozjel, dělali jsme ho už po telefonu. Začínali jsme dva, pak jsme přibrali paní na účetnictví a později přijímali další lidi, většinou naše známé, a také pana Lazarova, který skončil na ambasádě.

**Jenže s Lazarovem a Bulharskem jste se nakonec rozešli...**

No zažili jsme i první zradu, kdy si náš přítel Lazarov založil konkurenční firmu, a my to skoro oplakali. Začali jsme se také ohlížet jinde, na řadu přišla Itálie. Protože jsme potřebovali jazykově vybavenou pracovní sílu, vyhlásili jsme konkurz. Přišlo jedno mladé děvče a vyhrálo, přestože italštinu neumělo nejlíp. Ale vsadili jsme na to, že to byla profesionální sportovkyně, hrála dva roky v Itálii volejbal – a vyplatilo se. Kateřina Kreuzová se vypracovala na pozici obchodní ředitelky. Pak následovala další teritoria – Španělsko a Francie. Když chcete zásobovat obchod celoročně, musíte zboží shánět po celé Evropě.

**Proč se vytratila bulharská zelenina a ovoce?**

Bulhaři nestačili požadavkům evropského trhu. Nesplňovali přísné normy, problémy měli s obaly, i když kvalitou produktů nebyli na štyru. Navíc se jim začala rozpadat celá ekonomika.

**Co bylo dál?**

Zpočátku jsme si vytvořili záze-  
mí na Nákladovém nádraží Pra-  
ha – Žižkov, kde byly pro us-  
kladnění zeleniny a ovoce

vhodné podmínky. Postupně jsme se začali víc věnovat obchodnímu řetězci Tesco, které dnes představuje 80 procent našeho obrátu. Díky Tescu, jež na nás vytvářelo tlak, mělo velké nároky na kvalitu, audity, jsme se dostali na dnešní úroveň.

**Ale obchodní řetězce nemívají nejlepší pověst. Vy s nimi vycházíte v dobrém?**

S Tescem jsme navázali velmi úzkou spolupráci už od samého začátku. A Tesco nám udávalo směr. Už před lety tam požadovali, abychom jim dodávali kvalitní zboží z moderních skladů. Právě kvůli nim jsme si pořídili nové skladové prostory se zázemím. Chtěli, abychom z Podřipska dodávali místní zeleninu a ovoce, česnek, jablka a podobně – a to jsme udělali. Nasměrovali nás do providingu, takže dnes polovinu produktů máme od cizích firem. Italové, Španělé, Němci dodávají přímo do Tesca, ale jdou přes nás. Nemají tu vlastní zázemí, takže my jim zboží zpracováváme, balíme, kontrolujeme... Naše aktivity začínají směřovat i do Maďarska, myslíme na expanzi do Polska.

**Co soudíte o tom, že se stáváme odpadním košem Evropy?**

Mnoho let jsem osobně nakupoval v Itálii na různých mercatech, na obrovských trzích, které zásobují velkoobchody a řetězce po celé Evropě. Vím velmi dobře, že stejné jablko jde do Čech i jiných zemí. Nikdo neřese, jestli je to zboží pro P&P do ČR, nebo pro Rewe do Německa, pro španělského zákazníka... Mohu si však vybrat detailně podle vkusu českého spotřebitele barvu. Vím, že chce Golden Delicious zelenější, zatímco jinde dávají přednost goldenům se žlutou slupkou a vyššímu obsahu cukru. Stejně je to s hroznovým vínem, které musí mít zelené a velké bobule, žluté doma neprodám. Za kvalitu ovoce a zeleniny ale vždy mohu dát ruku do ohně. Snad jen úroveň prodeje za zahraničím trochu pokulhává. Na druhou stranu se cena ovoce a zeleniny za dvacet let téměř nezměnila, kolísá jen podle toho, zda se urodilo, nebo ne.

za rozhovor poděkoval Pavel Kačer ■■■



foto Shutterstock

# Abychom se stali nezbytností na českém stole



Ing. Edita Charvátová

Když by se mne někdo zeptal, proč tak rádi zveřejňujeme rozhovory s osobnostmi české ekonomiky, tedy s podnikateli, podnikatelkami, manažery a manažerkami, odpověď by byla jednoznačná: protože to jsou lidé, kteří mají co sdělit. Ať jsou to myšlenky vhodné k široké diskuzi, nebo nadčasová filozofická úvaha k zamyšlení, potřetí třeba drobnost, o níž jsme my, nezasvěcení do jejich oboru působení, neměli ani potuchy. V případě ředitelky společnosti KAND s.r.o. Ing. Edity Charvátové, to je například informace o tom, že hořčice zraje a že se v průběhu tohoto procesu mění její chuť. Maličkost, na které může stát svět. Proč ne? Ale pouhá chuť hořčice není to nejdůležitější. Z jejích slov jsem především vyrozuměla, jak moc jí na firmě, již vede, záleží, jak tvořivý přístup k možnostem trhu uplatňuje a jak z toho všeho má opravdovou, upřímnou radost:

**Jste známí výrobci kečupů a hořčic. Ale i dalších pochutin. Co udělalo značku značkou?**

Společnost KAND s.r.o. se pyšní označením tradičního výrobce pochutin. Doslovně je tím myšleno, že naše výrobky se v ČR prodávají v případě kečupu již 50 let a hořčice Malva v roce 2016 oslaví dokonce 70. narozeniny. Přičemž hlavní receptury zůstávají po celou dobu téměř nezměněny, výjimkou byla např. nutnost z důvodu změny legislativy či upřednostnění výroby hořčice bez barviv a bez chemické konzervace. Hlavní důraz se vždy kladl na kvalitu vstupních výrobních surovin. Naštěstí trendem posledních pár let je opětovný zájem spotřebitelů o získání informací o daném produktu. Tato skutečnost podpořila různé aktivity typu nezávislých testů, certifikací nebo udělování různých ocenění v dané oblasti. Naše společnost začala se svými výrobky daná ocenění kvality sbírat. A ač malá firma, s minimálním marketingovým budgetem, se díky těmto mnoha vítězstvím začala silněji do stavat do podvědomí spotřebitelů. Mohu zde

zmínit např. Test kečupů MF Dnes 2005, dTest, Regionální potraviny, Zlatý klas, Českou chuťovku anebo poslední test kečupů poradu A Dost! ze září tohoto roku.

**Mezi omáčkami je i ta šípková a zajímavý je také ovocný přípravek z muchovníku olšolistého, kterému se říká indiánská borůvka. Kde se dají tyto dobroty sehnat?**

Receptury obou zmiňovaných výrobků byly vyvinuty přímo v naší společnosti. Tradice a inovace patří mezi velmi důležité aspekty. Před pár lety nás oslovili majitelé společnosti Bormato z Úpice, zabývající se pěstováním muchovníku olšolistého a hledali uplatnění tohoto chutného a velmi zdravého plodu. Původně pochází tato rostlina z kanadských préríí a v Kanadě je pěstována v mnoha odrůdách na plantážích. Její plody obsahují vitamíny C a B2, karoten, vlákniny, organické kyseliny, cukr, a zejména antioxidační látky anthokyany. Vznikl tedy jedinečný výrobek, který potěší nejen děti, ale i dospělé. Nesmí chybět na pohárech, palačinkách nebo často zmizí jen tak

po lžičkách. Tento výrobek se pyšní vítězstvím Regionální potraviny nebo Zlatým klasem.

Do řady našich omáček, se kterými vykouzlíte chutný oběd za pár minut, zapadla i vámi zmiňovaná Šípková. Hlavní surovinou je skutečně šípkový protlak. Je přímo ideální k jídlům se zvěřinou, uzeným nebo grilovaným masům.





Oba tyto výrobky lze nalézt spíše na nezávislém trhu v obchodní síti COOP, kam patří i Terna nebo ČEPOS.

**Přichází vánoční čas, a to je také relax pro mnoho mužů. Vaří, chystají chlebičky, obložené mísy, mnozí míchají bramborový salát, najednou jsou z nich kouzelníci. Co byste doporučila jejich pozornosti právě nyní?**

V našem portfoliu výrobků se najde celá škála pochutin, ze kterých si vybere úplně každý. Nesmí chybět při přípravě pomazánek, marinád, dresinků nebo jako příloha k pečenému masu. Vše dodá vašim oblíbeným receptům šmrnc a říz. Na hranolky nesmí doma chybět kečup KAND sladký nebo naše nová řada omáček Devely 250 g (BBQ, Curry, Hořčicová); do bramborového salátu pak plnotučná hořčice Malva (pozor, čím je čerstvější, tím palčivější). Nezapomeňte, hořčice stále zraje, tím postupně ztrácí palčivost. Takže do salátu zásadně přidávat hořčici tak měsíc „starou“. K pečenému masu či ovaru servírujte křen Mautner Markhof Wasabi. A pro milé polovičky připravte zeleninový salát se zálivkou třeba ze 7bylinného octa KAND. Naše výrobky vám jen doladí vánoční pohodu.

**Jak je to u vás doma? Kdo se ujímá vlády v kuchyni právě o Vánocích a na Silvestra?**

Musím se přiznat, že o Vánocích nedáme dopustit na babiččin bramborový salát s na česneku usmaženým kaprem. Silvestr travíme v okruhu našich přátel, ideálně na horách. Každý z nás dorazí s velkým množstvím různých dobrot. Všichni máme každoročně pocit, že musíme něco dodat, takže si to náležitě užíváme. Ve dne se sněhulákem a večer u sklenice dobrého vína.

**Naše společnost začala se svými výrobky daná ocenění kvality sbírat. A ač malá firma, s minimálním marketingovým budgetem, se díky těmto mnoha vítězstvím začala silněji dostávat do podvědomí spotřebitelů. Mohu zde zmínit např. Test kečupů MF Dnes 2005, dTest, Regionální potravinu, Zlatý klas, Českou chuťovku anebo poslední test kečupů pořadu A Dost! ze září tohoto roku.**

**Kand vyrábí jak v Dobrušce, tak v Chlumci nad Cidlinou a je zastoupen svými produkty vlastně ve všech obchodních řetězcích. Přesto tvrdíte, že jste jen doplněk českého trhu. Myslím, že jste zbytečně skromná...**

Ano, naše výrobky můžete nalézt jak na nezávislém trhu, tak téměř ve všech obchodních řetězcích po celé ČR. Nejsme doplněk českého trhu, jako spíše náš sortiment zahrnuje pochutiny, nikoli hlavní potraviny. Tuzemská, zahraniční konkurence je velká, zápasíme s vyšší cenou našich výrobků nastavenou našimi zákazníky. Uděláme ale vždy vše pro to, abychom se stali nezbytností na českém stole, a to především díky chuti a kvalitě.

**Jak vznikají novinky, receptury, kde berete nápady? A je obtížné je zařadit do výroby?**

Vše se neustále vyvíjí, nelze nesnažit se realizovat nové, zajímavé nápady. Vznikají přitom různě jako podněty našich kolegů, našich zá-

kazníků, inspirujeme se u našich sesterských společností, na výstavách apod. Naše velmi šikovná kolegyně následně vyvíjí nové receptury. Funguje to stejně jako při experimentování v kuchyni. Nesmí chybět znalosti, zkušenosti, kreativita a nadšení pro danou věc. Připraví se vícero variant požadovaného výrobku, následuje výběr na základě ochutnávek uvnitř společnosti, popřípadě přímo se zákazníkem. Pak již následuje skutečná malovýroba, kde se doлаđují nedostatky. Hotovou novinku představujeme nejdříve na nezávislém trhu. Zde se prověří skutečný zájem, chuť či design. Teprve po úspěšném zavedení a adaptaci v této oblasti investujeme do rozšíření daného výrobku do řetězců v ČR či zahraničí.

**Už víte, jaká manažerská předsevzetí na přelomu dvou roků učiníte?**

Nejsem z těch, co by si dávali určitá předsevzetí. Jako doposud se budeme s mými kolegy snažit především o to, aby byl náš zákazník spokojen, společnost se úspěšně rozvíjela a upevňovala své pozice na našem trhu a nezklamala své zaměstnance. Jednoduše, abychom mohli i nadále s hrdoostí nabízet naše skvělé výrobky.

za odpovědi poděkovala  
Eva Brixl





## O budově, která má nadčasovou duši



centrum  
andragogiky

**O tom, že nic není náhoda, se už nedá pochybovat. Důkazem je třeba fakt, že školící středisko Centra andragogiky v Hradci Králové získalo nedávno ocenění Stavba roku 2015 Královéhradeckého kraje. A nejen to, budova se může chlubit další metou – Nejlepší investiční záměr TOP INVEST 2014; do této soutěže se mohl přihlásit každý, jehož záměr splňuje ekonomickou návratnost investice nebo společenský význam a obohacení kulturního, sportovního či společenského postavení města či regionu. Nadčasová a jednoduchá stavba Centra andragogiky na okraji města je skvostem, který odkaz historie posunul do nové časové a estetické dimenze. Unikátní architektonický objekt, který vyrostl z ničeho, náhody i nutnosti při hledání, kam by se firma měla přestěhovat, protože sídlo již kapacitně nestačilo. Tehdy majitelka PhDr. Marie Jírů zdaleka netušila, kolik radosti takové rozhodnutí přinese. Nevěděla ani, jak inspirativní bude práce s architektem, ani to, v co nakonec vyústí. A jak říkají filozofové, konečkonců jedním z výsledků, který dílo završil, je i slogan, který z velké části dotváří image celého Centra andragogiky: Náš dům je náš marketing.**

Stavba nového centra výuky výrobních postupů je umístěna na místě původního objektu, kterým byla stará Komárkova cihelna ve Svobodných Dvorech u Hradce Králové, vybudovaná koncem 19. století. Zbyla z ní vlastně jen ruina zarostlá v trávě, to bylo celé kulturně historické dědictví. Území zdánlivě zapomenuté, kde lišky dávaly dobrou noc. Marie Jírů toto místo objevila při procházce, aniž dříve tušila, že kousek od jejího vlastního domu se nachází „cosi“, o čem začne brzy usilovně přemýšlet.

Stávající objekt cihelny je částí původní kruhové cihlářské pece, přestavěné přibližně v roce 1925 na místě staršího objektu, poničeného požárem. Po roce 1927 byl cihelna (kruhová pec) dle archivní dokumentace prodloužena přístavbou na východní straně. Tato východní, mladší polovina původní stavby, byla koncem 90. let minulého století ubourána. Současně byl v celé ploše objektu odstraněn dřevěný krov sedlové střechy,



kryjící reznou cihelnou konstrukci. Zkrátka a dobře, ke dnešku promlouvaly jen nějaké dokumenty v archivu, zbývající entuziazmus a nadšení či finance, to už je zcela jiná kapitola. Při pohledu na výjimečnost místa s nádechem staletí se posléze zrodil nápad. Vize byla spojit tradici, historii a otevřený prostor s moderní architekturou, a přitom zachovat ráz krajiny, a vytvořit tak dokonale funkční celek. Protože se aktivity Centra andragogiky hlavně zaměřují na vzdělávání a poradenství, musí být již samotná stavba a prostory v ní dostatečně reprezentativní, ale zároveň i funkční a příjemné pro pracovníky Centra andragogiky – to bylo zadání. Jeho výrazným prvkem je například prosklení, které zaručuje stálost přirozeného světla po celý den. Z chátrajícího objektu se stalo funkční místo, které zapadá do rázu krajiny a zároveň nese poselství budoucnosti. „Zachování komína, jako tovární stavby, bylo pro nás jednoznačné rozhodnutí. Komín byl v minulosti známkou pokroku, jistoty a stability. Lidé věděli, že tam, kde je komín, je i blahobyt,“ vysvětlila Marie Jírů. Objekt Cihelny má tvar komolého jehlanu na obdélníkové základně o rozměrech 30,8 x 16,2 m a výšce 3,5 m. Nosný systém kruhové pece tvoří masivní stěny z rezného zdiva zaklenuté valenými cihelnými klenbami o tloušťce 30 cm. Tlaky klenb jsou kompenzovány z vnější strany šikmými stěnami rovněž z rezného zdiva. Shora jsou klenby kryty jílovým násypem s povrchovou

betonovou mazaninou. Obvodové stěny jsou prolomeny zaklenutými otvory šířky 100 cm, kterými byly do prostoru pece zaváženy cihly. „Již v začátcích rozsáhlé rekonstrukce nám byly zřejmé potenciály a příležitosti, kterých můžeme s novou stavbou dosáhnout, a to nejen z hlediska PR aktivit. Stali jsme se novým zaměstnavatelem v oblasti s více jak třiceti zaměstnanci a 120 externími spolupracovníky. I nadále pracujeme na vytváření nových pracovních míst,“ řekla Marie Jírů.

Mezi další velké přínosy patří také nízká ekologická náročnost celého objektu, díky které došlo ke snížení dopadů na životní prostředí. Z pohledu ekologie je budova vybavena všemi druhy zařízení, která eliminují nečistoty, hluk v maximální možné míře a podle předepsaných hygienických limitů. Také vnitřní prostory jsou chráněny před účinky vnějšího hluku a nečistot. „Napohled se nám podařilo vytvořit velmi atypický objekt, který přitahuje pozornost. Proto jsme se rozhodli budovu zpřístupnit široké veřejnosti, pro kterou pořádáme mnoho volnočasových aktivit pro celou rodinu. Díky naší vizi, která se stala skutečností, vzděláváme nejen dospělé na všech úrovních, ale také děti, které se zábavnou formou učí a zdokonalují své dovednosti,“ komentovala Marie Jírů.

Okolí centra je vhodné pro konání různých outdoorových aktivit. Ke středisku náleží dostatečné množství parkovacích míst. Prostor je pro pořádání nejrůznějších firemních akcí. „Můžeme uspokojit potřeby po vzdělávání jak v korporátní, tak i státní a neziskové sféře v Královéhradeckém kraji i celorepublikově,“ dodala ještě Marie Jírů.

Za spolufinancování Evropské unie vznikly i bezbariérové školící prostory, které mohou navštívit osoby se zdravotním postižením. Variabilitu místa a prostoru si návštěvníci velmi chválí, stejně tak i moderní vybavení. Nová stavba zachovává úctu k tradicím, hodnotám a spojuje moderní svět s odkazem předků. Cihelna byla vystavěna okolo roku 1890, ale jak šel čas, i její účel a využívání bylo zcela jiné než původní. Dokonce se zde v polovině dvacátého století i vyučovalo. Takže – nic není náhoda...

připravila Eva Brixí

# Češi nemají rádi napětí, riziko, adrenalin

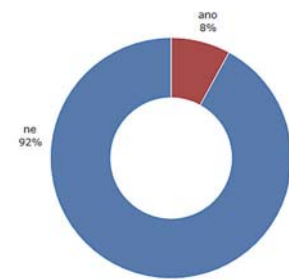
Češi nepěstují adrenalinové koníčky – má je jen necelá desetina z nich. Stejně je to s nebezpečím při práci – přes 90 % Čechů nemá rizikové povolání. Z adrenalinových koníčků lidé nejvíce zmiňovali ty, které souvisí s rychlými auty, motorkami a závody. Nejčastější rizikové povolání je spojeno také s auty, je jím povolání řidiče. To ukázaly výsledky průzkumu pro Pojišťovnu České spořitelny, který v září realizovala společnost STEM/MARK. Výzkum také odhalil, že řada lidí jako adrenalinový sport označuje běžné sporty, jako je cyklistika, lyžování a hokej, jež jsou však spojené se zvýšeným rizikem pouze v určitých případech.

Adrenalinové koníčky provozuje v české populaci jen 12 % mužů a 4 % žen. Téměř čtvrtina z nich pak spojuje svůj koníček s rychlými auty, motorkami a závody. „Zajímavé také je, že celých 20 % z těch, kteří řekli, že adrenalinový koníček mají, za něj označilo cyklistiku. Tu však při sjednávání pojištění do adrenalinových sportů nepočítáme a řadíme ji do vyšších rizik pouze v případě, pokud ji někdo provozuje registrovaně v rámci sportovního klubu, profesionálně nebo v extrémních podmínkách – pokud nejedí po dopravních komunikacích

a vyznačených cyklostezkách, například mountain bike, downhill, freeride, fourcross nebo enduro,“ komentoval výsledky průzkumu Petr Procházka, ředitel úseku řízení produktů Pojišťovny České spořitelny, a doplnil: „Podobně jsou na tom i další sporty označované lidmi při průzkumu za adrenalinové, například lyžování a vysokohorská turistika. Rizikové jsou jen jejich obdoby, například u lyžování skialpinismus a u vysokohorské turistiky alpinismus a via ferrata B až D.“ Lidé často zmiňovali také hokej a jízdu na koni, které nepatří do adrenalinových sportů a v rekreační podobě nejsou ani z pohledu pojišťovny řazeny do vyšších rizik. Jedinými adrenalinovými sporty kromě auto-moto sdělovanými v průzkumu byly horolezectví (7 %), paragliding (4 %) a vodní sporty na divoké vodě (4 %). Lidé, kteří mají u Pojišťovny České spořitelny sjednané FLEXI životní pojištění, si mohou v rámci něj bezplatně aktivovat pojištění rekreačních adrenalinových sportů až na třicet dní v roce. „Od začátku roku evidujeme téměř 4500 aktivit. Nejvíce aktivit pravidelně zaznamenáváme o prázdninách. O letošních to bylo skoro 1400,“ uvedl Petr Procházka.

Rizikové povolání má jen 10 % Čechů. Téměř každý pátý z nich je řidič z povolání. Šestina z rizikových zaměstnání spočívá v práci s chemií, nebezpečným materiálem a s vysokou

## Máte adrenalinový koníček? Pokud ano, jaký? (v %)



Auto-moto (motorka, závody apod.)	22
Cyklistika	20
Zimní sporty (lyžování, hokej)	12
Horolezectví	7
Vysokohorská turistika	7
Jízda na koni	6
Lezení/slaňování	6
Paragliding	4
Vodní sporty	4

teplotou. Další zmiňované rizikové práce jsou zdravotnické a dělnické profese, policisté, hašiči, práce se stroji nebo s ostrými nástroji, s elektřinou a práce ve výškách. (tz)

INZERCE

## PO KAPITALISMU PŘICHÁZÍ NOVÁ ÉRA: TALENTISMUS

To jediné, na čem dnes záleží, jsou lidé. Můžete nabízet skvělou službu nebo výrobek, ale bez správných lidí je neprosadíte. Zaveďte správné pracovní modely, najděte nejlepší talenty a rozvíjejte je.



ManpowerGroup  
Solutions

Specializovaná outsourcingová řešení pro lidské zdroje.



Manpower

Agenturní zaměstnávání a recruitment. Řízení lidských zdrojů.



Experis  
ManpowerGroup

Vyhledání specialistů v IT, inženýringu, financích a managementu. Projektová řešení.



Right  
Management  
ManpowerGroup

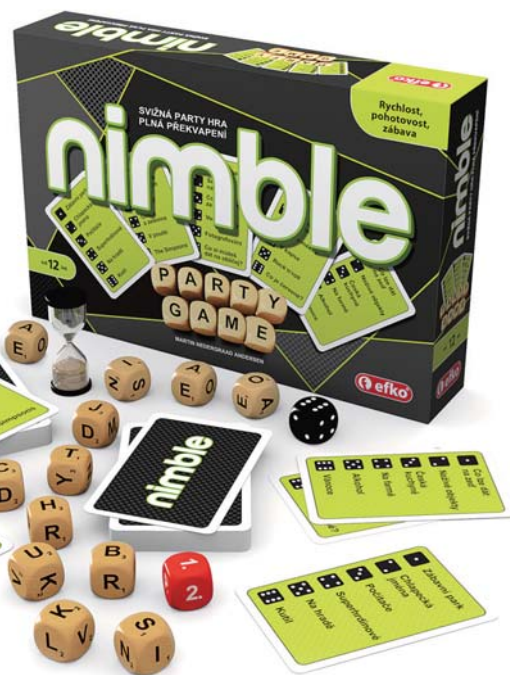
Talent management. Outplacement. Career management.

# Společenská hra jako cesta k pospolitosti

**Vánoce, Christmas, Noël, Weihnachten, Święto Bożego Narodzenia, Buon Natale – ať se tento svátek jmenuje jakkoli, je netrpělivě očekáván snad v každé domácnosti. U nás přes všechny módní a historické vlny vyhlížíme toho našeho Ježíška, a těšíme se na jeho kouzelné zvonění v podvečer 24. prosince a dárky pod rozzářeným vánočním stromem. Co nás všechny spojuje, je příprava na tolik očekávaný den.**

Společnost EFKO, český výrobce her a hraček, připravila pro vaše rozhodování několik tipů na užitečné dárky. „Všem bych rád popřál krásné vánoční svátky a co nejméně hektiky při jejich přípravě,“ sdělil Miroslav Kotík, majitel společnosti EFKO. „Být stále originální a nemuset při tom vynakládat obrovské částky není snadné, proto se snažíme obohacovat trh výrobky, které si může dovolit opravdu každý. Jsou to například společenské hry, s nimiž se dá užít spousta legrace, vedou k procvičování mozku, i lidské pospolitosti.“ Novinkou letošních Vánoc je hra **Lovci motýlů**, která náležitě procvičí postřeh a rychlost, navíc ve dvou úrovních obtížnosti. Díky

originálním otáčecím herním plánům (motýlím loukám) zabaví hra dospělé i děti od pěti let. Pravidla jsou lehká, jako motýlí křídla. Každý hráč si vybere svoji motýlí louku, balíček kartiček položí hráči doprostřed. Otočí vrchní kartičku. Kdo první najde stejného motýla na své louce, řekne „Stop“, motýla ukáže a vezme si kartičku k sobě. Vyhrává ten, kdo má na konci hry nejvíce kartiček. Hra má dvě úrovně obtížnosti: Kartičky jsou oboustranné, z jedné strany je vždy jeden motýl, z druhé strany pak dva nebo tři motýli. V jednodušší variantě hrají hráči s obrázky a jedním motýlem. V obtížnější variantě získá kartu hráč, který najde jako první všechny motýly a ukáže je všechny současně na své louce. Hra obsahuje čtyři motýlí louky, originální otáčecí herní destičky a 40 oboustranných hracích karet. Nimble je společenská hra, která má spád, a je určena pro dva až šest hráčů. Hledáte-li originální zábavu na večírek, pak může splnit vaše očekávání. Nimble vychází z trendů dnešní doby.



Nabízí pohotovou, rychlou, a hlavně jednoduchou akci, kde nikdo na nikoho nečeká, všichni hrají najednou. O rychlosti hry vypovídá čas potřebný pro odehrání jednoho kola, pouhých 20 sekund. Nimble navíc díky více než 300 tématům a neočekávaným kombinacím neomrzí. A je to právě překvapivost, která dodává hře se 14 dřevěnými kostkami, 50 kartami a přesýpacími hodinami na vtíp. Nimble, to je sázka na jistotu nevyzpytatelné zábavy jak na nejrůznějších setkáních, tak v rodinném kruhu se staršími dětmi. Pravidla lze přizpůsobit. Témata změnit podle vlastních zkušeností, věku a osobnosti. Nimble odhalí, jak jste na tom s pohotovostí a postřehem. Je to hra pro všechny hráče, kteří se rádi baví. Vyrábí se v Novém Veselí na Žďársku právě ve firmě EFKO, a to jako převzatý úspěšný dánský koncept Wordaholic.

Společnost EFKO působí na českém trhu od roku 1993. Za dobu své existence obohatila mnohým z nás život řadou příjemných chvil. Možná právě letos sáhnete po některé z her jako po vkusném vánočním dárku, kterým určitě neurazíte. (tz)



# Letošní ročník vín se zařadí k těm moc a moc dobrým...



Ing. Pavel Pastorek

Ing. Pavel Pastorek, předseda představenstva a generální ředitel Templářských sklepů Čejkovice, vinařského družstva, má zvláštní dar – vypráví tak, jak se ochutnává víno. Srdcem. Každý rozhovor s ním je jiný, a přece mají jedno společné: vztah k hodnotě, ať je jím produkt, tedy nápoj pohody a rozvernosti, nebo příroda tvarovaná vinicemi, či lidská pospolitost, již dobré víno kultivuje a stmeluje. A tak tedy:

## Budete mít v sortimentu také ledové nebo slámové?

Naše vinařské družstvo má stabilně v sortimentu ledová i slámová vína. Pro nás tyto lahůdky představují pomyslnou „třešinku na dortu“, nejsme specializovaní na výrobu takovýchto vín. Ono upřímně řečeno – těchto vín se prodává velmi málo, domnívám se, že jejich zastoupení i v gastronomii by mohlo mít mnohem větší prostor. Pokud jsem měl možnost srovnat si kvalitu našich „slámek a ledovek“ s obdobnými víny zahraniční proveniencí, tak mohu zodpovědně říci, že tato vína z naší jihomoravské oblasti jsou naprosto rovnocenná, ne-li ještě kvalitnější než většina zahraničních produktů, včetně německých či kanadských „ledovek“...

## Všichni myslíme na Vánoce a Silvestra, ale vaše plány již asi chystají Valentýna. Co nabídnete těm, kteří se ve víně tolik nevyznají?

Svátek Valentína je spojen s růžovou barvou – jak jinak... Takže máme připraven široký sortiment rosé vín – zde už Svatomartinské rosé se ukázalo jako mimořádně kvalitní, a tím je dána záruka i pro další růžová vína. Pochopitelně nabídneme i růžový sekt – vyrobený opět metodou sekundární fermentace v láhvi, který

v již zmíněném hodnocení sektů získal třetí nejvyšší počet bodů.

## Jak uvádíte na webových stránkách, víno představuje také úctu k tradici. Myslíte, že se u nás právě k tradici již zase lidé více vrací?

Upřímně se přiznám, že v chování řady lidí moc úcty k tradicím nevidím, spíše to připomíná konzumní společnost se vším všudy... Ale výjimky potvrzují pravidla, takže nelze lámat hůl nad byt křiklavými individui. Soustředíme se na obecné povznesení našich národních kulturních hodnot. Rozhodně se nemáme za co stydět, spíše můžeme být hrdí na toto naše dědictví a je pouze na nás, jak dále s tímto naložíme. My jako výrobci vína, a navíc v oblasti jižní Moravy, kde se na tradice skutečně drží, tady jdeme příkladem. A víno jako nápoj společenského kontaktu nám s tímto hezky pomáhá. Takže na zdraví...

ptala se Eva Brixi ■■■

## Čím si letos připijete na přelomu dvou roků?

Zde je jednoduchá odpověď – naším sektem Sang Real Sekt Demi – jde o sekt z naší produkce, vyrobený tradiční metodou sekundární fermentací v láhvi. Toto je sekt, který při hodnocení odbornou komisí časopisu Wine & Degustation získal vyšší ocenění jako řada sektů renomovaných vinařských firem, které se na sekty specializují.

## A co byste si pro nadcházející období nejvíce přál pro podnikání družstva?

Mám přání – aby se stabilizovaly podmínky pro podnikání, to znamená, aby se v průběhu roku neměnila pravidla – předpisy a další nařízení, a hlavně aby se snížil objem byrokracie, která poctivé firmy neskutečně zatěžuje a komplikuje jim život.

## Jaký byl pro Templářské sklepy podzim? Radostnější než jindy?

Podzim, to je pro nás vinaře období sklizně a přípravy vína pro nejméně celý následující rok. Takže doba velmi hektická, navíc ve vazbě na počasí. A toto nám letos velmi přálo. Já s trochou nadsázky říkám, že svatý Petr nám vrací to, co nám loni odepřel – krásné babí léto a vynikající kvalitu hroznů. Takže mohu zodpovědně říci, že letošní ročník vín se zařadí k těm moc a moc dobrým... Nakolik mám v této predikci pravdu, to se ukáže v průběhu tří až čtyř měsíců.

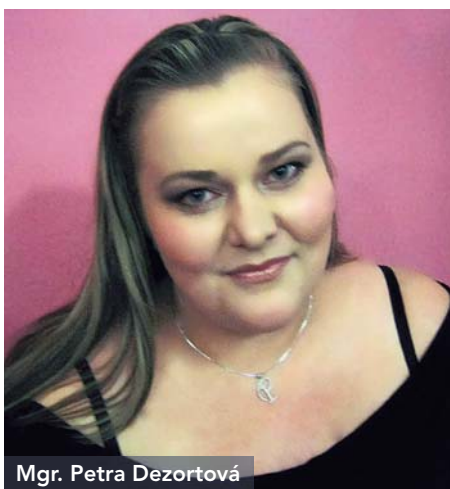


# Trend vždy určuje naš zákazník...

Také máte před sebou firemní večírek, jímž důstojně zakončíte letošní snažení? A jaký to byl vlastně rok? Povedl se? Nastartoval mnoho projektů, přinesl platící klienty a vstřícné obchodní partnery? Pokud ano, je určitě důvod k veselí a dobré náladě. Pohodu při takových příležitostech dotváří chutné pohoštění, ať už je to vánoční cukroví, nebo pikantní obložené mísy, slané dorty, nebo atraktivně naaranžované ovoce. Co všechno je vhodné, kdo to zajistí a jak je to s objednávkami, na to jsem se zeptala Mgr. Petry Dezortové z firmy DortyDomu:

**Firemní vánoční večírký jsou v plném proudu, anebo se právě chystají. Jak nejjednodušeji připravit vhodné pohoštění, aby byli všichni spokojeni?**

Vánoční setkání jsou ve firmách velkou událostí, kdy kromě oslavy Vánoc a blížícího se volna navazují kolegové pevné kontakty se svými spolupracovníky či klienty. Je tedy nezbytné myslet jak na program, tak pohoštění. Záleží samozřejmě na typu večírků i počtu osob, ale téměř vždy je vhodné doporučit



Mgr. Petra Dezortová

klientovi kombinovat jak sladké, tak slané pohoštění. Ve firmě DortyDomu se specializujeme právě na originální návrhy, přípravy a realizace sladkého i slaného občerstvení pro různé typy oslav. Stačí se tedy dotázat na kte-

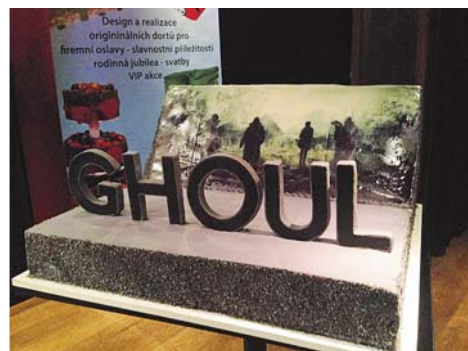


rékoli naší prodejně či prostřednictvím e-mailu na webových stránkách [www.dortydomu.cz](http://www.dortydomu.cz) a my již vše zajistíme k maximální spokojenosti zákazníka.

**Je nějaký trend ve sladkém, slaném nebo jiném pohoštění?**

Trendy vždy určuje náš zákazník a my rádi připravujeme vše tak, aby byl z výsledku nadšený a jeho chuťové buňky plesaly blahem. Pokud bych však měla zmínit neefektivnější provedení party občerstvení, tak jsou to např. cupcakes s logem firmy, motivem nebo firemním produktem. Velmi častá je rovněž poptávka po ovocných barech, jejichž vzhled





dovádíme k dokonalosti. Neberte to jako přílišné chlubení, ale odezvy klientů nás více než těší.

**V jakém časovém předstihu je potřeba se s vámi domluvit? A co všechno umíte poradit, připravit, zařídit?**

Jsme velmi rádi, pokud máme na přípravu několik dnů navíc, avšak vzhledem k mnohalejším zkušenostem, profesionálnímu přístupu a flexibilitě je možné zajistit zakázku i téměř ze dne na den. Vše je však o možnostech zákazníka, a tedy je pochopitelně vhodné řešit složení i provedení občerstvení s alespoň kratším předstihem.

**Mohu si od vaší firmy objednat firemní vánoční stůl třeba pro dvacet osob? S výzdobou, občerstvením a dárky pro všechny přítomné?**

Záleží opět na vašich představách. Kapra vám pravděpodobně neusmažíme, ale o to více fantazie zapojíme při vymýšlení dárečků pro vaše hosty. I na těchto si budou moci pochutnat. Výzdobu zajistí naše dekorátérka, se kterou v případě firemních akcí, večírek, svateb či oslav spolupracujeme. Vše pak vypadá překrásně sladěné. Vše je včas připraveno

né a vy se již můžete pouze věnovat svým hostům.

**To znamená, že se o vše, co se poji s ochutnáváním dobrot a výzdobou, postaráte sami, tedy na klíč?**

Ano, přesně tak. Téměř vše chystáme a vyrábíme v našich cukrárnách v Praze 4 a Praze 5. Složitější zakázky jsou připravovány a dokončovány i na místě konání akce.

**Taková předvánoční setkání bývají spíše v duchu cukroví a punče nebo bylinkových čajů, anebo zákazníci touží po slané kuchyni a něčem ostřejším?**

I sladké může být ostřejší. Přidat do čokolády chilli není výsadou jen cukroví, ale i minidezertů a jednohubek. Cukroví je u nás fantastickou záležitostí, a tedy je ho spíše pro vánoční večírky nedostatek. Na tabuli však nesmí chybět ani klasické pohoštění, tedy kanapky, chlebičky či exkluzivní obložené mísy.

**Přicházejí i hodně originální přání? Jakou roli hrají vaše slané dorty? Je o ně zájem?**

Slané dorty v netradičních provedeních (např. ve tvaru dámského torza) jsou stále více v obli-

bě u mnoha našich zákazníků. I v tomto případě je možné tvořit dorty, které na první pohled nejsou rozeznatelné od dortů sladkých. Stále se rozšiřující nabídku si může každý zákazník prohlédnout i přímo objednat na našem webu [www.dortydomu.cz](http://www.dortydomu.cz) v kategorii Slané speciality.

**Řada firem přesunuje vánoční večírek na novoroční, kdy není tolik shonu. I v tomto případě vyjdete vstříc?**

Každý rok myslíme na naše zákazníky jak na Štědrý den, tak v posledním dnu v roce. Cukrárny mají tedy otevřeno stále a stejně tak je možné objednat pohoštění či kompletní servis v těchto svátečních dnech. Pokud bude mít tedy klient přání či dotaz, může se na nás kdykoli obrátit a my se mu rádi budeme věnovat.

ptala se Eva Brixi

#### Cukrárna DortyDomu

Jeremenkova 7, Praha 4 – Podolí  
tel.: 724 083 809

#### Cukrárna Evelína

Bozděchova, Praha 5 – Anděl  
tel.: 724 083 810

# Perníčkové radosti do firem i domácností

Prosinec a Vánoce je jedno velké synonymum. Nejvroucnější svátky roku, na které se těšíme všichni bez rozdílu. V JaJa Pardubice, s. r.o., to moc dobře vědí, neboť poslední den v roce perníkové radosti nestačí péct, zdobit i expedovat. Přibývá firem, které si objednávají dárečky pro své zaměstnance, na večírky, pro obchodní přátele či jako výzdobu recepce, do výloh. Jarmila Janurová, zakladatelka firmy a její neúnavná inovátorská duše, má radost. Po složitějších letech, kdy zákazníci více šetřili, si opět Vánoce chtějí užít jaksepatří a těšit se z české tradice.

**K nadcházejícím svátkům patří i více dobrot na stole. Sladkosti v tom hrají u nás velkou roli. Někdo dává přednost vánočnímu dortu, jiný jablečnému závinu, další klasickému drobnému cukroví, jiný perníčkům. Mnohá přání dokáže vaše firma splnit. Čeho požadují zákazníci letos nejvíce?**

Náš výrobní program umožňuje připravit bohaté sváteční stoly. Ke krásným svícňům, betlémkům, anděličkům, drobným perníčkům, zasněženým chaloupkám od nejmenších až po veliké nechybí perníkové minidezerty a sváteční cukroví. Značně narostl zájem o perníkové minidezerty, drobné plněné perníčky balené v kazetách. A sváteční cukroví překonalo naše očekávání. Zákazníkům od nás chutná a to je pro nás to největší potěšení. Jsme rádi, že klienti dávají přednost kvalitě. Zdobený perník je rovněž stále ve středu zájmu a takřka tradičně nepokýváme zcela poptávku, i když přijímáme brigádníky na pomoc. Takže shrnuto – zájem je o vše, co vyrábíme. Krásný po-

cit. Víme, že jsme firma, která dodává krásu, užitek a přispívá k pohodě nejen o Vánocích.

**Máte mnoho firemních odběratelů, krásně zdobené perníčky jsou báječným vánočním dárkem. Asi není nejlepší posílat objednávky až v prosinci. Co byste doporučila?**

Naši stálí odběratelé vědí, že měsíc září je nejvhodnější období pro objednání vánočního sortimentu. Zahraniční klienti objednávají již v letních měsících. A říjen je měsícem odběru. Doporučuji všem, kteří si nás chtějí vyzkoušet, aby na Vánoce mysleli hodně v předstihu a ozvali se. Mohou zkontrolovat, nechat si poradit, a to vše v klidu, ne ve chvíli, kdy máme všichni času spíš méně než nazbyt. Je nám totiž vždy líto, pokud nemůžeme vyhovět pro naplněnou výrobní kapacitu.

**Máte také perníčky jako vánoční ozdobu na stromeček. Známe je, jsou přehledná a na smřčku vypadají luxusně. Přibýly i nové motivy?**

Na bílé drobné perníčky na stromeček pro veliký zájem o perníkové chaloučky a výrobu staročeské vesničky pro výzdobu pražského hotelu InterContinental zbývá letos málo prostoru. Ale ze sortimentu se určitě neztratily. Máme je rozmanitě zdobené a víme, že o svátcích mají své místočko na stromečku v řadě domácností.

**Nezdá se vám, že je stále více mužů, kteří rádi mlsají?**

Muži více mlsají, to s vámi souhlasím. Soudím podle nakupování v našich obchodech. Čím to je, těžko říci, možná i proto, že výběr sladkých dobrot je na trhu velký a uspokojí i gurmány. Pravidelnou denní návštěvu si ne-



opustí muž, který má rád naše buchty a koláče. Skutečnost, že mužská populace nám fandí, je pro nás optimistickou zprávou, která nás utvrzuje v poznání, že jdeme správnou cestou. Že to prostě umíme. Ženy si více hlídají štíhlost linii, mají ke sladkostem trochu jiný vztah. Cení si například estetického provedení, radují se z umění našich cukrářek.

**Jistě přibýly i novinky do již tak bohatého sortimentu. Jakou z nich byste doporučila právě mužské části odběratelů? Když shánějí ještě nějaké dárečky na poslední chvíli? Nebo třeba již s blížícím se únorovým Valentýnem?**

Novinky – co vyjmenovat dříve? K Vánocům patří betlémek, stromeček, stromeček jako PF, stejně tak jako další jiná rozmanitá přáníčka PF v různých tvarech. Je to věčný dáreček za všech okolností.

No a Valentýn? Doporučuji pro tento den, aby na sebe byli lidé hodní a aby si své vztahy uměli náležitě užít, aby si sebe navzájem vážili a měli se prostě rádi. Perníček pak může být doplňkem, ať je velký, či malý, v různých tvarech i barvách, s rozličnými motivy – veselý, uctívý, s nadsázkou...

za krásná slova poděkovala Eva Brixi





# Vánoční večírek plánují **takřka dvě třetiny firem**

**Vánoční večírky letos plánuje pro své zaměstnance připravit kolem 70 % firem v Česku. Zaměstnanci je však příliš v oblíbení nemají, rádo na ně chodí jen 16 % z nich. Ti, kteří se jim vyhnou, se ale mohou připravit až o několik tisíc korun a upevnění vztahů v rámci firmy.**

Některé firmy utratí za vánoční večírky statisíce. Jen cena pohoštění se pohybuje v rozmezí od 350 do 1000 korun na osobu. Významnou položkou v rozpočtu je doprovodný program a v neposlední řadě pronájem prostoru. Polovina českých společností pořádá večírky v restauracích. „Charakter firemních vánočních večírků se odvíjí od zaměření, velikosti a strategie společnosti. Větší firmy zejména z oblasti bankovníctví, pojišťovnictví, obchodu a služeb pořádají akce formálnějšího charakteru. Ty se často konají v hotelích s bohatým cateringem a pestrým doprovodným programem. Naopak firmy z oblasti výroby si potrpí na neformálnější akce. Výjimkou u velkých firem není ani to, že večírky pořádají jednotlivé divize samostatně. Vánoční večírky malých firem mívají zpravidla rodinný charakter, často se jich účastní partneři i děti zaměstnanců,“ popsala

Marcela Vyskoková, marketingová manažerka personální agentury AC JOBS. Přes 80 % zaměstnanců by se vánočnímu večírku nejraději vyhnulo. To se týká zejména lidí z větších společností, kde je prostředí anonymnější. Pokud už se ale večírek koná, je dobré se ho zúčastnit. „Vánoční večírky jsou součástí teambuildingu, slouží k upevnění firemních vztahů. Zejména pro firemní nováčky jsou dobrou příležitostí, jak v neformálním prostředí poznat kolegy. Často se zde upevňují vztahy, občas dochází i k řešení budoucí strategie. U zahraničních firem se vánočních večírků zúčastňuje i vedení firmy, se kterým se ne všichni zaměstnanci mohou během roku setkat. Pokud někdo akce tohoto typu nevyhledává, je vhodné pozdravit se s pár kolegy a večírek opustit po slavnostním projevu vedení firmy,“ doporučila Marcela Vyskoková. Celkem 22 % lidí nezávadně odhadnout vhodné oblečení na firemní večírek. „Dresscode vánočních večírků odráží firemní kulturu. Oblečení do značné míry závisí na celkové prezentaci firmy a na místě, kde se večírek koná. Ne všechny večírky musí být nutně formální, zaměstnanec by měl už z pozvánky poznat, zda je dresscode vyžadován. Vrcholoví manažeři a členové vedení společnosti by ale na vánoční večírek měli vždy dorazit ve



Foto: Freeimages

formálnějším oblečení,“ upozornila Marcela Vyskoková. Z průzkumu Hospodářské komory České republiky vyplývá, že každá druhá firma v Česku dá zaměstnancům dárky. „Vánoční večírky nejsou vhodným místem pro dávání dárků mezi kolegy. Naopak jsou vhodnou příležitostí pro ohodnocení zaměstnanců, ať už v podobě dárků, nebo různých bonusů. Výjimkou nejsou ani soutěže o ceny v hodnotě několika tisíc korun. Dárky i soutěže jsou samozřejmě určeny pouze pro zaměstnance, kteří na večírek dorazí. Zároveň na večírcích zpravidla dochází k hodnocení celého roku, odměňování obchodníků a úspěšných zaměstnanců,“ uzavřela Marcela Vyskoková. (tz)

INZERCE

## BIKETOWER

V Hradci Králové před OC Futurum

od listopadu 2015 v provozu další

parkovací cyklověž **BIKETOWER**

[www.bikeproject.cz](http://www.bikeproject.cz)



INVESTOR:  
**Aspira Invest s.r.o.**



MINISTERSTVO  
PRO MÍSTNÍ  
ROZVOJ ČR

Projekt „Zařízení na parkování kol v Hradci Králové“ byl pořízen za přispění prostředků státního rozpočtu České republiky z programu Ministerstva pro místní rozvoj ČR.

**Vítejte v cyklistické  
budoucnosti.**



## Méně starostí pro všechny

Přemýšlela jsem, jak si s vámi, našimi čtenáři, popovídat v závěru letošního roku. Napadalo mne hodně témat, nakonec jsem zvolila jedno obecné, ale věřím, že aktuální. Všem nám bych totiž přála, abychom měli méně starostí, a čas, který nám utíká vyřizováním nejrůz-

nějších hloupostí, věnovali radostem, užítku a vzájemného obohacení o hodnoty, které mají smysl. Zdá se mi, že díky podradnostem, jež vznikají z rozmanitých důvodů, si ničíme to nejcennější, co máme: dobrou náladu i své zdraví, pokud toho složitě máme nad hlavu pro příliš dlouho. Proto do roku s šestkou na konci hodně pohody a elánu, prozíravosti a odvahy. Přeji vám, abyste si harmonii okamžiku uměli udělat v duši i nezávisle na okolnostech, které člověku občas nepřejí.

Eva Brixi, šéfredaktorka

čtěte s námi

## Lidl startuje s novým konceptem

**Za 13 let svého působení na českém trhu patří Lidl díky své strategii prodeje i kvalitě produktů k lídrům. Další významnou etapu startuje aktuálně s novým konceptem prodejen.** První takovou otevřel v Berouně. Do rozvoje prodejní sítě a rozšíření skladových ploch chce Lidl v následujících třech letech investovat celkem 9 miliard korun. „Po určité době, jež byla ve znamení modernizací stávajících prodejen, jsme se rozhodli pro zcela nový koncept. Ten bude znamenat pro zákazníky především komfort v nakupování. Tímto krokem dáváme také jasný signál nejen našim zaměstnancům, ale i našim dodavatelům, že s námi na českém trhu mohou nadále počítat,“ řekl Pavel Stratil, generální ředitel společnosti Lidl. Moderní architektura, stavební technologie šetrné k životnímu prostředí, lepší služby pro zákazníky i lepší podmínky pro zaměstnance – to je zásada uplatněná během čtyřměsíční výstavby berounské prodejny, prodejny nové generace první ve střední a východní Evropě. Nový koncept prodejen Lidl je pro řetězec průlomový a první taková budova byla dokončena teprve v letošním roce v Itálii. Prodejna v Berouně vyrostla v ulici Plzeňská, na místě té původní. Město bylo vybráno nejen pro vhodný pozemek a vstřícnost, ale i vzhledem k silnému konkurenčnímu prostředí. Náklady na výstavbu se vyšplhaly na téměř 90 milionů korun a prodejna nabídla nově zhruba 25 pracovních míst. Mezi největší změny patří širší parkovací místa, uvnitř pak světlý vzdušný prostor se širokými uličkami, velká pekárna a rozšířené úseky čerstvých potravin až o 20 %. Zákazníci jistě ocení více pokladen s novým odkládacím prostorem. Novinkou jsou také toalety s přebalovacím pultem nebo nabídka kávy s sebou. Pozadu nezůstane ani zaměstnanci. Ti budou mít kromě moderního pracovního prostředí k dispozici velkoryse pojaté odpočinkové prostory v druhém podlaží s terasou, sprchami a školicí místností. Práci jim usnadní také optimalizované skladové plochy a trasy zboží v prodejně. (tz)

### Prosperita Fresh Time

vychází jako příloha časopisu Prosperita, ročník 4, prosinec 2015

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

Šéfredaktorka: Eva Brixi, e-mail: bixi@iprosperita.cz, mobil: 602 618 008

Obchodní ředitel: Martin Šimek, e-mail: martin@iprosperita.cz, mobil: 606 615 609

Redakční tým: Pavel Kačer, Jiří Novotný, Kateřina Šimková

Grafický design: Michal Schneidewind

Korektury: Mgr. Pavla Rožníčková

Titul: H.R.G., spol. s r. o., Distribuce: 5 P Agency

Placené textové materiály jsou označené grafickým symbolem ■■■

[www.freshtime.cz](http://www.freshtime.cz)

## Jak zhubnout a být fit?

**Dostat se do formy, udržet se fit, mít energie na rozdávání – to jsou témata po právu budící pozornost o to více, že se období nového roku vždy nese v duchu předsevzetí a zbrusu nových startů.** Většina odborníků se shoduje, že krátké a drastické diety organizmus spíše vyčerpávají a nahrávají jo-jo efektu. Komplexní přístup k vlastnímu tělu, správná výživa a pět porcí ovoce a zeleniny denně místo bezhlavého vrhání se do další trendy a „zaručené“ diety, to je ta správná cesta k získání, a hlavně udržení skvělé postavy.

Průvodcem vám mohou být léty prověřené tipy a rady Martina Hrazdila, fitness trenéra a nutričního specialisty spolupracující se značkou 100% džusů Relax.

„Pro hubnutí je nejdůležitější pozitivní naladění a motivující rituály,“ říká Martin Hrazdil. „Svým klientům radím nařít si budík o půl hodiny dříve a vstávání si více užít.“

Jak na to? Vstávejte pomalu – začněte jemným protahováním. Přehrajte si v hlavě alespoň jednu věc, na kterou se těšíte a nalaďte úsměv, díky kterému si užijete pocit štěstí. Ještě před sprchou jemně promasírujte obličej, vsaďte na sílu aromaterapie: citrusy povzbuzují, levandule a pačuli evokují pohodu.

Každý den snižte a dbejte na vyvážený poměr živin, snídaně by měla tvořit pětinu až čtvrtinu vaší denní energetické dávky. Na talíř si naservírujte kvalitní proteiny, komplexní sacharidy a kromě nezbytné kávy či čaje si dopřejte třeba 200ml sklenku 100% džusu Relax, která plnohodnotně nahradí jednu z pěti doporučených porcí ovoce a zeleniny denně. „Je prokázáno, že lidé, kteří nesnídají, se častěji uchylují k přejídání během dne a vyhledávají kaloričtější druhy pokrmů,“ radí Martin Hrazdil. Doporučení Světové zdravotnické organizace (WHO) vyplývá z dlouhodobého sledování kondice 50 000 amerických zdravotních sester. Ty, které denně konzumovaly alespoň pět porcí ovoce a zeleniny, byly více fit, a to i ve vyšším věku.

Jak toto doporučení převést do praxe? Porcí se rozumí takové množství, které se vejde do dlaně, pět porcí tedy zvládnete s trochou snahy snadno. Ovoce a zelenina jsou ideální fitness pomocníci, neboť mají vyšší obsah vody a vlákniny a méně kalorií než jiné, méně zdravé svačinky. Lidé bývají skeptičtí, ale sníst pět porcí ovoce a zeleniny je vlastně úplně jednoduché: ráno 200ml sklenka 100% pomerančového džusu Relax, jablko či půl banánu dopoledne, hrst hroznového vína či nektarinka s jogurtem odpoledne. Mléčný výrobek doporučuji k ovoci proto, že snižuje jeho glykemický index, a cukr se tak do krve uvolňuje pozvolna. K obědu či večeri porci zeleniny uhradí zeleninová krémová polévka, míchaný salátek či příloha, jako jsou zelené fazolky, špenát či hrášek.

„Stanovte si realistické cíle. Sepište si plusy a minusy vaší postavy, čím konkrétněji, tím lépe. Pokud si nebudete vědět rady s pozitivy, požádejte svého partnera nebo kamarádka. Pak se zamyslete, které z negativních bodů je reálné změnit. A začněte na nich pracovat, krok za krokem. Za každý pokrok se odměňujte – ať už masáží, návštěvou kadeřníka, nebo lekcí jógy,“ doporučuje Martin Hrazdil.

Ve spánku probíhají veškeré regenerační procesy, obnovují se svaly, kosti, kůže. Tělo se samo čistí a připravuje na další den. Dostatečně dlouhým a kvalitním spánkem se také míchá hormonální koktejl leptinu a melatoninu zodpovědný za pocit hladu či sytosti. „Chodit spát v rozumnou dobu před půlnocí, vyhnout se konzumaci nikotinu, kofeinu či alkoholu ve večerních hodinách a co nejvíce omezit tzv. modré záření z různých obrazovek, to jsou asi nejzákladnější rady, jak co nejvíce využít regeneračního potenciálu kvalitního spánku,“ vyjmenovává Martin Hrazdil. (tz)



# Klobásky a buřty, šunka i paštička

Široko daleko to vonělo grilem, na kterém se opékaly Milánkovy klobásy, jeden z nejpoblíbenějších výrobků firmy Uzeniny BETA. Ty získaly také letos ocenění v soutěži domácích potravinářů Česká chuťovka. Místo, kam jsme 4. prosince s kolegou zamířili, bylo centrem dvou pěkných oslav. Jeden z objektů NH Car Praha, showroom Strahově, je totiž právě zrekonstruovaný a veřejnosti se ten den představoval v celé své kráse, a konala se tady také rozverná mikulášská nadílka pro všechny přátele, zaměstnance, novináře i řadu celebrit. Pohostinné prostředí se však stalo svědkem ještě jedné malé společenské události.

Obchodní ředitel Uzenin BETA Jiří Souček, který zde měl na starost prezentaci uzenářských pochoutek všem přítomným, zároveň předal generálnímu řediteli NH Car Praha Ing. Vítu Pěknému báječnou cenu sestavenou převážně z produktů firmy, kterou obchodně řídí. A za co? Jeho odpověď byla totiž nejlepší v naší listopadové anketě přílohy Fresh Time, v níž podnikatelé a manažeři odpovídali na otázku, jaké uzeniny chodí nakupovat nejraději. Partnerem této ankety byly právě Uzeniny BETA. Odpovídajících se sešla rovná desítka a takřka všichni vzdali hold českým uzenářům a názory nabídli vpravdě unikátní. Těžko se Jiřímu Součkovi vybíralo, a jak přiznal, dlouho váhal. Nakonec padla volba na Víta Pěkného. Jeho vztah k uzeninám je šťavnatě gurmánský a jak potvrdil, umí si na nich opravdu



Nakonec jsem se nechala přemluvit a společně s oběma hlavními aktéry, vyhodnoceným Vítem Pěkným a předávajícím Jiřím Součkem, členy naší redakční rady, jsme dobrou náladu zvěčnili i prostřednictvím fotografie

foto Pavel Kačer



pochutnat. A to zase dokáže ten, kdo o uzeninách už něco ví, dokonale ocenit. Výherci jsme přijeli pogratulovat a Jiří Souček spojil (zcela náhodou) příjemné s užitečným – společně s dalšími partnery mikulášských radovánek sytil hladové žaludky přítomných klobáskami, šunkou, buřtíky, paštikou a spoustou dalších lákadel, jako jsou třeba svatební párečky, taliány nebo bílá klobáska jako předzvěst blížících se Vánoc, a těšil se z toho, že může s autorem vtipné odpovědi prohodit pár přátelských slov. No a nám, kolegovi Pavlu Kačerovi a mně, připadla úloha mediálního prostředníka, který musel vše zdokumentovat a připravit do našeho letošního posledního vydání, jímž právě listujete.

Rozhodli jsme se také, že v anketách budeme pokračovat, protože se při nich všichni pobavíme a dokážeme hodnotit business zase z jiné stránky než podle starostí a čísel výsledovky.

Eva Brixl

INZERCE

**www.kand.cz**

**KAND TOMATO KETCHUP SLADKY**

**Vítěz dTestu 2011 kečupu**

**KLASA**

# CHCETE UŠETŘIT? JEZDĚTE NA CNG!



- stlačený zemní plyn CNG je nejlevnější pohonná hmota – 18 až 19 Kč/m<sup>3</sup> včetně daní (1 m<sup>3</sup> CNG energeticky odpovídá 1 litru benzínu)
- náklady na 1 km jízdy u osobních a malých užitkových vozů od 1,00 do 1,30 Kč
- u CNG se nejedná o přestavby, ale o továrně vyráběná vozidla
- plnohodnotný zavazadlový prostor
- s kartou CNG samoobslužně natankujete rychle a nonstop
- aktuální informace (ceny, mapa stanic, nabídka vozů, novinky) sledujte na webových stránkách [www.cng.cz](http://www.cng.cz)
- RWE je provozovatelem široké sítě stanic CNG a největším prodejcem CNG v ČR

**RWE**  
The energy to lead

Ježdím na

