

Madam[®] BUSINESS

PROSPERITA

srpen 2022

Svěží podvečer

Eva Brixi

Když léto běží
Jak v diáři nebes pánbůh naplánoval
Jsem svěží
Angrešt dobrou náladu mi podaroval
Brouzdám se trávou
V podvečer
A poslouchám unavené ptáky
Tebe taky
Do lýtek mne zebe rosa
A to ještě nejsem bosa
Maliny jak víno zrají
Na ženy se v roští usmívají
Borůvky zkoumám bez brýlí
Potají hladím křídla motýlí
Jak dojemné
Jak magické
Jak úžasné až dramaticky tragické
Ta volnost pohybu
Zbytnost všech krajek v oděvu
Já stojím v údivu
Sputaná do vášně a vůní
Odkvetlého plevelu
Na krajíčku prázdnin
Hoří barvy v slunci ohňů
Polibkem plným
Smývám hříchy dne
Podpis stéblem trávy na tvých zádech
Všední překrásný a hravý
Potvrdil mé škádlení a pravdomluvné lhaní
Mé vzkazy jsou teď průhledné
Díky vzdávám zahradám
S pěšinami osudů
Zeleň uklání se k spánku
Já ruším schválně
Nedočkavě rozepínám
Na vrcholku naše stráně

Kateřina Kupková

**Stačí, když si budete všimát
visaček v obchodech**

rozhovor na stranách 10–11

Na nové granole od Mixitu si pochutnají i milovníci anglických snídaní

Jak se zrodila nová Slaná granola se sušeným sýrem? V Mixitu si řekli, že zkusí obohatit nabídku o něco zcela nového. A vyšlo to. Trocha vloček, hrst ořechů, stejně tolik mandlí, dva druhy semínek, pokapat olivovým olejem, přihodit trochu rozmarýnu, přidat trochu javorového sirupu, a celé směsi nakonec dopřát lehkou letní přepršku mořské soli. Něco tomu ale ještě chybělo... Pro pomoc sáhli ke známým firmám, a jakmile do pece přiskočila oblíbená dvojice Cheddar – Red Leicester, nový slaný snídaňový mix byl kompletní. Dobrotu si můžete nasypat na vajíčka, přihodit do salátu, dát do sendviče nebo ji zobat prostě jen tak.

(red)



Včely nedávají jen med, ale i naději žít



Ing. Tomáš Kubík

„Uvědomujeme si, jak zásadní dopad má naše činnost na životní prostředí. Využíváme přírodu k našemu bytí, k našemu pohodlí a komfortu, a často si neuvědomujeme, jak důležité je se o ni starat, abychom nepřišli o to, co nám poskytuje. Celosvětově je úbytek včel zásadní. Podle některých studií za posledních 20 let celosvětově uhynulo přes 50 % včelstev. Vliv na to mají například změny klimatu, extrémní sucha nebo nadužívání chemikálií ve snaze o co nejvyšší zemědělské výnosy. Považujeme proto za důležité na tuto skutečnost upozorňovat. Jak bylo možné se přesvědčit v jediný den na naší prodejně v Praze Uhřetíněvsi, podíl včel na produkci potravin je významný,“ řekl při této příležitosti Jens Krieger, generální ředitel PENNY, a dodal: „Včely bez nás mohou žít, my bez nich ne. Jsou nejvýznamnějším opylovačem. Jen díky včelám máme velké množství zeleniny a ovoce, ale i některé druhy ořechů, oleje a další samozřejmosti. Ze sta druhů rostlin, které tvoří 90 % světové produkce potravin, jich včely opylují většinu! Některé plodiny by bez včel zcela zmizely, například kakao, káva nebo vanilka. Bez včel by lidem hrozila reálná potravinová krize. I proto jsme se rozhodli upozornit na tento problém tímto unikátním způsobem, tedy odstraněním všech výrobků a plodin, jejichž produkce je závislá na včelách, z našich regálů.“

Na téma včely a jejich význam pro život, které PENNY prezentovalo na základě ojedinělé akce, z níž byli zpočátku někteří kupující hodně překvapeni, jsem hovořila s tiskovým mluvčím a manažerem komunikace Ing. Tomášem Kubíkem:

Včely zdaleka nejsou jen těmi pilnými tvory, které lidem nosí zdravý med. Bez jejich přispění by se lidstvo neobešlo. Ne každý si to však umí představit. Proto se řetězec PENNY rozhodl ukázat, jak by vypadaly prodejny bez přispění včel na produkci potravin. Na jeden den v červenci odstranili jeho zaměstnanci z prodejny v Praze Uhřetíněvsi všechny produkty, které by nebylo možné vyrobit a které by si lidé nemohli koupit, kdyby na světě nebyly včely. Na zákazníky tak čekal 13. července obchod, v němž chybělo na 60 % nabízených produktů.

Vyřadit z nabídky, být na jediné dopoledne, takové množství zboží, to byla docela odvaha...

Význam včel pro produkci celé řady potravin je naprosto zásadní. Tímto způsobem jsme proto chtěli upozornit na význam včel a poukázat na nutnost jejich podpory ze strany každého z nás. Tím, že prodejna v Uhřetíněvsi přivítala zákazníky poloprázdnými regály, jsme chtěli docílit toho, aby zákazníci i široká veřejnost na vlastní oči měli možnost vidět, jak jsou včely důležité a na produkci kterých produktů se přímo podílejí. Je pravdou, že způsob, který jsme zvolili, je svým způsobem unikátní a pro někoho na začátku byl možná i šokující. Ale z psychologického hlediska, když něco prožijete, zanechá to ve vás daleko hlubší dojem, než když vám o tom bude někdo jen vyprávět.

Co všechno bylo tedy pod drobnohledem vaší pozornosti, než jste takto prodejnu připravili?

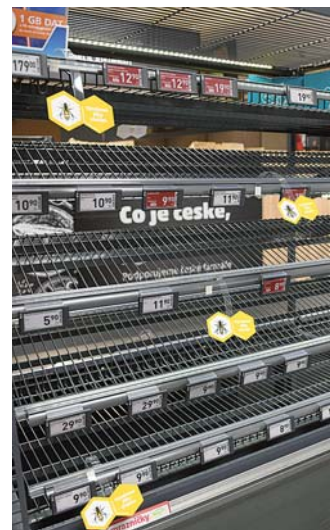
Z naší nabídky jsme vyřadili nejen zboží, které obsahuje med, ale také to, na jehož produkci se včely podílejí opylováním. Šlo o velmi detailní práci, příprava trvala několik měsíců. Nejprve jsme si stanovili určitou hranici, kdy už by daný výrobek nebylo možné vyrobit v da-

ném složení či s danou chutí. Pak jsme procházeli složení tisíců produktů. Výsledkem bylo, že jsme vyřadili z naší nabídky pro tento den celkem 60 % položek! Nešlo zdaleka jen o ovoce nebo zeleninu či produkty obsahující med, ale i oleje, pečivo, koření, cukrovinky, ochucené mléčné výrobky, džemy, džusy, a spousty dalších.

Když jsme začali akci připravovat, sami jsme zdaleka netušili, jak rozsáhlý seznam zboží takto nakonec vznikne. Zařadili jsme do něj například i různé výrobky z bavlny, třeba utěrky, trička nebo spodní prádlo, protože bavlna se bez práce včel rovněž neobejde. Překvapilo nás třeba také, že jsme museli vyřadit i aviváž, protože ta pro změnu obsahuje mandlový olej, který by bez opylování včelami také nevznikl.

Zahájení projektu, v němž se včelám a jejich chovu hodláte věnovat, se zúčastnil i ministr zemědělství ČR Zdeněk Nekula. On sám je vášnivým včelařem. Tušíte jste to?

To, že ministr je vášnivým včelařem, jsme věděli. Už když jsme mu před časem říkali o tom, že u našich logistických center chováme vlastní včelstva, měl z toho upřímnou radost. Proto nás velmi potěšilo, že se pan Zdeněk Nekula zúčastnil nejen jako ministr, ale i jako včelař, a vyjádřil tímto podporu. Sám



k tomu řekl, že vítá každou akci, která veřejnost upozorní na to, jak důležité včely jsou a jak nezbytná je pro náš každodenní život péče o ně. Jako včelař si velmi dobře uvědomuje přínos včel pro přírodu i ostatní druhy zvířat i rostlin. Stavby včelstev v České republice se podařilo dle jeho informací díky ekonomické podpoře státu i Evropské unie stabilizovat, a v posledních letech i navyšovat. V současné době u nás máme přes 60 000 včelařů, kteří chovají téměř 700 000 včelstev. Pokud tato čísla srovnáme s dalšími evropskými zeměmi, patříme údajně mezi nejzavčelenější země Evropy. Ministerstvo zemědělství přispívá rozvoji včelařství národními dotacemi, loni to bylo více než 104 milionů korun. Další příspěvky jsou určeny na výuku i na včelařské spolky.

Argumentovali jste však spoustou dalších údajů...

Význam včel pro celosvětovou produkci potravin je vyčíslen na 500 miliard eur, to je takřka 13 biliónů korun. Jak na tiskové konferenci k této akci upozornil ředitel Botanické zahrady hlavního města Prahy Bohumil Černý, jedna věc je produkce potravin, druhou pak dopad na životní prostředí. Stačí si představit, jak by naše země a krajina vypadala bez rostlin, na jejichž opylování se včely podílejí. Přirozeně by došlo k jejich úbytku a z krajiny by postupně mizely. Například náš národní strom – lípa je plně závislá na opylování včel, a takových rostlin a stromů jsou desítky. Rád bych v této souvislosti parafrázoval i slova Dalibora Titěry z Výzkumného ústavu včelařského, který s námi na projektu úzce spolupracoval. Vysvětlil, že vliv na stav a kvalitu včelstev mají především tři faktory, a to zmenšující se životní prostor, kdy ubývá zemědělské půdy a přirozeného prostředí pro život včel, dále pak klimatické změny a s nimi související suchá období, a v neposlední řadě pak používání prostředků pro zvýšení zemědělských výnosů, tedy lidově řečeno chemické přípravky. Celkově dochází ve světě k úbytku včelstev, a to významně. Česká republika je sice národem včelařů, a jakákoliv péče o včely



Dalibor Titěra, Zdeněk Nekula, Jens Kieger a Bohumil Černý

pomáhá, ale nejde jen o naši zemi, jde o globální problém.

V PENNY jste se však o včely začali hlouběji zajímat už před rokem. Čím jste zahájili aktivity?

Pořídili jsme úly a včelstva. Dnes poskytujeme domov dvěma milionům včel, a to celkem v 58 úlech umístěných u centrály společnosti v Radonicích a u logistických center v Jirnech u Prahy, Lipníku nad Bečvou a Dobřanech u Plzně. Použity jsou typizované úly, které má k dispozici většina včelařů v ČR. Jsou natřené červenohnědou lazurou a jako včelí matky byly vybrány včely Singer F1, které jsou zárukou mírnosti, nebudavosti, nerojivosti a dobré užitkovosti a jsou pro své vlastnosti vhodné i pro chov včelstev v centrech měst. V uplynulých dnech jsme stočili náš první letošní med, na což jsme patřičně hrdí.

Kdo se vám o včelstva stará?

Je to uznávaný odborník Augustin Uváčik, který se zasloužil o osvětu týkající se užiteč-

nosti včel, o rozvoj včelaření na střeších významných pražských objektů, hojně se věnuje mládeži, učí včelařit. Věříme, že i my se pod jeho vedením něčemu přiučíme.

Včelaři někteří vaši zaměstnanci?

Rozhodně ano. Například jeden z našich kolegů, který má péči o včelstva společně s panem Uváčikem u našich logistických center na starosti, začal včelařit i ve svém soukromém životě. Věříme, že kolegyň a kolegů, kteří se věnují včelám, časem ještě přibude a že je k tomu může motivovat mimo jiné i náš celofiremní postoj, naše filozofie. Nebo třeba skutečnost, že od letošního roku podporujeme chov včel v pražské botanické zahradě v Tróji. UVědomíme-li si, že včely žijí na Zemi déle než člověk, přes 100 milionů let, a jak zásadní vliv mají pro udržení biodiverzity i pro produkci potravin, jsou to velmi silné informace.

S jakým poselstvím jste dále do projektu vstoupili?

Včely jsou nejdůležitějším opylovačem. Ze sta druhů rostlin, které tvoří 90 % světové produkce potravin, jich včely opylují většinu! Zároveň globálně dochází k významnému úbytku včelstev. Proto je důležité, aby se o tom mluvilo a ideálně aby se do podpory včel zapojila široká veřejnost.

Tím myslíte, že pomoci k zachování včel může každý?

Přesně tak. I několik květináčů za oknem je užitečných. Mezi medonosné bylinky patří mateřídouška, meduňka, máta, šalvěj nebo třeba tymián. Pokud si je budeme pěstovat jen pro radost, budou emoce násobnější, když zjistíme, že jsme udělali i něco dobrého pro včely.



otázky připravila Eva Brixí



Jak to udělat...

Nevíte, jak to udělat, abychom měli letní dny delší a bylo jich víc? Nemusí být 35 nad nulou, ale takové to typicky letní počasí, kdy je příjemné po práci skočit do vody, kdy se těšíme na houbářskou sobotní procházku lesem, nebo jen tak na lelkování v městském parku? Prostě: nevíte, jak to udělat, abychom si prázdninové měsíce mohli užívat bez obav, že brzy skončí, abychom si mohli pozvolněji vychutnávat tu dobu plnou zážitků z čerstvých malin, borůvek nebo broskví, slast zeleninových salátů a kouzlo kopečků zmrzlin jen tak na potkání? Léto s knížkou v ruce, léto nových sandálů nebo léto plné sklizení cuket a okurek? Protkané vášněmi a překvapeními?

Eva Brixová, šéfredaktorka



Tip Grady

Kyberkultura, hackeři a digitální revoluce

Petr Mareš



S touto knihou budete sledovat dramatický vývoj kyberkultury od zrodu kyberpunku přes vznik globální sítě, původně navržené ke svobodnému šíření informací a virtuální spolupráci, až po dnešní dobu postfaktickou, využívající internet k marketingovým účelům, propagandě a šíření dezinformací.

partneři www.madambusiness.cz

hlavní partneři:



partneři:



Prosperita Madam Business

vychází jako příloha časopisu Prosperita, ročník 16, srpen 2022
Vydává RIX, s. r. o., Ocelářská 2274/1, 190 00 Praha 9

Šéfredaktorka:

PhDr. Eva Brixová-Šimková, e-mail: brixov@prosperita.cz, mobil: 602 618 008

Šéfredaktor www.madambusiness.cz:

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

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

Tisk: Triangl, a.s., www.trianglprint.cz



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

Placené textové materiály jsou označeny grafickým symbolem

www.madambusiness.cz

Internetový marketing: Media Know, www.mediaknow.net

Z www.madambusiness.cz doporučujeme sledovat kosmetickou poradnu GERnétic nazvanou Průvodce zdravým půvabem.

Nenechte si ujít novinky na blogu intuitivediary.com naší redaktorky Kateřiny Šimkové.

Premýšlíte nad změnou vizuální identity nebo marketingové strategie? S Martinem Šimkem a mediaknow.net najdete správný směr.



Jaký význam přikládáte zdravému stravování?

Martina Bedrnová
P Automobil Import s.r.o.
DS Brand Director

Pro mne je pojem zdravé stravování synonymem pro vyváženou stravu. Určitě je to hodně individuální a je třeba „poslouchat“ své tělo, co mu dělá dobře, a co ne. Neorientuji se tedy ani tak podle rad výživových odborníků, ale spíše na vlastní pěst. Jinými slovy jsem si našla svou cestu, jím v podstatě vše, na co mám chuť, ale samozřejmě v rozumném množství. Navíc mám nařazenou bezlepkovou dietu a to samo o sobě již poměrně dobře funguje v navedení na stravu, která je lehčí, a tedy by se dalo říci zdravější. Zjistila jsem, že mnohdy používáme obilnou mouku i tam, kde jí není vůbec zapotřebí ani kvůli chuti ani kvůli zahušťování, ale spíše ji do určitých pokrmů přidáváme jen ze zvyku. Tím mám na mysli hlavně omáčky nebo polévky, kde vlastně úplně postačí přirozený sós nebo zahuštění třeba rozmixovanou zeleninou. K tomu se skvěle hodí brambory nebo cukety. A vůbec zelenina se dá upravovat mnoha různými způsoby a velmi chutnými. Ráda kombinuji třeba s rýží nebo rýžovými těstovinami. Myslím si, že zdraví člověka je přímo navázané na způsob stravování, ale samozřejmě také na aktivitu a typ metabolismu daného člověka. To musí tvořit sešraný mix. Proto budme vnímaví a poslouchejme své tělo, ono nás samo navede, co je ta nejlepší cesta právě pro nás.



Myslíte si, že muž dokáže ženu pochopit?

Ing. Michal Vaněček, Ph.D., MBA
T-SOFT a.s.
ředitel a místopředseda představenstva

Pamatuji si situaci za studií na elektrotechnické fakultě, když jsme s mým dobrým přítelem diskutovali přípravu na zkoušku z jednoho z nejtěžších předmětů – teorie elektromagnetického pole. Ptal jsem se ho, jak je na tom, a on odpověděl: „Už jsem to pochopil, ale ještě to neumím...“



Informace do kabelky

Páčky, spojte se!

Jedna a jedna páčka, a k tomu další dvě... a ty všechny na kulatém zlatém, nebo třeba hranatém stříbrném hliníkovém panelu – i takto se dnes prezentují sestavy moderních vypínačů a zásuvek. „Jednopáčkové a dvoupáčkové vypínače, ale i elektrické zásuvky lze v designové kolekci VECTIS spojit do jedné úhledné vodorovné nebo svislé řady, a to v libovolné kombinaci až do maximálního počtu čtyř přístrojů,“ uvedla Lenka Vodicová, vedoucí marketingu společnosti Obzor Zlín, českého výrobce domovní elektroinstalace v osobním designu, a dodala: „V případě čtyřnásobného provedení dvoupáčkových vypínačů je tak možné v rámci jednoho panelu srovnat do řady až osm ovládacích páček!“ Praktické řešení z pohledu prostorové úspory na stěně ještě zvyšuje estetický dojem – jednoduchý čistý design hliníkového panelu VECTIS je totiž možné pořídit v devíti exkluzivních odstínech: matná bílá, matná černá, zlatá, stříbrná, zlatá patina, broušené zlato, broušená měď, broušený hliník a broušený titan. (tz)

www.obzor.cz

Cold Cream Mousse

od GERnétic: návyková novinka

V posledních letech se zvyšuje počet jedinců, které trápí projevy suché, křehké či atopické pokožky. Taková pleť potřebuje speciální péči. A s ní přichází v letošním roce francouzská kosmetická značka GERnétic, která tak rozšiřuje unikátní portfolio produktů s vysokým podílem aktivních látek.

Téma atopické, křehké a suché pleti nabylo na léhavosti také v souvislosti s pandemií covid-19, protože vědecké studie potvrdily, že jeho prodělání může narušit metabolické procesy v těle, tedy i skladbu a funkci hydrolipidového filmu pokožky. „Jsem moc ráda, že na český a slovenský trh můžeme uvést novinku, která nepřijemné stavy pokožky efektivně řeší a přináší úlevu. Věřím, že Cold Cream Mousse si zamilují ti, kteří preferují krémy lehčí. Na formuli tým laboratoří GERnétic ve Francii pracoval několik let. Jeho textura je doslova návyková a při styku s pokožkou se dostavuje nejen pocit zklidnění, ale také smyslového potěšení,“ komentuje Ing. Andrea Trčková, výkonná ředitelka firmy LK SERVIS, která francouzskou kosmetickou značku GERnétic v Česku a na Slovensku zastupuje.

Hlavními aktivními látkami jsou skvalen a betaglukan. Skvalen je přirozenou složkou lidského kožního mazu a hydrolipidového filmu. Jde o multifunkční aktivní složku, která má intenzivní hydratační, změkčující a zklidňující účinky. Pomáhá omezovat ztrátu vody a navrácí pokožce vláčnost, měkkost, pružnost a zářivost. Betaglukan stimuluje tvorbu kolagenu, pleť zvlhčuje a zklidňuje. Je také fotoochranným prostředkem a urychluje hojení.

„Cold Cream Mousse se vyznačuje unikátním složením. Základ formule tvoří malické polštářky modifikovaného škrobu, které jsou nasycené vodou. Přípravku to dává pěnovou texturu, která na pleti taje a mění se v hedvábný krém. Zanechává na povrchu pokožky ochranný film bez zatížení. Dokonalá nadýchaná a vzdušná konzistence bude jistě zájemcům vyhovovat, ocení pocit hebkosti pokožky, a to je velmi příjemné,“ uvedla Alena Kimlová, hlavní firemní kosmetička a školitelka GERnétic. Krém je jemně parfemovaný. Ve vonné kompozici lze vnímat tóny konvalinek, jasmínu a santalového dřeva. Krém může fungovat také jako denní báze pod makeup. Líčení udržuje v dobré kondici a zabraňuje tvorbě nevzhledných su-



chých map. Cold Cream Mousse najde uplatnění také jako zklidňující pečující prostředek po estetických zákrocích, jako jsou fyzikální i chemické peelings, ošetření dermarollerem a derma perem, pulzním světlem či laserem. Velmi dobré výsledky přináší také po mezoterapii, mikroehličkování, výplni vrásek kyselinou hyaluronovou nebo botulotoxinem či po liftingu obličeje nitěmi.

K prohloubení zklidňujícího účinku je vhodné přípravek Cold Cream Mousse kombinovat s ampulkovou péčí Sensi Boost a krémem Vasco. Sérum Sensi Boost posiluje přirozenou obranyschopnost a působí na protizánětlivé markery. Vasco vyvažuje povrchovou mikrocirkulaci a přispívá k lepšímu přenosu aktivních složek. (tz)

INZERCE

DS 7 CROSSBACK E-TENSE 4X4

Plug-in hybrid. 300 koní.

0% úvěr



DS AUTOMOBILES
Spirit of Avant-Garde



www.dsautomobiles.cz

Spirit of avant-garde = L'esprit d'avant-garde.

DS doporučuje TOTAL – Spotřeba a emise CO₂ vozu DS 7 CROSSBACK E-TENSE 4X4 v kombinovaném provozu: od 1,3 do 1,4 l/100 km a od 30 do 32 g CO₂/km.

Dostali jsme se mezi osm pracovišť na světě: na křečové žíly bez řezů a jizev



MUDr. Jaroslav Strejček, CSc.

Centrum dermatologické angiologie v Říčanech je prvním místem v České republice, které léčí křečové žíly bez řezů a jizev systémem SONOVEIN od společnosti Theraclion, a umožňuje pacientům po zákroku okamžitý návrat ke každodenním činnostem. Zní to skoro jako zázrak.

Podstatou je robotický systém pro neinvazivní léčbu poskytující pacientům konzistentní péči založenou na přesných datech a dosažených výsledcích. Na český trh byla metoda uvedena nedávno za vydatného přispění proslulého odborníka a primáře Centra dermatologické angiologie, mnohaletého předsedy České flebologické společnosti ČLS JEP, MUDr. Jaroslava Strejčka, CSc.

Jde o první robotické neinvazivní ošetření křečových žil, které funguje na principu využití vysoce intenzivního terapeutického ultrazvuku. Díky němu lze křečové žíly léčit zcela bez porušení integrity těla, a to na základě přesného ultrazvukového zobrazení s vysokým rozlišením a pokročilého zpracování dat. Lékařům tak poskytuje možnost provést naprosto přesný zákrok a pacientům nabízí léčbu bez řezů a jizev a umožňuje jejich okamžitý návrat k běžným denním činnostem.

Proč tolik lidí, zejména žen, trápí křečové žíly?

Křečové žíly jsou, podle většiny epidemiologických studií, druhou nejčastější lidskou chorobou. Její podstatou je geneticky vázaná méněcennost žilní stěny. Podle celosvětově

Tak trochu věčné téma. Třeba jako láska, čas, práce, počasí. Odvážné přirovnání? Možná. Ale stojím si za ním. Křečové žíly. Mluví se o nich stále a kdykoli. Bohužel patří k našim životům skoro jako samozřejmost. Ale člověk se neustále učí a nachází například způsoby, jak účinně své zdraví vylepšovat. K jedné takové převratné novince v léčbě křečových žil patří zákrok pomocí echoterapie.

uznávané tzv. Klatovské studie z roku 1964 má 27 % české populace nějaký typ varixů, 17 % pak takové varixy, které jsou již příčinou žilní nedostatečnosti. Téměř 2 % lidí v té době mělo žilní bérkový vřed – tkáňový defekt zpravidla v prostoru nad vnitřním kotníkem jako následek již velmi závažné poruchy žilní funkce. V epidemiologických studiích je poměr žen s varixy k mužům 2 : 1 až 3 : 1. Proč, to vysvětlím v další odpovědi.

A dá se to změnit?

Na genetice nic změnit nelze, to medicína neovládá. Ale je možno, v rámci obecné medicínské osvěty, upozornit především ženy na počáteční příznaky žilní choroby a poučit je zejména o způsobech prevence. Rozhodně je dobré znát rodinnou genetickou zátěž, tedy žilní onemocnění u pokrevních příbuzných, jako jsou sourozenci, rodiče a prarodiče. Doporučujeme také zvýšit pozornost ve třech zásadních bodech v životě ženy, kdy může žilní choroba s varixy začít. Je to perorální anti-

koncepce, těhotenství, a menopauza. Z obecných negativních vlivů v profesi je to statické stání na místě a sedavé zaměstnání s minimem pohybu.

Centrum dermatologické angiologie v Říčanech u Prahy, které jste založil, je špičkovým pracovištěm v léčbě křečových žil. Splnil jste si tím svůj sen a zúročil většinu svých vědomostí, poznatků i možností?

Ještě za svého pobytu na I. kožní klinice Karlovy Univerzity, kde jsem se seznámil se základy flebologie, což je medicínský obor zabývající se chorobami žil, jsem vypracoval a publikoval koncept specializované ambulance v rámci oboru dermatovenerologie, kde by bylo možno v rámci diagnostického a léčebného komplexu vyšetřit a léčit pacienty s chorobami žil dolních končetin, hemoroidy a bérkovými vředy.

Takové pracoviště jsem na počátku 90. let začal budovat jako nestátní zdravotnické zařízení. Jako základní princip jsem si již od počát-



ku stanovil, že budeme trvale sledovat nejnovější trendy v našem oboru a co nejrychleji je uvádět do praxe. A v našem kolektivu pracují jen ti, kteří tuto filozofii uznávají a praktikují. Vždy používáme nejnovější diagnostické a léčebné možnosti. Díky tomuto způsobu práce známému i v zahraničí nám byla nabídnuta také echoterapie.

Podle čeho člověk pozná, že by měl se svými žilami něco udělat? Kdy je vhodné se objednat ke konzultaci a k řešení problému?

Svou odpověď začnu jaksí od konce. Odhaduje se, že kapacity i toho nejvyspělejšího zdravotnického systému v žádné zemi na světě nestačí ošetřit

všechny osoby s varixy a chronickou žilní insuficiencí. Nicméně je dobré vědět, kdy nastává vhodná doba pro konzultaci s flebologem. Stručně řečeno, pokud pozorujeme na svých dolních končetinách zvýšenou žilní kresbu, která se postupně zvýrazňuje a přibývá příznaků, jako jsou otoky končetin vznikající v průběhu dne, těžké unavené končetiny s pocitem vnitřní plnosti a napětí, častější noční, případně i denní křeče, kožní změny na periferních částech dolních končetin, je čas na odborné vyšetření.

Začali jste využívat léčbu pomocí echoterapie systémem SONOVEIN, což je metoda, kdy se z postižené žíly stane vazivová tkáň, aniž by se cokoli řezalo, napichovalo... Oč přesně jde?

Ano, jde o revoluční léčbu, je totiž velmi odlišná od všech dosavadních postupů v této oblasti. Spočívá v robotickém neinvazivním ošetření křečových žil echoterapií pomocí systému SONOVEIN, který funguje na principu využití vysoce intenzivního cíleného ultrazvuku. Díky němu lze křečové žíly léčit zcela bez porušení integrity těla, a to na základě přesného ultrazvukového zobrazení s vysokým rozlišením a pokročilého zpracování dat. Lékařům tak poskytuje možnost provést naprosto přesný zákrok a pacientům nabízí léčbu bez řezů a jizev, a umožňuje jejich návrat k běžným denním činnostem ihned po ošetření.

V čem tedy spočívá přínos takového zásahu?

Na rozdíl od konvenční chirurgie, laserové nebo radiofrekvenční ablace je ultrazvuková terapie zcela neinvazivní zákrok, který nezanechává žádné jizvy. Léčba se plánuje během úvodní lékařské konzultace a obvykle je zapotřebí pouze jedno ošetření trvající 20–60 minut. Ve všech případech se pacienti mohou ihned po ošetření vrátit ke svým každodenním činnostem. Další velkou výhodou echote-

rapie je absence předoperačního vyšetření, přičemž pacientům vyhovuje i to, že po zákroku nosí kompresní punčochy po mnohem kratší dobu, než je obvyklé.

Kdo je vhodným adeptem?

Echoterapie má, podobně jako ostatní metody léčby varixů, své indikace. Zda je pacient vhodný pro tuto léčbu, může určit jen některý z lékařů našeho centra, protože obecné povědomí v lékařské veřejnosti o této metodě neexistuje.

Ženy z businessu trpí velkým nedostatkem času, také hodně sedí u počítačů a s pohybem to nemají vždy ideální. Křečové

žilý se ozvou. Pro ně je vaše nová metoda úplným zázrakem. Přijdou od ordinace a za hodinu odejdou a je hotovo. Opravdu to tak funguje?

To je hodně zjednodušené, ale díky echoterapii se vše, co v dotazu uvádíte, blíží realitě.

Jak umíte pacienta uklidnit, když se zákroku bojí?

Žilní ošetření není v tomto smyslu nijak odlišné od jiných léčebných zákroků. Nabytí důvěry pacienta a jeho klidné provedení přípravou i samotným léčebným výkonem musí zvládnout každý lékař, k tomu je vychován na lékařských fakultách i ve specializační přípravě. Dobré je umět odhadnout, jak s kterým pacientem tuto přípravu provést, tedy vytvořit ryze individuální postup před i při výkonu samotném. Jsem přesvědčen, že

v tomto smyslu jsou naši pacienti připraveni nadstandardně.

Co ukazují vaše manažerské a podnikatelské zkušenosti při zavádění nejnovějších léčebných metod? Je to vždy komplikované, chybí důvěra odborné veřejnosti? Anebo se ve vášni pro inovace skrývá velký potenciál pro zavádění do praxe, který překoná všechny nesnáze?

Nevím, zda takto položená otázka lékaři je správná. Nikdy jsem totiž nepovažoval soukromé zdravotnictví v jeho ryzí formě za podnikání. Alespoň tam, kde není preferován zisk, ale odbornost. Lékaři jsou zpravidla špatní manažeři, na to si získávají jiné spolupracovníky. V našem případě je touto osobou můj syn, který je ředitelem našeho centra a který se významnou měrou podílel na úspěšné implementaci řady nových technologií do naší praxe. Pokud se lékař plně věnuje své profesi tak, jak jsem popsal, nemá čas na organizaci, kromě vlastní odborné činnosti. A důvěra veřejnosti? Ta se buduje léta – není postavena na úžasných webových stránkách, luxusních interiérech, hlasitém PR, ale na výsledcích práce. Naši nejlepší reklamou je spokojený uzdravený pacient, který poznal, že pro nás není jen jedním z řady, ale konkrétní lidskou bytostí, s níž jsme se ztotožnili, která nás komplexně zajímá a jemuž jsme odevzdali to nejlepší, co umíme. A jsme připraveni se o něj starat do té doby, dokud to bude potřebné.

Jste jedním z mála pracovišť na světě, které uvedený způsob léčby křečových žil používá. Co z toho pro vás plyne?

Skutečnost, že jsme se dostali mezi osm pracovišť na světě, která mohou pracovat s echoterapií, je výraz naší odborné pověsti v zahraničí. Je to závazek vůči těm, kteří nám v důvěře tuto metodu svěřili, a závazek i vůči patientské veřejnosti, která doufá v co nejprofesionálnější, nejméně agresivní ošetření a následné uzdravení.

otázky připravila
Eva Brixí



Trávit čas v kuchyni je pro mě skutečný relax



Julie Caplinová

foto © Stephanie Kristl

Několik prima letních knížek nebo čtení na čas vánoční, asi tak bych dokázala charakterizovat sérii Romantické útky, kterou vydává Nakladatelský dům Grada pod značkou Cosmopolis. Jde o překlad osmi děl Britky Julie Caplinové, někdejší PR manažerky, dnes již spisovatelky. Ta se na základě svých cest po různých koutech Evropy a poznávání kulinářských specialit jednotlivých zemí rozhodla literaturou zpříjemnit chvíle ženám, které si potřebují odpočinout. Zpestřit čas, během něhož je nutné vypnout, na nic nemyslet, sednout si na lavičku pod strom nebo se zachumlat do polštářů a ponořit se do příběhu, s nímž na okamžik souzní. A tak díky za každou knížku, která člověka rozptýlí, pohladí, dá mu zapomenout na starosti a povinnosti, jež mu kariéra hrne do cesty. Julie Caplinová nedávno navštívila také Českou republiku. Hostil ji Nakladatelský dům Grada a na ochutnávkách doprovázelo několik novinářek. Na základě toho se zrodil následující rozhovor:

Co pro vás znamená dobré jídlo? Je to vášně? Zaháněč stresu? Kousek kultury národa?

Dobré jídlo pro mě není ani tak vášní jako spíš naprosto esenciální součástí života. Sdílení jídla s rodinou a přáteli je ten nejlepší způsob trávení času. Každá země má své vlastní gastronomické tradice, které odrážejí nejen způsob života daného národa, ale v mnoha případech i přístup k životu jako takovému.

Jako PR ředitelka agentury jste procestovala řadu zemí, kde jste ochutnávala s novinářkami samé delikatesy. A přesně to vás inspirovalo k sérii románů „na pohodu“ v duši?

Když jsem pracovala jako PR manažerka, měla jsem to štěstí, že jsem mohla zvat novináře na pracovní cesty do zahraničí, během kterých jsme ochutnávali tamní delikatesy. Nejraději vzpomínám na výlet do Turína se značkou kávy Lavazza. Já sama kávu nepiju, ale během té-

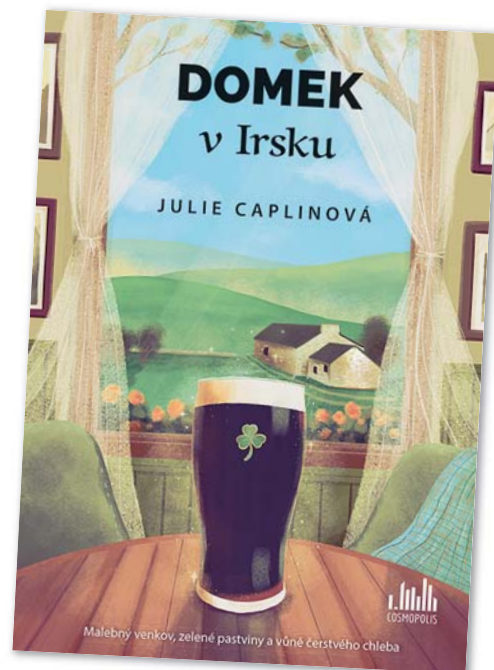
to cesty jsem se tomu nevyhnula. A vypít po ránu dvojité espresso, když na to nejste zvyklí, to je tedy něco! Navíc byla ta cesta výjimečná i gastronomicky – absolvovali jsme dvanáctichodové menu v michelinské restauraci v horách, soukromou degustaci cizana a oběd v paláci, kde jsme ochutnali dvanáct let staré víno Barolo. Právě tenhle výlet mě inspiroval k napsání série Romantické útky. Chtěla jsem zachytit tu atmosféru a přátelství, která během objevování dobrého jídla vznikla.

Podle čeho jste volila jednotlivá témata? A koho jste chtěla především oslovit?

Každá kniha je v tomhle jiná. Někdy děj zasadím do místa, kde jsem už byla – například Brooklyn a Skotsko, jindy se do dané země musím vypravit a teprve její kulturu a jídlo objevit. Do Paříže jsem zase vyrazila na speciální výlet po cukrárnách, a to i přesto, že jsem tam už před samotným psaním byla. Potřebovala jsem si ověřit, že to, co v knize popisuju, je autentické. A pak je tu nedávná situace, kdy jsem navštívila Prahu, absolvovala tour po pražských restauracích a zamilovala si město a gastronomii natolik, že jsem se rozhodla sem zasadit svou další knihu, ačkoliv to nebylo v plánu.

Myslíte si, že dnes, v době plné napětí, termínů, úkolů, zejména ženy potřebují takový styl čtení? Třeba ženy z businessu?

Když jsem pracovala na plný úvazek v kanceláři, nejlepší způsob odpočinku pro mě byla právě četba. Proto se do svých knih snažím vměstnat co možná nejvíce pozitivních myšlenek a poselství, že je důležité pracovat, abychom žili, a ne žít, abychom pracovali. Měla





Soukromá autogramiáda u svíčkové omáčky s houskovým knedlíkem

jsem upřímně ráda všechny pracovní pozice, které jsem kdy zastávala, ale je mi jasné, že ne každý má to štěstí. Uniknout občas do světa knih je skvělý způsob, jak alespoň na okamžik zapomenout na všechn stres z práce.

Vaříte a pečete ráda?

Zbožňuju vaření a baví mě péct chleba, ale doroty mi moc nejdu (Němčině je moc ráda jím!). Opravdu jsem s chutí celý den v kuchyni a vařím jídlo pro rodinu a přátele. Během příprav obvykle poslouchám audioknihy. Trávím čas v kuchyni je pro mě skutečný relax, tedy pokud na to mám toho času dost. Naopak vaření pod časovým presem nesnáším. Myslím, že i na výsledku je vidět, že se mu nedostalo času ani potřebné lásky – s tou totiž chutná nejlépe.

Jaká národní kuchyně vás zatím nejvíce zaujala?

Hodně mě baví vařit různá kari – indická i thajská. Mám velkou sbírku nejrůznějšího koření, které sbírám celý život. Před covidem jsem měla možnost strávit celý měsíc ve Vietnamu, kde jsem navštívila několik kurzů tradiční kuchyně, která mi učarovala. Jejich jídla jsou čerstvá a plná chutí, což je moje oblíbená kombinace.

Cukrařina zažívá renezanci. I v České republice. Upoutala vás něčím?

Tahle otázka mě docela pobavila. Opravdu nejsem moc zdatná cukrářka. Jednou jsem chtěla udělat profiterolky z odpalovaného těsta a dala jsem si přesně tři pokusy, než jsem to odpískala. Do kuchařky, ze které jsem čerpala inspiraci, jsem si velkým písmem napsala: UŽ SE O TO ANI NESNAŽ. Podobně dopadl můj pokus o makronky, naprostá katastrofa. Takže



Nechyběla pečená kachna s variací knedlíků a králík na česneku

když jsem psala Cukrárnu v Paříži, přihlásila jsem se do cukrářského kurzu. Jak jsem byla překvapená, když jsem zjistila, že ho vede jedna z novinářek, se kterou jsem byla na výjezdu v Turíně! Neskutečná náhoda. Naučila mě dělat odpalované těsto a dnes už zvládnou i čokoládové eklérky, ale pokud to jde, cukrařině se vyhýbám. Jestli z téhle disciplíny něco umím, tak je to slušný meringue a pavlova.

Nezaložíte si časem vlastní podnik? Třeba kavárnu, vinárnu, restauraci, obchůdek s bylinkami nebo sýry?

Roky jsem vedla vlastní PR business. Poslední dobou se mi ale zalíbil takový nápad – pořádat pracovní výjezdy pro své kolegy spisovatele,



Seznámení s českými dezerty – koláče a koňaková špička

kde bychom mohli celý den psát a večer se o svých knihách a nápadech společně bavit nad dobrým jídlem a pitím. Ráda bych to byla já, kdo se o ně postará a každý večer je pohostí.

A nevytvoříte také nějakou originální kuchařku plnou nápadů a vtipů?

O tom jsem nikdy neuvažovala, a abych byla upřímná, dávám přednost vaření podle receptů před jejich vymýšlením. Já sama nejsem profesionální kuchařka, jen nadšenec. Radši bych uspořádala své oblíbené recepty a ty se čtenáři sdílela, ale na vlastní kuchařku nepomýšlím. Mám jich doma slušnou řádku a k tomu nespočet receptů vystřižených z novin a časopisů.

ptala se Eva Brix



Ochutnávka vánoční večeře – řízek s bramborovým salátem

foto archiv nakladatelství Cosmopolis

Stačí, když si budete všimát visaček v obchodech



Spousta lidí si myslí, že se buničina používá jen v papírenském, případně zdravotnickém průmyslu. Ale to už dávno není pravda. Například ta, která putuje z firmy Lenzing Biocel Paskov k dalším výrobcům, slouží třeba k produkci textilních viskóзовých vláken. Jak poznamenala Ing. Kateřina Kupková, generální ředitelka a předsdkyně představenstva této společnosti, stačí, když si budeme všimát visaček na oblečení v obchodech. Kateřina Kupková se loni stala absolutní vítězkou proslulé soutěže MANAŽER ROKU. Když přebírala ocenění, bylo znát, že ji ta pocta skutečně zaskočila. Ale i příjemně překvapila, zejména proto, že ji vnímala jako špičkové ohodnocení celého svého týmu i práce, kterou odvádí. Lenzing Biocel Paskov vyrábí buničinu úsporně, s velkým ohledem na péči o životní prostředí, nakládání se surovinami, na snižování uhlíkové stopy. To samo o sobě je víc než vypovídající. Bez náročného řízení a nadšení dělat něco nejen dobře, ale nejlépe, by to jistě nešlo. Nahlédneme v rozhovoru s touto výjimečnou ženou pod pokličku úspěchu. Nejen s ohledem na to, že právě skončilo nominační období jmenované soutěže, které na zářích chystá další vítěze:



Změnil se nějak váš profesní život od chvíle, kdy jste se stala Manažerem roku?

Myslím, že ano. Soutěž MANAŽER ROKU je velmi prestižní. Pro mě je získání ocenění Manažer roku 2020 nesmírnou ctí, jak jsem už mnohokrát zmínila. Uspěla jsem v tvrdé konkurenci zkušených, což mě velmi těší. Mile mě překvapila velmi pozitivní reakce známých

a kolegů, když se dozvěděli, že jsem v soutěži získala první místo.

Ovlivnila soutěž váš pohled na některé skutečnosti, na dění ve společnosti, kterou řídíte?

Určitě. Uvědomila jsem si, čeho jsme s kolegy za dobu působení naší firmy na trhu dosáhli.

Jsem moc ráda, že ve srovnání s podobnými firmami na světové úrovni se nemáme vůbec za co stydět. Používáme vyspělé technologie, máme vysoce kvalifikované zaměstnance a odborníky ve své profesi.

Komunikujete s některými dalšími oceněnými?

Ano, samozřejmě. Důležité je, že se snažíme najít si čas a scházet se s kolegy z ČMA, abychom se podělili o své zkušenosti, vyměnili si názory na aktuální situaci nebo prodiskutovali společná témata. To je vždy velmi cenné a přínosné.

Jak jste se dostala k výrobě buničiny?

To je velmi prosté, s výrobou buničiny jsem takřka vyrostla. Pocházím totiž z menšího města Vratimov, kde se vyráběla buničina sto let až do roku 1983. Poté se starý závod na buničinu přesunul z Vratimova do moderní, nově vybavené celulóžky v Paskově, kde působíme dodnes. Po vysoké škole jsem nastoupila do auditorské společnosti EY, tam jsem působila pět let. V roce 2001 hledali právě v tehdejší Biocelu manažera controllingu. Přihlásila jsem se do výběrového řízení a uspěla jsem. Tím začala moje kariéra v oblasti výroby buničiny.

A budoucnost vašeho oboru? Je možné uvažovat o úplně jiném uplatnění materiálu než například v papírenském průmyslu?

Ano, jistě. Již dlouhou dobu v papírenském průmyslu vůbec nepůsobíme. Buničinu pro papírenské účely jsme zcela opustili téměř před deseti lety. Od roku 2010 jsme součástí rakouské nadnárodní skupiny Lenzing, lídra ve výrobě tzv. viskóзовého vlákna. Naše buničina se dnes používá výhradně pro tyto účely.

Kde všude se tedy buničina z Paskova používá? Možná ani netušíme...

Ano, mnoho lidí nemá představu, co je možné z buničiny vyrobit. Naše buničina se používá ke zpracování na viskóзовé vlákno především v textilním průmyslu. Nermalou část tvoří ale také průmysl netkaných textilií, zde najde viskóзовé vlákno využití ve zdravotnictví, hygienických nebo kosmetických výrobcích. Textilní viskóзовá vlákna mají širokou škálu použití, vyskytují se v běžných kusech oblečení až po luxusní róby. Oblečení vyrobené z vláken skupiny Lenzing najdete téměř všude. Stačí, když si budete všimát visaček v obchodech. Vlajkovou lodí Lenzingu jsou značky TENCEL a VEOCEL. Základní surovinou pro výrobu je právě buničina vyráběná v Paskově.



Nehrozí, že suroviny k produkci buničiny bude stále méně?

To je velmi aktuální téma. Pro výrobu buničiny se běžně používá nízkokvalitní dříví nebo zbytky dřeva, které se již na pilách nedají dále zhodnotit. V našem případě je to smrkové dříví, tzv. smrková vláknina. Bohužel, mnoho okolností vede k tomu, že v současnosti je na trhu takového dříví čím dál tím méně. Jedním z důvodů je podpora spalování biomasy nebo také snaha Evropské unie zasahovat do pravidel hospodaření v lesích v jednotlivých členských státech. Bohužel, požadavky a cíle ne vždy spolu zcela korespondují. Nermalou roli hraje také negativní dopad kůrovce kalami ty z minulých let. V tomto roce se díky příznivějšímu klimatu kůrovec nešírá s takovou rychlostí jako v letech minulých, což našim lesům prospívá.

Kvalita, udržitelnost, ochrana životního prostředí, to patří do každodenního slovníku pojmů, s nimiž pracujete. Prolínají se vaším stylem řízení?

Je to pro mě velmi důležité téma. Také naše společnost svým přístupem prokazuje, že nejde jen o prázdna slova. Naše vlákna doplňuje slogan Fibers for Life – Vlákno pro život. Osobně věřím, že je nutné vrátit planetě to, co jsme z ní dlouhodobě čerpali, a nesmí nám být jedno, v jakém stavu ji zanecháme našim dětem. Naš podnik je plně energeticky samostatný. Výrobou tepla i elektrické energie pokryjeme potřebu celého našeho závodu a ještě zhruba 20 % elektriny dodáváme do sítě. Téměř veškerá vyrobená energie pochází z obnovitelných zdrojů. V roce 2014 jsme zcela ukončili

spalování uhlí. V oblasti snižování energetické náročnosti dosahujeme opravdu vynikajících výsledků. Uhlíková stopa při výrobě naší buničiny je velmi nízká. Chemikálie, které potřebujeme k získání vláken, regenerujeme ve speciálních výrobních zařízeních a používáme je opakovaně.

Vlákna z Lenzingu jsou bezesporu jednou z mála alternativ k vláknům vyráběným z neobnovitelných zdrojů. Vznikají v jedinečném výrobním procesu s uzavřenou smyčkou, během kterého se mění buničina na vlákna a zároveň šetrně využívá všechny suroviny potřebné na výrobu. Ve srovnání s jinými vlákny jsou tedy šetrnější k životnímu prostředí a mají také skvělé užité vlastnosti.

Jak vnímáte nové podnikatelské příležitosti týkající se cirkulární ekonomiky? Bude to již brzy snadno uchopitelné téma pro většinu firem u nás? Nebo půjde spíše o záležitost náročnou na investice, jež v blízké době každý majitel důkladně zváží, než se případně rozhodne věnovat síly cirkulárním projektům?

Investiční náročnost závisí na oboru podnikání. Cirkulární ekonomiku vnímám tak, že se musíme zamyslet, zda umíme dále využít odpady, které vznikají při výrobě. S novými technologiemi se, samozřejmě, i v této oblasti otevírají nové možnosti. Také v Lenzingu se tímto tématem intenzivně zabýváme a hledáme cesty, jak dále zpracovat již použitý textil.

Mnoho lidí nemá představu, co je možné z buničiny vyrobit. Naše buničina se používá ke zpracování na viskózní vlákno především v textilním průmyslu.

Ostatně, kdybyste nečekaně získala značné finanční prostředky do firemního rozpočtu, nač byste je použila?

To není až tak těžká otázka. Věřím, že se vždy vyplatí investovat do lidského kapitálu a technologického rozvoje firmy. I přes vysokou míru automatizace jsou to právě naši zaměstnanci, kteří utvářejí firmu a její kulturu, přicházejí s vylepšeními a nápady, bez nich bychom nemohli být úspěšní.

O čem dnes jako špičková manažerka především přemýšlíte?

Většinu času mi v současnosti, bohužel, zabírá běžné řízení firmy. Nestabilní tržní prostředí, energetická krize, hrozby války na Ukrajině i stále nekončící covid, to všechno mě velmi zaměstnává.

I přes všechny nejistoty však myslím na další směřování naší firmy pro příštích deset či patnáct let.

A kde nacházíte optimizmus tolik potřebný pro vaši práci a pro vedení týmu?

To je různé. Nejvíce mě nabíjí, když můžu trávit čas se svou rodinou. Máme rádi sport, hory v zimě i v létě, hezkou hudbu nebo kulturu. V Lenzing Biocel jsme skvělý tým a často čerpám optimizmus také od svých kolegů.

za odpovědi poděkovala Eva Brixl ■■■

Příběh rodinné cukrárny Buchalovi

Ač nejsem žádný znalec cukrařiny, přiznám se, že o cukrárnách píši nesmírně ráda. Jsou pro mne malou, voňavou křižovatkou, kde se protínají křivky světa emocí a ženský vzdor, a chuť dělat naschvály tělu, o němž doktoři tvrdí, že je obrazem toho, co jíme. Ale řekněte sami – není to nádherná sem tam neposlechnout to racionální, logické doporučení a udělat právě naschvál, zabořit nos do indiánka, umazat pusou od krému ve větrníku? Jsou to ty nejhezčí pocity rozjívěnosti, které přísluší až určitému věku, které si dnes nebojím vychutnat. Jsou to takové dvojtečky dne, ať dopoledne, či vpoledvečer, kdy se vám zachce na chvíli zavřít povinnosti do tajného šuplíku a osvobodit se od všeho, co ještě musíte stihnout. Usednete do cukrárny a dáte mysli lžičku slasti a stáváte se dokonalou bytostí plnou harmonie. Co chcete víc? Když je psychika v pohodě, dobře pracuje i tělo.



Návštěvy cukráren i v tom, jakou jsou zdánlivě malichernou položkou v plejádě všeho, co potřebuji za den stihnout, skrývají v sobě pro mne prazvláštní potěšení. Chuť zakázaného ovoce je povznášející a potřebná. S touto myšlenkou jsem přijela do jedné z pražských cukráren v Čakovicích, která se nachází v uličce, řeklo by se pro neznalého, na konci světa. U Červeného mlýnku 2. Že právě zde může fungovat vyhlášená cukrárna a mít své zákazníky, to se mi zdálo nejprve nepochopitelné. Vždyť je to úplně jinde, než někde v centru metropole, kam člověk zabloudí snad jen omylem. Mýlila jsem se. Toto místo získalo postupně svoji klientelu, a ta zůstala věrná. Když člověk zavítal, třeba náhodou, už zůstal. Tedy vrací se. Proč? Protože ochutnal. Rodinná cukrárna Buchalovi je dnes první certifikovaná cukrárna v České republice, a to od března 2022, v rámci projektu Czech Specials. Znamená to, že nabízí mimořádnou kvalitu a mezi uměleckými kousky najdete i ty tradiční české zákusky. Spolumajitele Františka Buchala jsem se zeptala:

Pořád je zájem o českou klasiku?

Ano, potvrzuji, je. A věřím, že bude i nadále. Přesto, že máme v sortimentu řadu moder-

ních, třeba takzvaně odlehčených kousků, česká klasika jede, jak se říká. Punčový řez, koňaková špička, laskonka, ořechový košíček. Vrací se k nim nejen starší generace, ale chutná i té mladší, která ráda experimentuje a často dává přednost nejrůznějším inovacím.

Co je důležité pro chod takového rodinného podniku?

Pevné nervy, tolerance, nadhled i smysl pro humor. Hlavně když jde o výchovu učňů. Ti mají pro mne totiž stále nějaká překvapení. Já se praxi mládeže věnuji už hodně dlouho, ale řeknu vám, že vychovat mladého člověka tak, aby byl zaměstnatelný, aby řemeslu porozuměl a měl ho rád, nebo dokonce aby rád pracoval, to je tedy fuška.

Vztah k práci je opravdu tak vážným problémem mladých lidí?

Podle mých zkušeností ano. Ne že bych ztrácoval každého, ale když zobecním vlastní poznatky, tak mám pocit, že někteří mladší lidé vůbec netuší, proč mají pracovat a co jim to dá. Asi to plyne z vysokého životního standardu, odvíjí se od toho, že doma mají vše, nač si vzpomenou. Nedochází jim, proč by se měli

snažit, proč by měli v životě něco umět, proč je třeba se vzdělávat, v čem je to užitečné.

A pokud jde o cukrařinu, ano, přiznávám, je to dřina, je to časné vstávání, aby člověk zadělal těsta, je to manipulace s pečicími plechy, je to o trpělivosti, talentu i chuti zkoušet něco nového, ale také o přesnosti, kázní, dodržování pravidel. Je to taky o prohrách a nepovedených dortech do doby, než se to jedinec skutečně naučí. I v cukrařině musíte přemýšlet, nic nejde samo sebou. Vážít, měřit, vnímat, jaké je počasí.

Kolik učňů projde vaší provozovnou za rok?

Zhruba 12. Snažím se jim vštípit, že musí zvládnout vše, co je pro řemeslo podstatné. Ale i něco navíc. Také si po sobě uklidit. V rodinném podnikání to tak chodí. Musíme umět všichni všechno, musíme být zastupitelní a pomáhat si. Získat takové návyky chvíli trvá, pokud to nemáte z domova v DNA.

Vést rodinnou firmu znamená přemýšlet, jak se uživit. Co to ve vašem případě znamená?

Že pracujeme společně s manželkou a dvěma syny. Zkrátka celá rodina. Proto jsem mluvil o toleranci. Vezměte si, že jsme spolu všichni v práci i doma, celé dny. Cukrárna je součástí našeho rodinného domku. Musíme si vyhovět, musíme vědět, oč nám jde. A podle toho se chovat. Máme řadu let jediný společný cíl. Aby se k nám zákazníci i hosté vraceli, abychom jim dodávali vysoce jakostní, dobré dorty, zákusky, koláče i záviny. Aby byli všichni spokojeni. Věnujeme své práci takřka všechn čas, máme totiž ještě jednu specializaci, totiž výrobu marcipánových ozdob pro jiné cukrárny nebo provozovny.

Také jste zmínil humor...

Musíte se umět zasmát, dívat se na věci s nadhledem, to vás přenesne přes hromadu špatných zpráv. A o ty není nouze. Přijdou vředy a přesně ve chvíli, kdy je nečekáte. S cukrařinou jsme začínali kdysi v Praze na Jižním Městě. V paneláku jsme si v roce 1994 pronajali 170 metrů čtverečních, přizpůsobili je tak, aby v části byla výrobní, v části samotná cukrárna. Ještě vše definitivně měla posvětit poslední schůze vlastníků tohoto bytového domu, abychom podnikání mohli rozjet naplno a ve „vlastním“. Ačkoli na předchozích jednáních bylo dohodnuto, že s místem pro toto využití můžeme počítat a my do toho nainvestovali 200 000 korun, poslední hlasování naše rozvojové plány naprosto zhatilo. Najednou byli všichni proti. A naše vize a sen o pěkné cukrárně se rozplynul jak vánek. Ale i v tomhle mumrají se našlo sem tam něco pikantního, čemu jsme se mohli jen zasmát. Ve smlou-

vě, kterou jsme pak nakonec ani nemohli po-
depsat, se uvádělo, že mohu provozovat cuk-
rárnu, ale nesmím vyrábět vzducholoď. Takže
jak vidíte, ten smysl pro humor je v podnikání
nutný, jinak by se z toho člověk zbláznil.

Co bylo dál?

Nesmířili jsme se s tím a manželka hledala
a hledal, a našla nové místo, tady, v Praze 9,
tedy pozemek, kde jsme do roka postavili ob-
jekt, v němž jsme zůstali. Rodinný dům i cuk-
rárnu se zázemím. Takže tady jsme doma od
roku 2013, zde pracujeme, sem míří zákazníci
z okolí. Ale i ti náhodní, vede tudy cyklostez-
ka, takže se tu na čepovanou Kofolu a zákusek
zastaví i výletníci.

Dnes už máte ale poměrně široký záběr svých činností...

Svým způsobem ano. Jednak fungujeme jako
cukrárna a výrobna, která dodává dorty a zá-
kusky pěti dalším pražským cukrárnám, na-
ším věrným odběratelům, kteří s námi zůstali
hlavně díky kvalitě, kterou skutečně ctíme.
K tomu, jak jsem již zmínil, patří výroba
ozdob na dorty, jimiž zásobujeme rovněž naše
stálé odběratele. Praxe učňů je kapitola sama
pro sebe, při tom se hodně zapotíme. Každý
pátek také pečeme tažený jablečný závin, kolá-
če a vánočky. Není toho málo, ale prodá se
vše. Hlavně si chodí zájemci, kteří si zvykli,
znají nás a jsou spokojeni. Mezitím se snažíme
uspokojit zájemce o svatební dorty a další sva-
tební pohoštění, jako jsou kanapky, zákusky,
chlebičky, zdobené misky. Významnou část kli-
entely tvoří firmy, jejichž zájem stoupá hlavně
před vánočními nebo velikonočními svátky.
Pečeme pro ně dárkové vánočky, cukroví i zá-
kusky k určitým příležitostem. S mojí paní
jsme letití členové Asociace kuchařů a cukrá-
řů ČR, a z toho mi plynou také povinnosti.
Například účast v soutěžích cukrářů.

V prosinci asi vůbec nespíte, bývá to velký nápor?

Bývá. Ale dnes se to neodehrává těstě před
Štědrým dnem, lidé si totiž rádi nakoupí třeba
14 dní předem, protože se stále častěji stává, že
na Vánoce odjíždějí do ciziny a svátky si uží-



vají doma dříve. Pro nás je to lepší, můžeme si
práci více rozložit, lépe se to stíhá. Přesto je to
frmol. Třeba na vánočku zadělávám těsto
v jednu v noci, aby pěkně nakynulo, a ráno už
pletu. K vánočkám mám vztah, vnímám i to
historické, co k nim patří, co znamenají čtyři,
tři a dva prameny. Vánočky máme buď půlki-
lové nebo třičtvrtkilové. Ale jako dárkové
jsme schopni vyrobit i třicetidekové...

O vánoční cukroví je také stále zájem?

Je. Přesto, že to není nejlevnější záležitost, lidé
každý rok objednávají. Myslím, že u nás mají
zaručenou skutečnou kvalitu, také každý druh
chutná jinak, což je podstatné. K dispozici
máme různé gramáže, vybrat si může skutečně
každý.

Jaký názor máte na českou cukrařinu?

Myslím si, že je srovnatelná s cukrařinou ostat-
ních evropských zemí. Ale je poměrně náročná
na řemeslnou zručnost. Je pracná. Vyrobit ko-
ňakovou špičku je náročnější než udělat jaký-
koli na první pohled krásný zahraniční záku-
sek. Někteří lidé jsou uhranuti tím, jaké trendy
se sem dostávají z ciziny. Jenže třeba taková če-
ská laskonka – to je něco! Možná jsem barbar,
ale na druhé straně, co chcete v cukrařině vy-
mýšlet nového? Spousta zažitých postupů, ná-
padů, se prolíná, sem tam se něco ze zahraničí
přeneslo k nám, všechno už ale bylo v podstatě
vymyšleno. Shrnutí: česká cukrařina je vyni-

kající, ale finančně podceněná. Je skutečně ná-
ročná na čas i zručnost, a má-li být z prvotříd-
ních surovin, pak by zákusky měly stát tolik,
kolik si zaslouží. Nešizený český kousek má
svoji cenu! Ona je totiž u nás originální, ruko-
dělá práce podceňovaná, bere se jako samo-
zřejmost, ale mělo by to být jinak. V řemeslné
činnosti je velká přidaná hodnota, zákazníkovi
dáváte kousek svého já, svůj um, svůj talent,
a za to se všude ve světě platí.

Co pečete nejraději?

Tažený závin. Přišel jsem k němu sice jako sle-
pý k houslím při jedné soutěži v závinech, je
to už dávno. Vůbec mi to nešlo. Ale chtěl jsem
kouzlo tohoto závinu pochopit, vstřebat, zdo-
konalit se... A povedlo se. No, pak mám ještě
vztah k malinovému moussu, koňakovým
špičkám a větrníkům. Když je vyrobíte z pa-
tříčkových surovin, správně dle receptury, není
se zač stydět.

A proč jste zvolil jako profesi cukrařinu?

Odvíjelo se to ještě z dob socialismu. Měl jsem
to štěstí, že jsem se vyučil u Restaurací a jíde-
len v Praze 1, pak jsem mohl studovat na
střední škole, něčemu se přiučit i na Karlově
univerzitě... Cukrařina se mi prostě stala osu-
dem obdobně jako v případě mé manželky
i synů. Baví nás to všechny.

ptala se Eva Brixí



foto Martin Šimek

Každý je designérem svého vlastního života

Svět se mění podle těžko předpokládaného scénáře. Na první pohled by se mohlo zdát, že záležitosti týkající se vztahu k životnímu prostředí, enviromentálním otázkám či ke kvalitě budou odsunuty v řízení firem do pozadí. Opak je pravdou. I na následujícím příkladu lze ukázat, že význam těchto témat naopak stoupá. V jakém slova smyslu? O tom je rozhovor s Ing. Andreou Bednářovou, jednatelkou a ředitelkou firmy ENVIROCONT s.r.o. z Ústí nad Labem, která uspěla v minulém ročníku soutěže Ocenění Českých Podnikatelek:



Ing. Andrea Bednářová

Poskytujete služby v oblasti podnikové ekologie a integrovaného systému managementu. Co přesně si pod tím můžeme představit?

Cílem je poskytovat služby v oboru podnikové ekologie zaměřené na zajištění shody s právními požadavky v oblasti ochrany životního prostředí a energie. V problematice životního prostředí se zabýváme tím, jak nakládat s odpady, chemickými látkami a směsmi, obaly, jak chránit vodu a ovzduší, co je potřeba k prevenci závažných havárií a ekologické újmy. Zajišťujeme vše, co po našich zákaznících le-

gislativa žádá, zavádění změn právních požadavků do praxe, zpracování odborných dokumentů, provádění školení zaměstnanců, hodnocení shody s legislativou v provozu i z pohledu dokumentace, vedení evidencí, provádění zkoušek vodotěsnosti i zastupování zákazníků při jednání s orgány státní správy či obchodními partnery a zaštitění odbornými způsobilostmi v oblasti životního prostředí.

Hlavní tedy je...

Dodržení souladu s legislativou je základní standard našich služeb. Naší snahou je přináš-

šet zákazníkům přidanou hodnotu v podobě navrhování projektů směřujících k trvalé udržitelnosti a k úsporám finančních prostředků. Nastavujeme procesy, které vedou k předcházení vzniku odpadů, k využívání odpadů, k předcházení používání nebezpečných chemických látek a směsí a v současné době se zaměřujeme především na zvýšení energetické hospodárnosti a úspory energie. Naše služby směřují rovněž k posílení dobrého jména společnosti, neboť především pro mladší generaci je jedním z rozhodujících kritérií při výběru zaměstnavatele právě řešení environmentálních témat potenciálním zaměstnavatelem.

K tomu směřujeme podporou projektů zaměřených na ochranu životního prostředí, které realizujeme ve spolupráci s Ústeckou komunitní nadací již více než 20 let. Naši zákazníci mají možnost založit si u Ústecké komunitní nadace svůj Firemní dárcovský fond. Zaměstnanci se poté mohou svými preferencemi podílet na výběru podpory konkrétních projektů či neziskových organizací, ke kterým mají nějakou osobní vazbu. Například se projekt realizuje v místě jejich bydliště nebo ve volnočasovém zařízení, které navštěvují jejich děti.

Také své zákazníky vzájemně propojujeme. Již od roku 2014 pořádáme Fóra IMS, jejichž cílem je sdílení příkladů dobré praxe napříč oblastmi, jako jsou životní prostředí, energie, bezpečnost práce nebo kvalita. Na Fóra IMS zveme i odborníky například na oblast řešení reportingu uhlíkové stopy, biodiverzity průmyslových areálů, specialisty na nákup energie a snižování spotřeb energie. Vždy se zaměřujeme na aktuální a klíčová témata.

Co se týká služeb v oblasti integrovaného managementu, zde spolupracujeme se zákazníky při zavádění, udržování i zlepšování systémů environmentálního managementu dle normy ISO 14001, systému energetického managementu dle normy ISO 50001, systému mana-

Spolupráce s Reformátem přináší radost mně i celému našemu kolektivu. To, co vzniká, předáváme zákazníkům jako ukázkou možného využití odpadních materiálů a rovněž jako poděkování za spolupráci. Předání výrobku doprovodíme vždy příběhem o tom, jak a z čeho výrobek vznikl.



gementu bezpečnosti práce dle ISO 45001 i systému managementu kvality dle ISO 9001. Jde o komplexní celek propojených požadavků norem na ochranu životního prostředí, kvalitu, energii, bezpečnost a ochranu zdraví při práci a společenskou odpovědnost, který je zakomponován do celkového firemního systému řízení.

Zaměřujete se velmi často právě na konkrétní požadavky firem týkající se ekologického chování. V čem vidíte rezervy, a co se dá zlepšit takřka bez investic, třeba jen drobnými změnami či řízením?

Svým zákazníkům nabízíme k realizaci řadu projektů směřujících k udržitelnosti, přičemž podstatná část z nich neklade důraz na nutnost investic, ale na změnu vnímání nejen ochrany životního prostředí, firemní kultury, ale i potřeb zaměstnanců. Cílem těchto projektů je zapojení zaměstnanců a zvýšení jejich povědomí, zlepšení firemní kultury, dosažení trvale udržitelného rozvoje, a v neposlední řadě i efektivního systému environmentálního a energetického managementu a snížení finančních nákladů. Pravdou je, že někteří se k tomuto vnímání potřebují myšlenkově naladit a dospět svou vlastní cestou.

Ale to zdaleka není vše.

Pro náš tým se stalo tradicí konání dobra. Třeba v České Švýcarsku jsme spolu s našimi rodinami, přáteli a zákazníky zanechali svou stopu. Jako příklad bych ráda uvedla náš poslední projekt z letošního dubna, kdy jsme spolu s jedním ze zákazníků pomáhali při vypouštění 50 000 plůdků lososa obecného do řeky Kamenice v rámci projektu Podpora kriticky ohroženého lososa obecného na území NP České Švýcarsko a rovněž jsme společně darovali 14 000 korun na tento projekt. Náš tým spolu s týmy některých našich zákazníků svou opakovanou účastí na tzv. Dobroběhu Mattoni 1/2 Maraton Ústí nad Labem v barvách Ústecké komunitní nadace podpo-

ruje dobročinné projekty v regionu Ústí nad Labem a jeho okolí. Rovněž jsme ve spolupráci s našimi zákazníky a rodinami pomáhali i finančně podpořili obnovu Dolského mlýna, kterou realizuje Občanské sdružení Dolský mlýn. Zúčastnili jsme se úklidu lesa na Strážáku, který se nachází nedaleko sídla naší společnosti. Těší nás, že jsme mohli pomoci při vyčištění meandrovitého toku říčky Chřibská Kamenice. I u tohoto projektu jsme finančně a vlastním zapojením do prací přispěli k zachování přírodních krás pro budoucí generace. Ve spolupráci s Ústeckou komunitní nadací a Národním parkem České Švýcarsko jsme zrealizovali projekt Vracení původních druhů dřevin na území Národního parku České Švýcarsko. K projektu jsme pozvali naše klienty a společně jsme v okolí skalního hrádku Falkenštejn vysázeli více než tisíc sazenic původních druhů dřevin.

Zajímavá je vaše cesta k výrobě z odpadového materiálu...

Ano, ráda bych uvedla ještě jeden krásný příklad spolupráce směřující ke změně environmentálního vnímání a k předcházení vzniku odpadů, a to se společností Reformát. Zajímavé je, že s ní jsme navázali spolupráci v době, kdy jeho zakladatelky ještě studovaly vysokou školu. Nadchla mě podpora studentek, které se vrhly do podnikání už při studiích a založily si vlastní společnost, a především to, čím se zabývají. V té době byla naše zakázka jednou z prvních zakázek Reformátu. Reformát se zabývá výrobou produktů z nevyužitelných materiálů, především z papíru, ale i dalších, a právě některé materiály dodala Reformátu i naše firma. Šlo například o staré vizitky, a také o dřevěné piliny od našeho zákazníka, které byly použity pro výrobu ručního

papíru, a ten tvořil desky netradičního zápisníku.

Také jsme ve spolupráci s Reformátem zrealizovali výrobu řady zero waste, šlo o sáčky pro uchování či nákup pečiva, ovoce a zeleniny, které v té době ještě v marketech nebyly k dispozici, neboť standardem bylo používat sáčky mikrotrenové. Dalším z řady zero waste byl tzv. Snack bag, opakovaně použitelný pytlík s uchem na zdravou svačinku do práce, ale i s dalším rozmanitým potenciálem. Snack bag tak někteří zákazníci využili jako sáček na granulky pro svého domácího mazlíčka nebo třeba

na sušené houby, oříšky či křížaly. Možná bych ještě zmínila nekonečně opakovaně použitelný zápisník, jehož desky byly vyrobeny z nevyužitých kůž od našeho dalšího zákazníka. Celý výrobek nádherně voněl a vni-

třek byl tvořen z nevyužitých papírů, které každý z nás produkuje každý den, každý si tak může zápisník stránkami doplňovat sám. Spolupráce s Reformátem přináší radost mně i celému našemu kolektivu. To, co vzniká, předáváme zákazníkům jako ukázkou možného využití odpadních materiálů a rovněž jako poděkování za spolupráci. Předání výrobku doprovázíme vždy příběhem o tom, jak a z čeho výrobek vznikl. Některé z příjemců myšlenka zero waste zaujala natolik, že s Reformátem zahájili spolupráci. To mě velmi těší, protože tak se cesta k udržitelnosti naplňuje. Má to i pozitivní vliv na životní prostředí a spotřebu energie. Výrobky se zhotovují v České republice a z materiálů pocházejících z ČR, tím se snižuje uhlíková stopa takového produktu.

Má řízení firmy opravdu vliv i na životní prostředí?

Určitě ano. Například v rámci zlepšování systémů řízení fungují v případě našich zákazníků různé systémy podání zlepšovacích návrhů, které jsou zaměřené i na environment či úspo-

Cílem je poskytovat služby v oboru podnikové ekologie zaměřené na zajištění shody s právními požadavky v oblasti ochrany životního prostředí a energie.



ru energií a lidé jsou za realizované projekty odměňováni.

Někteří naši osvědčení zákazníci používají sofistikované procesy pro výběr dodavatelů, kde mají významný podíl při výběru dodavatele environmentální a energetická kritéria a dodavatelé jsou motivováni ke snižování environmentálních dopadů jejich činností na životní prostředí.

V rámci systému environmentálního managementu je dle požadavků normy ISO 14001 kladen důraz na výběr dodavatelů externě realizovaných procesů. Zde pomáháme zákazníkům zavádět environmentální kritéria pro výběr dodavatelů od auditů při výběru dodavatele až po environmentální pokyny pro dodavatele.

Jako klíčovou bych ráda zmínila vazbu na cíle, kde prezentujeme klientům, že finanční úspory například v oblasti snížení zmetkovitosti, zvýšení efektivity výroby nebo zvýšení vyžitelnosti dopravy mají rovněž velmi pozitivní vazbu i na předcházení vzniku odpadů a snížení spotřeby energií. Vzděláváme je, sdílíme s nimi pozitivní příklady z praxe a snažíme se je vést k tomu, aby se environmentální a energetická témata stala součástí strategického řízení společnosti.

Máte nyní více práce s ohledem na to, co se ve světě děje? Náléhavost týkající se zásobování, šetření, nezávislých zdrojů roste asi rychlostí světla...

Oblast systému energetického managementu dle normy ISO 50001 jsme zařadili do našeho portfolia v roce 2012, kdy spatlilo světlo světa první vydání normy ISO 50001. Věděli jsme, že spotřeba neobnovitelných zdrojů energie úzce souvisí s životním prostředím i s náklady společnosti, čímž se v té době jen málokdo zabýval. Zákazníci, u kterých jsme v té době systém energetického managementu zavedli, získali prvenství v rámci svých celosvětových korporací a dle námi zavedeného systému energetického managementu se poté zaváděly tyto systémy po celém světě. Řada z nich mi poté děkovala, že jsem je přesvědčila, že tento

krok má význam v úspoře finančních prostředků.

V říjnu 2012 byla vydána Směrnice evropského parlamentu a rady 2012/27/EU o energetické účinnosti, která ukládala členským státům EU předkládat opatření ke snížení spotřeby energie. Na základě této směrnice byla v roce 2015 přijata novela zákona č. 406/2000 Sb., o hospodaření s energiemi, která dávala velkým společnostem za povinnost buď zpracovat Energetický audit, nebo zavést a certifikovat systém energetického managementu dle normy ISO 50001. V té době jsme měli s tímto systémem dostatek zkušeností, které jsme prezentovali zákazníkům, a ti se poté rozhodli k zavedení systému energetického managementu. Jednoznačnými argumenty byla skutečnost, že jde o ekonomické a efektivní řešení k dosažení shody s legislativou EU a ČR, jeho přínosem je snížení nákladů na energie, je kompatibilní s dalšími systémy řízení, jako je QMS, EMS nebo v té době ještě OHSAS.

Významným benefitem systému energetického managementu je zohlednění spotřeb energie při nákupu nového zařízení nebo při změnách procesů. Potenciální dodavatelé jsou

v rámci poptávkového řízení informováni, že jedním k rozhodujících kritérií je energetická náročnost zařízení. Dále tento systém stanovuje jako povinnost definovat kritéria pro nákup energie. Někteří naši zákazníci nakupují již v současné době 100% zelenou energii.

Byli jste tedy hodně napřed, ale jak to je dnes?

Vzhledem k situaci na trhu s energiemi se v posledním roce zabýváme projekty směřujícími ke zvýšení energetické hospodárnosti ještě intenzivněji, přičemž velkou výhodou je, že zákazníci mají zavedené systémy energetického managementu, a mnozí z nich i detailní systém monitorování spotřeb energie, a tudíž znají detaily svých spotřeb energie na jednotlivých technologiích a v rámci infrastruktury. Jako klíčový vnímáme právě monitoring energie, který sdělí, kde je potenciál úspor. Rovněž znalost spotřeb energie jednotlivých výrobních zařízení a zařízení infrastruktury je důležitý z pohledu energeticky úsporného nastavení procesů.

Co se týká snížení spotřeb energie ve výrobě, zde je možno realizovat investiční i neinvestiční opatření. Jako jedny z prvních se nabízejí projekty poměrně jednoduché, avšak s vysokou účinností, a to je pravidelný monitoring úniků tlakového vzduchu a jejich následné odstranění. Tento monitoring si provádějí buď zákazníci sami, nebo je realizován externími audity, které detekují i mikroúniky a definují opatření k jejich zamezení i finanční úspory. Dále se naši zákazníci zabývají projekty inteligentního osvětlení hal či skladových prostor s využitím pohybových čidel. Dnes je již samozřejmostí použití LED osvětlení ve výrobních halách, ale zajímavé je rozšiřování využití LED osvětlení i na venkovních plochách místo použití energeticky velmi náročných halogenových výbojek.

V rámci technologií a infrastruktury je využíváno odpadní teplo z kompresoroven nebo i z technologie na ohřev vody či vytápění.



Důležitá je v tomto směru i osvěta formou vzdělávání zaměstnanců v oblasti úspor energie s cílem snížit plýtvání energiemi nebo zaomezit úniku vody. Prezентujeme na konkrétních příkladech úspor přínosy změn chování, které si zaměstnanci našich zákazníků přenesou i do vlastního chování doma.

V poslední době jsou velmi aktuální fotovoltaické elektrárny na střechách výrobních hal. Ještě před pár lety byl tento projekt téměř bez šance na realizaci kvůli vysokým vstupním nákladům, ale s rostoucími cenami energie už je vše jinak.

Co se týká použití zemního plynu k vytápění, zde jako pomyslnou metu vnímám rozšíření tepelných čerpadel k náhradě vytápění plynovými kotly. Už se rysuje mezi zákazníky první vlna, a jsem přesvědčená, že se tento zdroj vytápění brzy rozšíří.

V čem můžete zájemcům poradit, i když většina jich možná tvrdí, že svoji cestu udržitelnosti zná?

Obsluhujeme více než 90 stálých zákazníků z různých odvětví, od automobilového přes strojírenský až po textilní průmysl. Díky tomu můžeme nabídnout velké množství příkladů dobré praxe a příležitosti ke zlepšování, což je cílem.

Novým zájemcům radíme v oblastech, ve kterých si to přejí nebo po provedení vstupního auditu nalezneme příležitosti ke zlepšení. S našimi stávajícími zákazníky, kteří jsou mnohdy již velmi daleko na cestě k udržitelnosti, spolupracujeme kontinuálně. Jsme ve velmi úzkém kontaktu, máme od nich informace o environmentálních požadavcích mateřských společností či jejich odběratelů a pomáháme jim tyto požadavky realizovat.

Naší snahou je přinášet zákazníkům přidanou hodnotu v podobě navrhování projektů směřujících k trvalé udržitelnosti a k úsporám finančních prostředků.

Naznačila jste, že odpadové hospodářství je pro vás velké téma. Jak pro české firmy?

Odpadové hospodářství je pro všechny naše zákazníky stěžejní již řadu let, neboť náklady na odstranění odpadů rok od roku rostou, a proto spolu s nimi hledáme cesty k předcházení vzniku odpadů, a pokud odpad vznikne, tak k jeho využití. Pokud pro daný odpad není potenciál dalšího zpracování, je na řadě další projekt, a to Zero landfill čili Nulové skládkování. Některé odpadové společnosti toto nabízejí, avšak musí se počítat s vyššími náklady, což je dáno jednak dopravou na delší vzdálenosti a nákladnějším procesem např. energetického využití odpadů.

A jak to probíhá? Před efektivním nastavením procesu nakládání s odpady se na úvod detailně seznámíme s výrobním procesem. Poté vznikající odpady zařadíme dle katalogu odpadů, navrhujeme layout rozmístění vhodných prostředků na soustředování odpadů, zpracu-

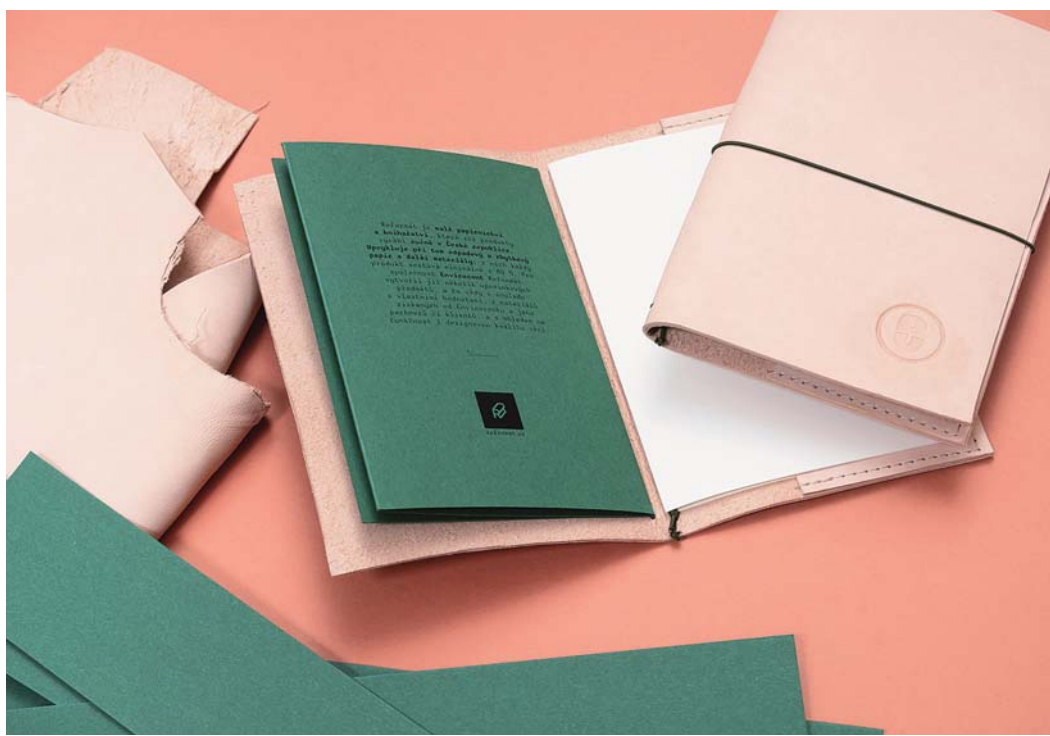
je potřebná označení i vizualizace pro zaměstnance. S našimi zákazníky spolupracujeme při výběru společnosti, které budou odpady předávány za účelem jejich dalšího využití či odstranění. Samozřejmostí je prověření oprávnění dle legislativních požadavků. Vedeme průběžnou evidenci odpadů a zpracováváme Roční hlášení o produkci a nakládání s odpady či hlášení pro Český statistický úřad.

Rovněž zpracujeme dokumenty vyžadované legislativou a zastupujeme naše zákazníky při kontrolách orgánů státní správy. Důležitým prvkem k úspěšnosti v rámci snižování nákladů na odpadové hospodář-

ství je vzdělávání zaměstnanců našich zákazníků o předcházení vzniku odpadů, třídění odpadů i o tom, jak řešit havarijní úniky. A u našich zákazníků ověřujeme formou auditování proces nakládání s odpady, chemickými látkami i havarijní připravenosti, a to i v případě firem, které vykonávají své činnosti v rámci závodu našeho zákazníka. Jde například o společnosti zajišťující stravování, úklid, logistiku či ostrahu.

Vracejí se klienti? Navazují na získané poznatky, audity, řešení?

Především sázíme na dlouhodobý vztah. S některými zákazníky jsme v kontaktu 10, 15 i více než 20 let a velmi si toho cením. S řadou nadnárodních společností, které zakládají své pobočky v České republice, komunikujeme od doby výstavby daného závodu u nás. A ti, pro něž jsme realizovali jednorázové zakázky, se vracejí, byť tento typ spolupráce je jen okrajový.



Ocenění Českých Podnikatelek je ohodnocení vaší snahy dělat užitečné věci. Motivovalo vás k něčemu?

V rámci projektu Ocenění Českých Podnikatelek jsem zvítězila v kategorii Odpovědné podnikání pod patronací Vodafone. Tím je míněno dobrovolné integrování sociálních a ekologických hledisek do firemní strategie i každodenních firemních aktivit. Jde o zohledňování dopadů podnikání na životní prostředí a o vytváření společenských a sociálních inovací a změn, které zkvalitňují život lidí, zlepšují veřejný prostor nebo propojují firmy a komunity k veřejnému prospěchu. Právě ocenění v této kategorii si velmi vážím a mám z něj upřímnou radost. Mám skoro pocit, že bylo mé společnosti i mně osobně ušité na míru. A motivovalo nás k dalšímu projektu. Tím je má spolupráce s programem Můžeš podnikat, která se započala v lednu 2022. Jsem přesvědčená, že díky spolupráci s Můžeš podnikat budu moci svým životním příběhem inspirovat mladé lidi, kteří budou aktivně a vědomě přispívat ke zlepšování kvality života v naší zemi. Můžeš podnikat je totiž spolek podnikatelů, kteří svým životním příběhem vedou studenty k podnikavosti a podporují je na jejich cestě k samostatnosti.

Mým cílem je dodat studentům odvalu k budoucímu podnikání a ukázat jim, že podnikat může úplně každý. Přednáším na středních školách a po každém semináři se cítím plná energie. Snažím se studentům předat poselství, že každý je designérem svého vlastního života, že každý může dělat naprosto cokoli, ale důležité je, aby ho to bavilo a naplňovalo.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí

V zahraničí pozor na DCC a karty s sebou

Statistice Čechů cestují v létě na zaslouženou dovolenou do zahraničí, kde se mohou potkávat s řadou nástrah a svízelných situací. Rodinný rozpočet i pohodu mohou pořádně nabourat například nevhodné výběry hotovosti nebo zrušení plánovaného výletu, protože v půjčovně aut vyžadují při placení jen kreditky. Některým problémům je možné se předem vyhnout používáním několika základních finančních pravidel a doporučení.

Přepočítání na koruny u bankomatu nebrat

Při platbě kartou nebo výběru hotovosti z bankomatu v zahraničí se můžete setkat s nabídkou přepočtu, respektive konverzí částky na koruny (Dynamic Currency Conversion, DCC). Znít to možná lákavě, ale určitě to nedělejte. Částka se totiž přepočítává podle mnohem horšího kurzu, na kterém vydělává provozovatel bankomatu nebo terminálu. Doporučujeme vždy platit v místní měně.

Pro placení v zahraničí je vhodnější kreditka

V zahraničních autopůjčovnách, hotelech a ubytovacích službách nebo na pumpách se může stát, že berou výhradně kreditní karty, a s debetkou tak bohužel narazíte. Takže kreditku je v cizině vždycky lepší mít, než nemít. Kreditka se také v zahraničí může hodit jako rychlá rezerva pro nečekané výdaje. Pokud vám třeba



uletí letadlo, koupíte s ní pohodlně a rychle nové letenky.

Cestovní pojištění s kartou

Ke kreditce lze mít výhodné cestovní pojištění, a tím před cestou o starost méně. Pojistné limity činí až sto milionů korun a mohou chránit i celou rodinu.

Akční nabídka a odměny

Kdo si pořídí kreditku ČSOB Standard do konce letošního srpna, například přes internetové bankovníctví nebo aplikaci Smart, dostane jednorázovou odměnu 500 Kč. K tomu bude navíc po dobu tří měsíců dostávat zpět 10 % z každé platby (maximálně 1500 Kč). Při každém zaplacení s kreditkou také dostává její majitel z každé platby 0,5 % do věrnostního programu Svět odměn ve formě bodů, které pak lze vyměnit za slevy a odměny nebo si je může převést zpátky na kreditku. Přesné podmínky akce jsou dostupné na www.csob.cz/kreditka.

Třiletá záruka na zboží

Na vybrané zboží zaplacené kreditkou má držitel mimořádnou tříletou záruku, poněvadž ke standardní dvouleté záruce získá ještě rok navíc. Dostane tedy zdarma to, za co se jinak v obchodech a e-shopech extra připlácí. Další výhodou je pojištění proti poškození a krádeži na půl roku. Pojištění kryje mobily a tablety, spotřební elektroniku, domácí spotřebiče a kutilské nářadí. (tz)



Fejeton

Čímpak bys chtěl být?

Když se v myšlenkách vracíme do dětství, nebo o něm vyprávíme dětem a vnoučatům, bývá celé prosluněné nádhernými zážitky. Kouzlem nostalgie se všední dny stanou chvílemi plnými dobrodružství, neopakovatelných vůní a chutí. Prostě tehdy bylo všechno lepší, i když jsme neměli nic z toho co dnes – ani počítače a mobilní telefony, ani Facebook a virtuální realitu, ani cestovní kanceláře nabízející výlety po celém světě. Sice ten ideál nosíme ve své hlavě a hýčkáme v srdci, ač vlastně dobře víme, že ve skutečnosti bylo všechno poněkud jinak. Že léto propršelo, škola nás nebavila a hodina povinně strávená s rodiči o prázdninách se nekonečně vlekla. Říká se tomu selektivní paměť. Z hloubi času vytáhneme ty nejúžasnější zážitky, i když bychom je spočítali na prstech jedné ruky, a vše ostatní utopíme v temné tůni zapomnění. Kam zmizely nežádoucí věci, jak jsme museli doma hlásit, kam jdeme, s kým, co tam budeme dělat a kdy se vrátíme? Příkazy, co smíme, a co ne, střídalý přísný zákazů a domácích vězení, někdy ještě zostřených klečením na struhadle v případech, kdy míra naší viny byla větší než obvyklá.

Co na tom? Byli jsme přece malí a v titěrném věku, který nám s přibývajícím věkem připadá víc a víc okouzluje. Už samotný tento fakt stačí k tomu, aby se prostý kov všednosti proměnil ve zlato někdejších báječných zážitků. Když tedy odhrnu oponu sentimentu, musím popsat

i odvrácenou stranu dětství. Jednou z traumatizujících chvil se stávala návštěva příbuzných, ať už přijela teta se strýčkem k nám, či my se vypravili k nim. Při kávě pro dospělé a čaji dětem s koláčem pro všechny padaly otázky, jimž bych se tenkrát nejraději vyhnul. Sršely s neúprosnou pravidelností a vyžadovaly očekávanou odpověď. Nikdy například nechyběla věta: „A čím bys chtěl, hochu, být?“ Máma nepřispěchala na pomoc s vysvětlením, že na kvalifikovanou, tedy relevantní reakci, je jaksi příliš brzy, nebo že jsme o tom ještě nepřemýšleli. Bylo na mě, abych se z toho vysekal sám. Musel jsem se snažit.

Když mi bylo deset, okouzila mne práce traktoristy. Nebylo to jako u jiných, co chtěli být kominíkem nebo prezidentem, aniž sáhli na kominickou štetku, vylezli na komín nebo se prošli po Hradčanech. K našim prázdninovým radostem patřilo obilné sílo v sousedství, kam družstevníci svázeli sklizené zrna. Ve frontě jsme dostali příležitost sednout za volant a vždy o pár metrů popojet. Ten první opojný pocit řídit velký stroj se nikdy z hlavy nevykouří, ač to pro malého kluka nebylo snadné. Sešlápnout spojku, zařadit rychlost a zabrzdit šlo s obtížemi, vyžadovalo to celého chlapa. A tím jsme chtěli být, a proto se překonávali.

Na venkově jsem často trávil čas v kabině traktoru, nejprve na bočním sedátku, a pak i s volantem v ruce, protože strýc Toník řídil zetor a pomocník se mu hodil. Čas takto strávený pak plynul jinak a utvrzoval mě v představě, že není krásnějšího povolání.

Je to tak, chtěli jsme už být dospělí a dělat věci, jež byly povoleny jen dospělým. Zkoušeli jsme

tedy „zestárnout“ tajně. Kouřili jsme, co se dalo. Cigaretu ukradenou ze strýcovy tabatěrky nebo „mocné listí“ – to jsme říkali smotku ze suchého listí a toaletního papíru. Dnes mi přijde k smíchu, jak jsme dělali před sebou hrdiny a pak v zákoutí tiše zvraceli.

V naší středostavovské rodině se profese traktoristy nesetkala s velkým přijetím. Teprve poté, co jsem přehodnotil priority a rozhodl se v dospělosti léčit zvířátka, jsem o tom mohl hovořit i s příbuznými a sklízet pochvalné mručení. Tak na mne totiž zapůsobila knížka Do ZOO zadními vrátky, kde zvěrolékař popisoval své pracovní zážitky. I já se už viděl v bílém plášti mezi nemocnými lvy a krokodýly. Jenže na vysokou školu veterinární, na ni jsem si samo sebou netroufl ani pomyslet.

Kde se ve mně vzala touha psát? Dlouho uvnitř jen podvědomě doutnala. Se spolužákem jsme sice připravovali školní vysílání a o hlavní předstávce stáli před mikrofonem, psali i neumělé povídky, a jednou dokonce v kulturním domě uspořádali text-apel. Avšak zážitky jsem sklídl spíše depresivní než povzbudivé. Žádný velký úspěch nám to nepřinesl, a pokud si vzpomínám, tehdejší novinářské a literární pokusy skončily dřív či později v šupletí, a nakonec v koši.

Všichni máme buňky na něco. Dlouho jsem o nich nevěděl a tápal. Prošel jsem si učebním v lese a maturitou v zemědělství než se ve mně probudilo „básnické střevce“, které mě dokopalo do Prahy na univerzitu. Zákrut v životě bylo dost, přesto už vím, že můj osud byl nalinkován naprosto neomylně. Tohle vnímám jako poznatkovou nutnost.

Pavel Kačer

Červenec je podle Čechů a Slováků měsícem pikniků

Letní teplé počasí, relax na dece, vlastnoručně připravené jídlo a osvěžující pití. Tak si Češi a Slováci podle průzkumu společnosti Coca-Cola nejčastěji představují správný piknik. Zatímco mladí lidé si tento oblíbený druh stolování častěji spojují s pobytem v přírodě, starší si ho raději dopřávají doma na zahradě či na chalupě. V jednom se ale obě skupiny shodují. Přes 70 % lidí si piknik nejčastěji užívá s rodinou či přáteli. Jako příležitost pro romantickou schůzku ho naopak vidí jen 15 % dotázaných.

Červenec je měsíc pikniků. Přestože podmínky pro outdoorový relax s přáteli u dobrého jídla a pití na dece panují v Česku a na Slovensku po celé léto, téměř polovina lidí si s piknikem spojuje hlavně první prázdninový měsíc. Průzkum společnosti Coca-Cola dále ukázal, že základní podmínkou pro provedení pikniku je podle většiny dotázaných dobrá společnost. Mladší lidé si pod tímto pojmem nejčastěji představují setkání s přáteli či romantiku s partnerem a neváhají za piknikem vyrazit do přírody či k vodě, starší lidé naopak obvykle piknikují s rodinou doma či na chalupě. Dobré jídlo a pití si ale rádi dopřejí všichni.

Překvapivě málo milovníků pikniku si jídlo a pití pro tuto příležitost objednáva z restaurace, nebo ho koupí cestou v obchodě – takovou variantu volí jen 7 % Slováků a 10 % Čechů. Na prostá většina naopak sází na vlastnoruční přípravu pokrmů. Při výpravách do přírody či parku to jsou obvykle sendviče, obložené chleby, ovoce či zelenina. Piknik doma nebo na chalupě se pak častěji pojí s teplou domácí kuchyní.



Sušenkami či oříšky se odbude jen málokdo. Z nealkoholických nápojů si na piknik lidé berou nejčastěji vodu, která je první volbou pro čtvrtinu dotázaných, hned v závěsu jsou syčené nealkoholické nápoje, jako je právě Coca-Cola, Fanta nebo Sprite – každou z těchto variant preferuje zhruba pětina lidí. Naopak kávu nebo čaj si lidé spojují spíše s jinými příležitostmi. Jak Češi, tak Slováci si k pikniku rádi dopřejí také alkohol. Alespoň příležitostně ho do svého piknikového koše zařadí 70 % Slováků a přes 80 % Čechů.

Přestože se bez jídla a pití piknik neobejde, lidé berou posezení na dece spíše jako relax než jako chvíli pro plnohodnotné jídlo. Více než tři čtvrtiny respondentů proto směřují svoje pikniky do odpoledních hodin mezi oběd a večeri. Pro třetinu lidí je ideální délka pikniku dvě až tři hodiny. Ještě více dotázaných ale uvedlo, že v dobré společnosti přestávají sledovat čas, a tak se jim může piknik protáhnout.

Zajímavá je také skutečnost, že na pikniku lidé příliš nešetří, a to napříč všemi věkovými skupinami. Alespoň 200–300 korun na osobu utratí přes 70 % Slováků a více než 80 % Čechů. Pro zhruba každého osmého dotázaného je pak obvyklý piknikový rozpočet dokonce nad 500 korunami na osobu.

O ještě příjemnější a autentičtější piknikovou atmosféru se může letos v létě pokusit každý, kdo v Česku či na Slovensku sáhne po osvěžující lahvi s Coca-Colou. Stačí prostřednictvím jedinečné aplikace Coke App soutěžit pomocí kódů ze spodní části víček a QR kódů na obalu. „Češi a Slováci piknikování milují. A protože právě hlavní pikniková sezóna vrcholí, rozhodli jsme se připravit pro naše zákazníky soutěž o atraktivní piknikové pomůcky. Už jejich příští relax na dece s dobrým jídlem a Coca-Colou tak může být bohatší o nové piknikové koše, houpací sítě, tašky, deky, produkty či stylové slaměné klobouky,“ uvedla Mária Drotárová, brand manažerka značky Coca-Cola.

Hlavní cenu v soutěži, jež bude v Česku i na Slovensku probíhat od 4. července až do konce srpna, pak představují poukazy na nejkrásnější možné ubytování od Amazing Places. Výherci tak budou mít skvělou příležitost zažít piknik na netradičním zajímavém místě. (tz)

Tip na plavbu Prahou moderní lodí

Toužíte objevit Prahu z jiné perspektivy? Vychutnat si zážitky v menší skupině, na vodě a v soukromí? Pak přijměte pozvání od členů posádky YachtBoat, jejichž malá flotila zahrnuje dvě moderní lodě Traweller YB35 typu houseboat, které, každá sama o sobě, nabízejí plný komfort až pro jedenáct pasažérů plus kapitána.

Vnitřní kajuta s barem zahrnuje kuchyň a samostatnou koupelnu s toaletou a sprchou. Terasa na horní palubě s grilem a sezením je ideální pro opalování nebo pozorování památek. Další novou možností je jachta Janneau Merry Fisher 795, která má kapacitu osm lidí. Nemá sice gril, zato se ale můžete projet výrazně rychleji. Novinkou je karaoke na YachtBoatu One a v plánu jsou paddleboardy na YachtBoatu Speed. Během plavby můžete vidět Pražský hrad, Karlův most, Vyšehrad, Náplavku, Tančící dům, Galerii Mánes nebo Žluté lázně. A protože skupina YachtBoat provozuje tři lodě, lze vyhovět i větším skupinám zájemců tak, že se lodě mohou za přijatelných podmínek na řece navázat k sobě.

„Představte si, že existuje perfektní způsob, jak se vyhnout davům a vychutnat si Prahu z jiné perspektivy pouze ve společnosti vybraných přátel. Přesně to je YachtBoat,“ uvedl Zdeněk Havrda, CEO YachtBoat. „Provozujeme soukromé plavby v Praze na Vltavě. Naše lodě YachtBoat One a Classic nabízejí unikátní design, komfortní horní palubu s grilem, kuchyni s pивní pípou (tu najdete pouze na One) a plnohodnotné sociální zařízení,“ uvedl Zdeněk Havrda. Lodě mohou využít jak zájemci z řad výletníků v Praze, tak firmy, pro něž, stejně tak jako například pro rodinné oslavy, svatby nebo podobné příležitosti, zajišťuje YachtBoat i program na přání. (tz)



čtvrť
emila
kolbena



moderní byty a lofts
v nové městské čtvrti