

Madam[®] BUSINESS

PROSPERITA

březen 2024

Jedno roční období

Eva Brixi

Jaro má prsty v slunci
A slzy zlatých dešťů na krajíčku
Já procházím se až večer
Romantik by řekl při měsíčku
Přes den hrnu před sebou
Všechny svoje resty
Koncertem klávesnice
Svolávám k sobě rozpustilé tresty
I odměny
Pralinky celofánové
Dortíky máslové
Marcipán v ústech
Mandle v prstech
Zpracovávám
A ničeho se kromě času neobávám
Propouštím dojmy
Třídím si pojmy
Abych ti mezi polibky
Stačila uvařit knedlíky
Klidně i špekové
Dokud se léto neprobudí
A chutě jahodové
Nezmámí tvé kroky
Tvoje poznání
Moje vršící se roky
Dejme si raději
Opáčko z vyznání

Marie Vopálenská

**Železniční průmysl
je českým úspěchem**

rozhovor na stranách 10–11

naš tip

Novinka značky Nupreme se jmenuje Hempreme Omega 3-6-9



nupreme

Rovnováha nenasycených mastných kyselin v organismu je důležitá pro celou řadu funkcí a pochodů, včetně regulace zánětlivých procesů. Tři za studena lisované oleje – z konopného semínka, Kamejky rolní a Rakytníku řešetlákového – tvoří vyváženou směs plnou cenných živin, která je bohatým zdrojem nenasycených mastných kyselin omega 3, 6 a 9. Veganské složení Hempreme Omega 3-6-9 je doplněné o vitamín D3 a K2, a také esenciální olej z černého pepře.

k dostání na www.nustore.cz nebo v síti drogerií dm



Sítě pro sportovce, chovatele i studnaře a malování jako barevný odpočinek

Že jsou i sítě pro pěstování rostlin? Nebo jako dekorace do interiéru? Proč ne? Firma Kv.Řezáč jich má v nabídce neskutečně mnoho, a nejen pro sportovce. Uplatní se i v mateřských školkách stejně jako v práci studnařů. Ing. Martina Kyselková, ředitelka a majitelka, by o všech možných zakázkách mohla dlouze a poutavě vyprávět. Upsala se řemeslu, které má velké kouzlo, ale jeho existence je podmíněna mnoha předpisy, certifikacemi, zkouškami. Především však zkušenostmi a umem zaškolených lidí ve výrobě, protože jde o dost ojedinělou a kvalifikovanou činnost. Je k ní potřeba zručnost, trpělivost, smysl pro přesnost a mnohé další. Široká škála využití tohoto know-how doprovází sportovce, dopravce nebo správce skládek či rybníků. Profesní život Martiny Kyselkové je jako vytrvalostní běh. Není divu, že odpočinek a povzbuzení našla v kreslení a malování.



Ing. Martina Kyselková

Březen je první jarní měsíc, všichni čekáme na sluníčko a těšíme se na delší pobyt venku. Stoupá vám počet zakázek v této době?

Ano, pomalu začíná nová sezóna venkovních sportů. Připravujeme celou škálu sítí do fotbalových branek, volejbalové a beachvolejbalové sítě a sítě na ochranu sportovišť a dětských hřišť.

Ostatně – vyrábíte sítě pouze na objednávku, tedy na míru zadavateli, nebo máte i sériovou produkci?

Ochranné sítě vyrábíme opravdu pro široké použití. Naše heslo „Sítě pro všechny a na všechno“ znamená hlavně použití nejen pro

sport, ale i pro průmysl, zahradu, pěstování rostlin, chovatelství, domácnost a design. Jako jeden z největších dodavatelů sítí pro různé druhy sportů vyrábíme i standardní výrobky – např. sítě na tenis, volejbal, kopanou, florbal, házenou, košíkovou atd. Vše v kvalitě pro volnočasové využití, ale i pro profesionální sportovní zápasy – podle norem daných pravidly jednotlivých sportů.

Kdo nejčastěji odebírá zboží? Školy, provozovatelé sportovišť, nebo třeba prodejci sportovních potřeb?

Své sítě prodáváme síti konečných zákazníků na různé účely. Využíváme náš e-shop v ČR,

ale i na Slovensku. Samozřejmě nás oslovují sportovní kluby, provozovatelé sportovišť, technické služby měst a obcí, a také školy a mateřské školky. Máme i sítě pro dopravce – zastřešení vagónů převážejících šrot, ochrana kontejnerů, sítě na odpadní skládky apod. Pro chovatele a pěstitele nabízíme například voliéry, sítě na krmení koní, ochranu jezírek a rybníků, ochranu zvířecích výběhů nebo sítě pro pěstování rostlin. Prodejci sportovních potřeb nás oslovují nejen v ČR, ale i ze zemí celé Evropy.

I v naší zemi se opět rozvíjí rybníkářství. Je to znát i ve výrobě sítí?

Tato specifická oblast chovatelství je znát v zajímavých objednávkách na ochranu ryb proti útoku ptáků nebo v sortimentu odchytových sítí.

Vždy jste byli také exportně orientovaní. Stále vyvážíte? Kam především?

I přes těžké ekonomické období v minulých letech, které se týkalo celé Evropy, nám mnoho našich zákazníků z ciziny zůstalo věrných. Samozřejmostí je obchod se Slovenskem, který podporujeme i vlastním e-shopem. Naši kvalitu oceňují především zákazníci z Norska, Švýcarska, Německa, Belgie a Litvy. Bohužel slibně se rozvíjející obchod s Ruskem byl přerušen válkou.

Jak se vám vedlo v roce 2023 a jak jste nastartovali letošek?

V důsledku velké inflace a zhoršení kupní síly v naší zemi nám loni obrát poklesl. Pro letošní rok jsme se rozhodli, že u většiny položek ponecháme stejnou cenovou úroveň. Snažíme se o posílení klíčové reklamy. A doufáme, že se počet zakázek zvýší.

Uvádíte, že jste největší výrobce uzlových sítí v České republice. Co znamená slovíčko uzlových?

Naše firma se specializuje na výrobu sítí s uzly. Již od pradávna se vyráběly sítě uzlováním.

Ochranné sítě vyrábíme opravdu pro široké použití. Naše heslo „Sítě pro všechny a na všechno“ znamená hlavně použití nejen pro sport, ale i pro průmysl, zahradu, pěstování rostlin, chovatelství, domácnost a design.



Výhodou oproti jiným, pleteným sítím bez uzlů, je vyšší pevnost (sít' je definovaná nejen pevností šňůry, ale je i zpevněná uzlem) a snadná oprava (přetržená šňůrka se dá jednoduše navázat).

Ve vašem sortimentu najdeme také provozové žebříky. Komu jsou určeny? Třeba hasičům, do tělocvičen, do cirkusu?

Jde o bezpečnostní žebříky z polyamidových lan, které jsou určeny především pro práci ve výškách/hloubkách. Pro tyto výrobky jsme vyvinuli stupačky-příčky z pevného plastu, který musí vydržet tíhu pracovníka v nebezpečném prostředí. Výrobek odpovídá bezpečnostní normě, dodáváme s certifikátem od testovacího ústavu. Našimi zákazníky jsou hasičské sbory, studnaři, firmy pracující ve výškách apod.

Umíte zhotovit lana pro artistry, provozochodce?

Ne, tento požadavek jsme ještě neměli. Nevím, co tyto výrobky musí splňovat. Ale dodáváme sortiment šplhacích a houpacích lan pro školy a dětská zařízení.

I tyto výrobky musí být certifikované – bezpečnost dětí je velice důležitá!

A jak jsou poptávány sítě na vagóny a kontejnery nebo na korby nákladních aut?

Sítě na převoz šrotu a železného odpadu pro železniční dopravu a sítě na ochranu kontejnerů tvoří významnou část našeho sortimentu sítí pro průmysl. Dodáváme tyto sítě i do zahradič.

Řídit tak úzce specializovaný provoz vyžaduje speciální znalosti, velké know-how, ale i značnou odpovědnost. Nejde vám někdy z toho všeho hlava kolem?

V našem výrobku je vysoký podíl ruční práce, strojová síťovina je pouze hrubý polotovár. Tato ruční práce se odráží na ceně i na délce výroby. To se snažíme, někdy marně, našim klientům objasnit, pokud si objednávají individuální zakázky.

Samozřejmě, že mám velkou odpovědnost, musím zajistit práci pro více než 30 zaměstnanců. Naš zákazník by měl být co nejvíce spokojený – s kvalitou, rychlostí dodávky i cenou. Požadavky jsou někdy velmi specifické. Snažíme se poradit nebo

nabídnout alternativu v rámci našich možností. Většina zákazníků si nedovede představit, kolik kroků a postupů ve výrobě vede ke kři-

nému výrobku. Představuji si, že jen párkrát stříhneme nůžkami jako krejčí a je hotovo. V našem výrobku je vysoký podíl ruční práce, strojová síťovina je pouze hrubý polotovár. Tato ruční práce se odráží na ceně i na délce výroby. To se snažíme, někdy marně, našim klientům objasnit, pokud si objednávají individuální zakázky. Zároveň je tato práce náročná na určitou získanou zručnost, takže nemohu nabírat na práci brigádníky. Jednotlivé úkony na sebe navazují. Máme našťastí systém řízení výroby na míru, a tak se hodně údajů ukládá do počítačového programu. Já pouze každý den vyhodnocuji výsledky a snažím se o nějakou prognózu vývoje podle zkušeností z minulých let.

Vím, že umíte také hezky relaxovat, a to malováním. Opravdu se tak dá zklidnit mysl?

Byla jsem sama překvapená, že dá! Nejdříve jsem potřebovala nějakou aktivitu mimo domov a firmu, a náhle jsem zjistila, že existuje něco, co se tak úplně nemusí hodnotit, odpovědnost je jen na mně a pro mě, a jeden z největších problémů je, jak zkombinovat a namíchat barvy. Paráda! Lehké tahy štětcem nebo čmáraní pastelkou opravdu uvolní mysl. Konečně mohu být někde jenom kreativní!

ptala se Eva Brixí



Úspěch a sebevědomí

Moudří tvrdí, že umět se přizpůsobit je dar. Kdo to dokáže, má prý úspěch zaručen. Tedy dělat to, čeho si spotřebitel žádá. Například vyrábět kabelky v rozpustilém designu. Nebo kupujícím nabídnout zubní pasty, které nahradí dentisty. A v cukrárnách zařadit do sortimentu zákusky, po kterých se netloustne. Takových příkladů by se našlo! Jenže jak nepatrně předběhnout dobu, jak celý proces načasovat, aby se podnikatel trefil přesně? Dokázali to zatím jen géniové, nebo na to máme buňky všichni? Asi každý z nás, komu business přirostl k srdci. Jen spouště lidí chybí sebevědomí. Přiznat si, že nám to jde. A vyžrát na blbou náladu, která cloumá davem.

Eva Brixí, šéfredaktorka



Tip Grady

Sám sobě terapeutem Owen O'Kane



Moderní život je minové pole plné stresu. Jednou z možností, jak tímto polem projít bez úhony, je terapie. Ta může změnit život k lepšímu každému z nás. Cílem terapie by mělo být, abyste ze sezení vyšli natolik zkušení a uvědomělí, že se sami sobě stanete terapeutem. V této knize objevíte praktické nástroje, jak toho docílit, aniž byste se potýkali s vysokými náklady na uzdravování, špatnou dostupností péče či nekonečnými čekacími lhůtami.

partneři www.madambusiness.cz

hlavní partner:



partneři:



Prosperita Madam Business

vychází jako příloha časopisu Prosperita, ročník 18, březen 2024

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

Šéfredaktorka:

PhDr. Eva Brixí-Šimková, e-mail: brixii@iprosperita.cz, mobil: 602 618 008

Redakční tým:

Bc. Kateřina Šimková, Dana Halušková

Šéfredaktor www.madambusiness.cz:

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

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

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

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

Placené textové materiály jsou označené grafickým symbolem

www.madambusiness.cz

Internetový marketing: Media Know, www.mediaknow.net

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

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



Pomáhá vám umění v osobním či profesním životě?

Ivana Goossen
Kunsthalle Praha, nadační fond
Director

Věřím, že umění reflektuje hlubokou lidskou potřebu tvořit, sdílet a porozumět světu i sobě sama. Dokáže nabídnout nové úhly pohledu, zaznamenat to, co je pomíjivé, uchopit to, co se nedá vysvětlit. Jsem přesvědčená, že tato tvořivá síla patří k tomu nejlepšímu, co v lidech je. Může pomáhat každému z nás individuálně, i společnosti jako celku. Je to jeden z důvodů, proč jsem se rozhodla ve sféře umění pracovat a jsem vděčná za příležitost každý den zprostředkovávat inspirativní setkání s uměním pro mnoho dalších lidí.



Co by prospělo ženám v budování kariéry?

Ing. Pavel Ráliš, MBA
fin4Business
zakladatel značky a konzultant

Ženy dnes nejsou ve svém kariérním růstu omezovány a je to tak dobře, protože týmy, které jsou různorodé, bývají úspěšnější a dosahují dlouhodobě vyšší profitability. Nevěřím na umělé vytvořené kvóty, rozhodující jsou určité schopnosti, a v nich jsou ženy naprosto srovnatelné s muži. Naopak v některých oblastech muže i překonávají. Omezujícím faktorem v budování kariéry může být někdy u žen vlastní odvaha a zkušenost, že je žena uznávána až teprve tehdy, pokud je úspěšná nejen ve svém kariérním růstu, ale současně zvládá i péči o rodinu, a v řadě případů také o své stárnoucí rodiče. Stejně jako mužům pak mohou pomoci další ženy jako jejich vzor a pro sdílení zkušeností. Současně by je měli i jejich partneři podporovat v jejich snaze budovat vlastní kariéru.



Informace do kabelky

Krade se i přes YouTube

Expert z laboratoří FortiGuard Labs nedávno odhalili zločineckou skupinu, která využívá YouTube kanály k šíření nebezpečného kódu Lumma Stealer. Ten krade uživatelům přihlašovací údaje i další citlivá data. Typickým zdrojem jsou videa s tematikou cracknutých aplikací. Na oko se tváří jako návod, jak obejít placení některého z populárních programů, a obsahují škodlivé URL adresy, často zkrácené nástroje typu TinyURL nebo Cuttly. „Lumma Stealer se zaměřuje na citlivé informace v napadeném zařízení. Tento typ malware dokáže uživateli ukrást přihlašovací údaje, systémová data i informace z prohlížeče, nebo například získat přístup ke kryptopeněžce,“ řekl Ondřej Štáhlavský, regionální ředitel společnosti Fortinet pro střední a východní Evropu. V první fázi útoku se hacker nabourá do účtu některého z tvůrců obsahu na platformě YouTube a nahraje videa tváří se jako návod na bezplatnou instalaci placeného softwaru. Popisek u videa pak uživatele vyzývá ke stažení ZIP souboru. Aby se útočníci vyhnuli blokování webovými filtry, využívají k uložení souborů místo vlastních serverů různé open-source platformy, jako jsou například GitHub a MediaFire. Soubory však neobsahují nástroj k instalaci vytoužené aplikace, jak slibuje popisek u videa, ale vedou k přímému stažení nového privátního .NET zavadače, který následně do napadeného zařízení pustí malware Lumma Stealer.

(tz)

Nadčasová hodnota se ukrývá v ušlechtilých materiálech

Anna Kristyna Sion milovala módu už jako dítě. Po ukončení studia oděvního návrhářství začala vytvářet šperky. Ty kvalitní podle ní dokážou odolat neúprosnosti času. Její osobitá umělecká díla nepodléhají módním trendům. Jsou symbolem, který spojuje generace, a předávají se z matky na dceru. A plní i praktickou funkci. Jako jedny z mála artefaktů dokážou uchovat další hodnotu.

V roce 2017 oslovila Annu Kristynu Sion za účelem spolupráce Naridntan Palakavong Na Ayuthaya, majitelka společnosti Imprint. První společnou zakázkou byl návrh korunky pro Miss Supranational Thailand. „V těchto světových soutěžích je standardem, že je koruna zhotovená z drahých kovů a její hodnota činí nejméně 20 000 eur. Tuto vizi jsme překonali, když jsme vyrobili korunu z rhodiovaneho stříbra posetou téměř 3000 kubických zirkonů a třemi diamanty. Koruna, inspirovaná českým kubizmem, váží asi půl kilogramu a skládá se ze dvou odděleně fungujících částí: velké koruny, která je symbolem soutěže a nepředává se, a malé členky, která je trofej pro vítěze,“ vysvětlila Anna Kristyna Sion.



Návrhářka má dva směry své práce. Podílí se na tvorbě a celkovém rozvoji thajské značky Imprint. Do této kolekce patří jedinečný designový prsten Imprint, který se svým konceptem liší od ostatních masových šperků. Jde o „prsten s tajnou zprávou“. „Prsten je vyráběn na přání klienta a tvoří ho například vzkaz, jméno nebo symboly. Uznejte, kdo by netoužil po šperku s tajným vzkazem? Navíc takový bude na světě pouze jeden. A to ten váš,“ vysvětlila šperkařka.

Při vlastní tvorbě pod svým jménem Anna Kristyna Sion se řídí tím, co chce nosit sama. Často ji vyhledávají osobnosti společenské a podnikatelské scény, aby pro ně vytvořila autorský šperk na míru. „Nemohla bych navrhnout něco, co by se mnou nesouznělo. Na celém tvůrčím procesu mne baví, jak se postupně různé vize vtělují do finální ideje a jak pak takový šperk žije s mými klienty,“ popsala Anna Kristyna Sion. Zakázková tvorba je zvláště žádaná ve chvílích, kdy zákazníci procházejí zlomovými momenty ve svém životě: narození potomka, vnučat, zásnuby, svatba, výročí, ale také kariérní úspěchy. „Možná to někoho překvapí, ale mnohé ženy se šperky samy odměňují, a dělají si tak radost. Už to není dárek od někoho, ale dárek sobě samé,“ přiblížila šperkařka. Velmi oblíbená je u ní kolekce s andělíčky nebo zakázkové šperky s iniciálami. Náušnice z kolekce Angeles z pozlaceného porhuteni-



ovaného stříbra mají také charitativní význam. Sto procent výtěžku z jejich prodeje míří na podporu Nadačního fondu Be Charity.

Anna Kristyna Sion se soustředí na výběr těch nekvalitnějších materiálů a v tomto směru by ráda předala vědomosti také širší veřejnosti.

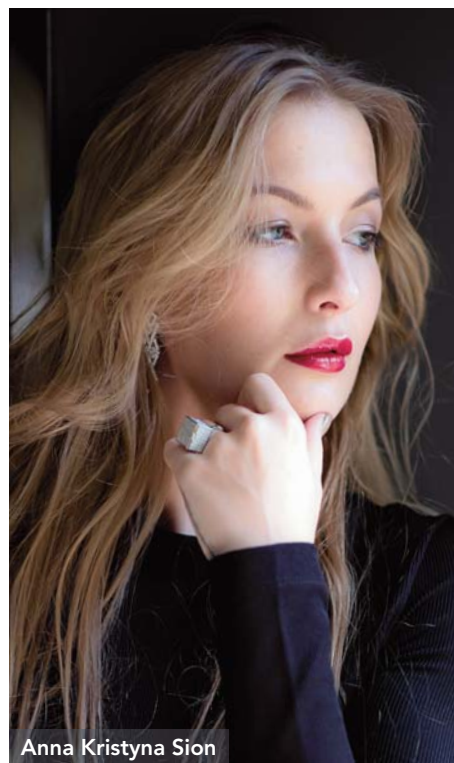
„Trochu mne trápí, že lidé se v materiálech orientují jen matně. Často vidím snubní a zásnubní prsteny z drahých kovů, které jsou ale osázené zirkony, což je v podstatě materiál podobný sklu. Přitom i malíčky diamant by mohl dát šperku úplně jiný výraz, hodnotu a symboliku,“ upozornila. Sama nejraději nosí zlato osázené diamanty, s oblibou pracuje s měsíčním kamenem, opály či perlami.

Velkým tématem jsou pro ni rovněž investiční šperky. Ne každý kousek zlata s diamanty totiž může být za investiční právem považován.

„Při výběru a zhotovování investičních šperků se zaměřte na zlato a jedinečné kameny. Malíčkých drobných diamantů je po světě ještě velká zásoba, ty zásadní investiční význam nemají. Na rozdíl od diamantů s vyšším počtem karátů v méně obvyklých barevných variacích. Pro tyto účely se také hodí originálně zpracované safíry, smaragdy či akvamaríny,“ poradila Anna Kristyna Sion.

Tvorbu Anny Kristyny Sion bylo možné si prohlédnout během dvoudenního únorového pop-upu, který se uskutečnil v ateliéru módní návrhářky Tiny Hollas v Praze.

Kateřina Šimková



Anna Kristyna Sion



foto Pixabay

Změna vyžaduje především čas

AKAT | ČR

Asociace pro kapitálový trh České republiky

Jak množit své přebytečné peníze, co jim dopřát, abychom z nich měli co největší užitek? Názor odborníků je jednoznačný: investovat. Jenže pokud nejde o sumy v řádech milionů a výše, oprávněná otázka zní, do čeho.

Jako nejjednodušší se pro jednotlivce zdá být volba takového poradenského subjektu, který má na trhu dostatečnou reputaci, tomu své úspory svěřit, aby je v čase proměňoval na hodnoty s růstovým potenciálem. Nebo si cestu k úspěchu proslapat na vlastní pěst. Nakoupit akcie, zlato, pořídit byt k pronajímání, sehnat stavební parcelu, vložit prostředky do fondů, k nimž získáme důvěru. Jak k takovým rozhodnutím přistupujeme v Česku? Investovat se nám stále moc nechce. A jak potvrdila Ing. Jana Brodani, výkonná ředitelka Asociace pro kapitálový trh České republiky, jsme spíše národem spořivým. Uvedla rovněž, že ale zažitá konzervativní přístupy mění nastupující mladší generace:

Jak by se dal v roce 2024 charakterizovat kapitálový trh v České republice?

Kapitálový trh v České republice se rozvíjí. Jak z pohledu nabízených produktů, tak i infrastruktury a jeho celkové efektivity. Ale ve srovnání s investičně rozvinutými zeměmi máme pořád co dohánět.

Asociace má za úkol působit na rozvoj kolektivního investování u nás. Daří se vám to?

Když bych to měla vyjádřit čísly, tak podíl investic do investičních fondů na celkových finančních úsporách domácností vzrostl za posledních pět let o třetinu – z 11 % na 16 %. To je podstatný pohyb směrem k investičně rozvinutým zemím, ve kterých mají domácnosti v investičních fondech vloženo až třetinu veškerých svých finančních úspor.

Podle nejrozumnějších průzkumů i množství peněz, které mají lidé na účtech, se zdá, že jich mnoho stále jen šetří a prodává, než aby finance zhodnocovali. Změní se to někdy?

Ačkoliv podíl investic roste, na bankovních účtech stabilně zůstává kolem 55–60 % veške-



Jana Brodani

rých úspor domácností. Nemyslím, si, že toto číslo by v dohledné době nějak podstatně kleslo, v Evropě jsme spíše spořicí než investiční typy. Ale pomalu se učíme investovat, což nemusí být vidět hned, ale mladší generace bude mít zcela jiná východiska, než měly střední a starší generace. Takže změna vyžaduje především čas.

Nedávna vysoká inflace mnohé donutila nad svými volnými prostředky více přemýšlet, ptát se, jak nezchudnout. Od toho už je jen krůček nechat si poradit od zkušených odborníků a rozhodnout se, kam peníze vložit. Přibývá drobných investorů?

Drobných investorů pomalu přibývá. Za mne ale podstatnějším aspektem je, že roste množství drobných investorů, kteří investují pravidelně. Inlace byla prvotním impulzem pro řadu lidí, že vůbec začali přemýšlet o tom, jak zhodnocovat své peníze. Důležité však je, aby obzvláště ti, kteří mají malé nebo žádné zkušenosti s investováním, začali investovat takovým způsobem, aby získali dobré investiční návyky, jako jsou dlouhodobost, diverzifikovanost a disciplína. A k osvojení těchto dobrých návyků jim právě pravidelné investice mohou pomoci.

Kapitolkou samou o sobě je důvěryhodnost kapitálového trhu. Někteří zájemci o zajímavé investice naletěli podvodníkům, kteří slibovali nebývalé výnosy, a přišli o peníze jak mávnutím kouzelného proutku. Spálili se a bojí se spálit znovu. Odrazuje to další zájemce, kteří ani těm solidním nabídkám nevěří. Může s tím Asociace něco dělat? Není to běh na příliš dlouhou trať?

Podvodníci vždy budou o krok napřed před regulací. Jedinou účinnou ochranou tak zůstává selský rozum a vždy si řádně promyslet, komu svěrují své peníze. My se snažíme na všechny takovéto podvodné snahy nejdříve upozorňovat, ale také navrhovat takovou regulaci, aby podvodné jednání neumožňovala, nebo alespoň výrazně ztížila. Pro drobné investory zůstává nejdůležitějším pravidlem rozmyslet si, komu svěrují své peníze. Jediné finanční instituce s dobrou dlouhodobou reputací je spolehlivou ochranou právě před podvodníky.

Jak byste hodnotila české ženy v roli investorek? Jsou odvážné, rozvážné, vytrvalé? V čem jsou jiné než jejich mužské protějšky?

Stručné shrnutí by bylo, že ženy jsou rozvážnější, takže ztrácejí na té startovní čáře, protože investice delší dobu zvažují, ale pak jsou lepší investorky, právě proto, že jsou rozvážnější, a nevrhají se do zbytečných spekulací.

Myslíte si, že se již mění přístup široké veřejnosti k odkládání financí, které jim zaručí důstojný život ve stáří? Že začínají investovat i mladší ročníky?

U mladších ročníků vždy bude vnímání penze jako něčeho velmi vzdáleného, to je přirozené. Ale zároveň vidíme, že mladší generace investování velmi zajímá. A to je dobrým začátkem pro to, aby vůbec nad investováním začala přemýšlet. Pak už je důležité jenom změnit vnímání investic ze spekulace s cílem vydělat hodně rychle hodně peněz směrem k dlouhodobému uchování hodnoty svých úspor a zajištění finančních potřeb rodiny.

Ačkoliv podíl investic roste, na bankovních účtech stabilně zůstává kolem 55–60 % veškerých úspor domácností. Nemyslím, si, že toto číslo by v dohledné době nějak podstatně kleslo, v Evropě jsme spíše spořicí než investiční typy.

Důchodová reforma je v České republice stále jedno velké téma, pro členy Asociace však velká příležitost. Chystáte nějakou společnou kampaň, výzvu, aby lidé změnili své návyky v hospodaření s penězi?

Zajištění na stáří je jedním z našich klíčových komunikačních témat posledních deset let. Impulzem pro to bylo zejména zrušení penzijní reformy z roku 2012. Nicméně, bylo nutné lidem nabídnout i atraktivní způsob. Pevně věřím, že od letošního roku nově zave-

dený Dlouhodobý investiční produkt (DIP) je zajímavou investiční příležitostí v rámci třetího penzijního pilíře.

Mnozí z nás byli loni nadšeni ze spořicíh účtů, ale co nyní, když půjdou úroky strmě dolů? Kam přelit úspory? Nakoupit zlato, fondy, akcie, starožitnosti?

Ze statistik je zřejmé, že na spořicí účty se přesunuly především prostředky z běžných účtů, a nikoliv z investic. V dlouhém horizontu člověk nemá moc na výběr, a měl by investovat spíše dynamicky do akciových portfolií nebo fondů. Ale řada lidí má v oblíbě i alternativní investice, jako jsou zlato, nebo starožitnosti, ale tyto by neměly tvořit více než 10–15 % celkových investic.

Máte přehled o tom, jak investují menší české firmy? Jak zhodnocují volné prostředky?

Bohužel, takovýto přehled nemáme.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí

Na 70 % velkých českých firem nemá ve vedení jedinou ženu

Celkem 70 % velkých českých firem, které mají roční obrát více než jednu miliardu korun, nemá ve svém vedení ani jednu ženu. Nová evropská směrnice, která má od roku 2026 přinést lepší genderovou vyváženost ve vedení velkých firem, ale situaci nijak zásadně nezlepší. Týká se totiž pouze firem kotovaných na burze a do její působnosti spadá jen pět společností z celé ČR. Velkých firem s obrátem přes miliardu korun je u nás ale celkem 2359. Vyplývá to z analýzy společnosti CRIF, která vychází z dat portálu www.informaceofirmach.cz.

Nová evropská směrnice se dotýká pouze firem kotovaných na burze, které mají přes 250 zaměstnanců, roční obrát vyšší než 50 milionů eur (1,2 miliardy korun) nebo aktiva v hodnotě přes 43 milionů eur (1,08 miliardy korun). „Vychází z reality západní Evropy, kde je rozvinutý kapitálový trh, a tak je běžné, že velké firmy na burze působí. U nás je realita jiná. Když se podíváme na obsazení řídicích a kontrolních orgánů ve firmách s ročním obrátem přes jednu miliardu korun, je situace tristní a směrnice ji vylepší jen velmi málo, protože se na většinu z nich nevztahuje. Týká se jen dvou promile relevantních firem,“ komentovala Věra Kameníčková, analytička společnosti CRIF – Czech Credit Bureau. Situace se lepší, i když velmi pomalu. V roce 2014

nemělo 79 % firem s ročním obrátem jedna miliarda korun a více ve vedení ani jednu ženu, v roce 2024 je to „jen“ 70 %. Z celkového počtu firem s ročním obrátem přesahujícím jednu miliardu korun bez žen ve vedení jich více než polovina byla založena do konce roku 2000, to znamená, že na trhu působí minimálně 24 let, naopak ty, které vznikly až v posledních deseti letech, tvoří pouze 16 %. Data dále ukazují, že menší firmy jsou na tom s uplatněním žen ve vedení ještě hůře než velké společnosti. U firem s obrátem 500–999 milionů korun má vedení bez zastoupení žen 73 % společností, v kategorii obrátu 300–499 milionů korun má vedení bez žen 74 % firem. „Jako by u nás platilo pravidlo, že čím menší firma, tím méně stojí o ženy v čele,“ řekla Věra Kameníčková. Výrazné rozdíly v uplatnění žen ve vedení firem panují podle odvětví. Data za všechny společnosti v ČR bez ohledu na výši obrátu (tj. firmy od nejmenších po největší) ukazují, že největší šanci na uplatnění ve vrcholovém vedení firmy mají ženy, které pracují ve zdravotní a sociální péči – firem, které mají ve vedení alespoň jednu ženu, je v tomto oboru 66 %. Podobná situace je ve školství, ve kterém má ženy ve vedení přesně polovina všech organizací. V dalších odvětvích ale tento poměr strmě klesá: v ubytování a stravování už má ženu ve vedení jen 32 % firem, v oboru profesních, vědeckých a technických činností je to 31 %. (tz)



kresba Pivaboy

Svátky a tradice poskytují i praktické ukotvení

Především je krásná, přenášdná hned na první pohled. Obálka knihy Jarní Tradinář od ledna do června má úžasnou vypovídací hodnotu. Grafikou oslovuje srdce čtenářů, kteří posléze zjistí, že obsah publikace je přesně ten, který čekali, ale i mnohem více. Naladí vaši duši, a ta se rozhodne listovat, číst, naslouchat. Je o tradicích, zapomenutých i znovu objevených svátcích, návodech, jak si zkrášlit domov a zahradu, obsahuje recepty na dobroty k tomu či onomu období. Autorkami jsou Martina Boledovičová a Martina Viktorie Kopecká. První jmenovaná žena je podnikatelkou a majitelkou nakladatelství Smart Press, druhá farářkou a známou osobností. Do rukou se mi dostala publikace s posláním, o němž je potřeba přemýšlet, mluvit, jež je vhodné vstřebat do vlastního já. Víc nebudu napovídat. Snad ještě podotknu, že knížka má dvě textilní záložky, jednu jasně zelenou a druhou béžovou, a to je přece paráda! A citace ze strany 89: „Co můžeme udělat (nejen) v postní době? Usmívat se jeden na druhého.“ Martiny Boledovičové jsem se zeptala:



Martina Boledovičová

Vyšel další Tradinář, tentokrát Jarní – od ledna do června. Opět nám přibližuje úsek ročního období, zvyky, popisuje to, nač v dnešním shonu zapomínáme. Byl to záměr? Upozornit na tradice, lidovou zkušenost a navést čtenáře k zamyšlení?

Ano, záměrem byla i propagace svátků, které nemají komerční prospěch. Například půst, postní neděle, ty se dají hůře zobchodovat než třeba Valentýn. Připadalo mi nespravedlivé, že se k nám dostávají jen některé informace. Jarní období je přitom přímo nabitě zajímavými zvyky a obyčejí, a často je dodnes dodržujeme, i když je možné, že nechápeme původní smysl.

Co ještě jste chtěly společně s Martinou Viktorií Kopeckou sdělit?

Martina Viktorie sepsala křesťanský příběh Velikonoc, nejdůležitějšího křesťanského svát-

ku, který má přitom menší ohlas než známější Vánoce. Je to zajímavý a složitý příběh vzkršení Ježíše, kterému věnujeme pozornost, stejně tak tomu, co se děje v kostelích ve významných dnech. Původně se kniha dokonce měla jmenovat Velikonoční Tradinář, ale nakonec jsme ji rozšířili i na období předjaří a završily svátky, které nás vedou do léta – Letnicemi.

Myslíte si, že se zvyšuje počet těch, kteří chtějí zase naslouchat? Přírodě, zkušenostem moudrých, měnit svůj život z hektického na ten umírněnější?

Ve svém okolí vidím, že přibývá lidí, kteří potřebují zpomalit, chtějí hledat smysl života,

Ve svém okolí vidím, že přibývá lidí, kteří potřebují zpomalit, chtějí hledat smysl života, napojit se opět více na přírodu, věří, že je důležité poznat své kořeny a rozumět jim.

napojit se opět více na přírodu, věří, že je důležité poznat své kořeny a rozumět jim. Myslím, že pro všechny je doslova léčivé si uvědomit, že neexistuje něco jako neustálý růst, ale že se příroda i náš život odehrává v cyklech, kdy se opakují období dostatku i nedostatku. Díky rituálům a tradicím se máme stále na co těšit, a to i v té obtížné době. Můžeme si vždy uchovat naději. Zároveň nám svátky a tradice poskytují i praktické ukotvení – v době přemíry informací a nabídky všech možných akcí víme, že existuje nějaký konkrétní svátek, který navíc neztratil nikdy smysl, protože je navázaný na koloběh přírody, a můžeme se tedy sejít, pokud s tímto svátkem počítáme dopředu.

Maminky, které se nechťejí vzdát své profese ani kariéry, a navíc chtějí být zároveň vzornými manželkami, kamarádkami, dcerami, ale i šéfkami firem, to nemají jednoduché, a ani mít nemohou. Jediné, co jim může pomoci, jsou dokonalé služby a špičková organizace práce. Co vám osobně nejvíce pomáhá zvládat rodinu i nakladatelství?

Určitě pomáhá rozdělení rolí a nechat si pomoci od ostatních. Mně se osvědčilo stanovení si priorit. Když byly děti velmi malé, tak byly naprostou prioritou, v některých rolích je maminka nenahraditelná. Když se podíváme zpět, je nakonec čas s malými dětmi jen krátký úsek celého života, a pokud to jde, nechala bych si ho osobně co nejvíce pro ně.

Rozumní lékaři, psychologové, koučové doporučují ke šťastnějšímu životu zklidnit mysl, naučit se vhodné techniky „k přežití“, ženám umět být sobcem alespoň na pár minut denně... Je to uskutečnitelné?

Na pár minut denně, myslím, je. Ale samozřejmě záleží na okolnostech, třeba s nemocným dítětem a uzávěrkou v práci k tomu to nemusí být snadné. Osobně používám techniku zklidnění před spaním a při probouzení. Také mi pomáhá příroda – někdy mi stačí otevřít okno nebo dveře a nadechnout se čerstvého vzduchu.

Na jaro se většina lidí těší, sluníčko přináší energii. Jak vy sama vnímáte březzen, duben, květen?

Jsou to radostné, veselé měsíce plné každodenních zázraků. Baví mě pozorovat první květiny, listy, pupeny, které nakonec rozkvetou a za-

čnou se měnit v plody. Vnímám je jako dobu, kdy se přírodě tolik daří, snažím se toho využít i pro sebe, těším se na procházky venku.

Publikace obsahuje 80 receptů na různé dobroty, které do Čech patří léta letoucí. Pečete ráda?

Raději pečtu, než vařím, mám ráda všechny naše české dobroty – koblihy, koláče, mazanec, jidášky. Ale díky knížce jsem se rozvzpomněla na úžasné jihočeské polévky kyselku a zelnici. Ty jsme doma často vařili a zařadila jsem je do knihy. Těším se také na postní jednoduché recepty.

Rovněž se zde setkáme s návody na tvoření nejrozmanitějších předmětů, které k danému období patří, stejně tak jako s inspirací, jak zkrášlit zahradu. Přináší vám takové práce radost?

Mně osobně ano, baví mě tvořit z mála, z ničeho, z toho, co je právě dostupné. Velkou inspirací byla má starší sestra, která od mala tvořila spoustu nádherných věcí, čemuž se říká lidová kultura. Do knihy přispěla i bloggerka Tereza Rak i má kolegyně Míša Lehnerová.

Důraz kladete v uvedené publikaci také na rodinu a pospolitost. Ne každý si ale takového štěstí váží, pokud se mu žije bez starostí. Jak to udělat, aby se rodinné pouto ctilo a mladí lidé v něm nacházeli jistotu, zázemí či náležitě sebevědomí?

Začala bych ideálně hned od mala – s malými dětmi se bavit svátky, ale i jejich přípravou. Protože někdo tu práci udělat musí, jinak by oslava nebyla. I v minulosti slavnosti završovaly obvykle období společné práce. Časem se mohou děti stát důležitými pomocníky a spo-



Martina Viktorie Kopecká a Martina Boledovičová

foto Pavel Ovesík

lutvárci. Zvala bych tedy děti co nejvíce ke spolupráci, žádala bych je o spolupráci. Ale je pravda, že ne v každém období děti chtějí spolupracovat, také se někdy musí vymezit, v pubertě to může být těžké... Domnívám se ale, že určité opakující se rodinné tradice mohou rodinu podržet v horších časech. Pravdou také je, že se skrze tyto opakující se tradice vytvářejí vzpomínky na naše dětství.

Shromáždit tolik materiálu a vtisknout mu formu knížky určitě nebylo jednoduché. Co vám nadělalo nejvíce starostí a co vás nejvíce povzbudilo?

Nejvíce pro mne bylo obtížné dát vše smysluplně dohromady, vymyslet strukturu a neztratit se v tom. Myslím tím, že například v každé obci může být jiná tradice, jiný koláč, jiný název... A jak toto pojmout, aby to nebyla odborná pří-

ručka, ale čtivá kniha. Navíc když je dopsáno, vždy objevím, že někdo má třeba doma zajímavou rodinnou tradici nebo recept, které by se tam také hodily. Bylo důležité si uvědomit, že v této oblasti tradic není nikdy hotovo, protože se tvoří životem, obnovují se každý rok, znovu, ale třeba i trochu jinak. Každá rodina má své vlastní. Kniha má několik vrstev – křesťanský výklad, informace o svátcích, praktické recepty a návody, ale i vzpomínky a osobní příběhy. Povzbudila mne reakce okolí a čtenářů, dostávám krásné dopisy, lidé mi píší, že je knihy navrací k časům bezpečí u maminek, vidí v tom své odžité životy, ale také vím, že si podle knížek hrají i malé holčičky. Maminky s malými dětmi knihu oceňují také a dělá mi radost, když je kupují i kamarádkám, protože jim připadá důležité šířit je dál.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí



Železniční průmysl je českým úspěchem



Ing. Marie Vopálenská

Železnice kdysi dávno převrátila svět naruby. Popohnala ho k vyšším výkonům, tedy podpořila rozvoj průmyslu i možnosti lidí cestovat, setkávat se, poznávat. Jak toto odvětví hodnotit dnes? Co znamená pro planetu, Českou republiku?

Železnice je udržitelný způsob dopravy a na rozdíl třeba od automobilové či letecké dopravy neprodukuje žádnou další rostoucí zátěž pro životní prostředí. I poslední údaje Eurostatu hovoří o tom, že největší podíl na zvyšování škodlivých emisí má silniční doprava, a naopak železniční téměř žádný. Díky tomu a díky zrychlování, novým technologiím a rozvoji nových typů služeb začíná železnice opět skutečnou renezanci. Právě železniční doprava má jako jediná potenciál dostatečně kapacitně uspokojit růst poptávky po cestování, po převážení nákladu a zboží, a současně nezvyšovat zátěž životního prostředí. Železniční doprava je rovněž bezpečný způsob dopravy a cestování a je také doslova laboratoří pro nové technologie, které bezpečnost mobility dále zvyšují. Tyto perspektivy samozřejmě platí nejen globálně, ale i pro Českou republiku.

Podle výsledků členů vaší asociace se dá potvrdit, že skýtá stále nedozrnlý potenciál pro možnosti člověka, od inovací až po tajuplné literární detektivní příběhy, přes rozvoj cestovního ruchu až po snižování ekologické zátěže matičky Země...

Ano, potenciál nových přístupů a inovací je skutečně doslova nevyčerpatelný. Právě inovace jsou to, co je hnacím motorem rozvoje železnice

Vždycky jsem milovala cestu vlakem, což trvá. Míhání krajiny za oknem, polospánek plný snění, četba knížky, na niž jindy nezbyval čas. Rychlík, jenž ho zkracoval, motoráček, který některými kopci projížděl pomaloučku až vyhlídkově a já mohla očima hledat hříbky na okraji lesa. Nespočet příhod, návrat z rande tajně v uhláku, zastavení mezinárodního expresu na pražském hlavním nádraží, byť to bylo porušení předpisu, jen abych stihla vánoční reportáž o přepravě balíčků pod stromeček... I uklízet jsem vagonů chodívala, bývala to dobře placená brigáda, stejně jako se hodily volňásky, které jsme za odměnu dostávaly jako studentky, které v jisté nádražní restauraci umývaly nádoby. Od té doby se hodně změnilo. Členské subjekty sdružené v Asociaci podniků českého železničního průmyslu jsou unikátními hráči na trhu a představují srdce českého průmyslu. Know-how, které mají, výzkum, vývoj i výroba zasahují do odvětví v celém světě. O reprezentaci české průmyslové tradice hovořila generální ředitelka asociace Ing. Marie Vopálenská:

do budoucna. A jde o inovace v řadě oblastí – automatizované řízení dopravy, nové typy pohonů vozidel, využití umělé inteligence a také třeba oblast IT security. Právě tím, jak je železnice univerzální z hlediska každodenního využití, je také pole pro uplatnění inovací neskutečně široké. I pro nás a naše členy jsou právě inovace jednou z priorit letošního roku. Nové výzvy kladou inovace a technologický vývoj železniční dopravy ale také například před školství. Vždyť bez nadsázky se dá říci, že železniční technika si dnes s vyspělostí, technologickou náročností, ale i rychlostí nikterak nezádá s technikou leteckou.

Jak si loni vedly firmy sdružené v ACRI?

Loňský rok dopadl dobře. Firmám sdruženým v Asociaci podniků železničního průmyslu vzrostl meziročně obrát o 7 % na celkových 130 miliard korun. Sektor železničního průmyslu potvrdil stabilní růst, který významně podporují zakázky v zahraničí. Objem exportu byl loni 65 miliard korun. Jsou to výsledky obchodní činnosti za přibližně padesátku firem, které reprezentují dřtinou většinu českého železničního průmyslu. Zaměstnávají na 22 000 lidí a na tvorbě HDP České republiky se podílejí 1,5 %.

Právě export hraje významnou roli a české podniky a chytré mozky si v řadě zemí považují. Vnímají vás takto i čeští politici?

Ano, česká vláda a další představitelé považují železniční průmysl za významné odvětví ekonomiky a výrazného exportního tahouna. Zvou nás k aktivní účasti na akcích podporujících český export, které pořádá například Ministerstvo zahraničních věcí, Ministerstvo průmyslu a obchodu, Úřad vlády nebo Kancelář prezidenta a další instituce. Letos byla první takovou

misí cesta do Izraele a Kataru v rámci zahraniční cesty prezidenta Petra Pavla, kde byla potenciálním partnerům prezentována především řešení pro udržitelnou městskou mobilitu. Dalšími zeměmi, kam budou projekty ekonomické diplomacie směřovat v nejbližších měsících, budou Itálie, Maďarsko a Indie. Společnosti sdružené v ACRI vyvážejí více než polovinu své produkce. A tento trend bude pokračovat. S cílem posílit svou pozici na zahraničních trzích zakládají vlastní zastoupení a dceřiné společnosti po celém světě. V současné době takto působí ve více než 20 státech a exportní zakázky železničního průmyslu jsou jedním z tahounů průmyslové produkce a jejího exportu.

Co vás letos čeká, nač zaměříte pozornost?

Podniky železničního průmyslu se budou soustředit na kroky, které směřují k dalšímu růstu produkce. To znamená investice na jedné straně, na straně druhé aktivní přístup k získávání nových zákazníků na stávajících i nových trzích.

Poskytneme jim v tom maximální podporu. Budeme se aktivně účastnit obchodních misí do zahraničí, český železniční průmysl podpoříme také na nejvýznamnějším evropském železničním veletrhu InnoTrans, který proběhne letos v září opět v Berlíně.

Železnice jako ekologická a udržitelná mobilita má šanci být páteří veškerého budoucího cestování a pohybu. Pokud se do ní investuje, budují se rychlá spojení, má železnice šanci z části nahradit nejen automobilovou, ale i leteckou dopravu.

Na ten plánujeme dokonce vypravit pro naše členy a obchodní partnery zvláštní vlak. Jsme také centrem technické normalizace pro železnici. Naši odborníci se účastní evropských jednání v rámci normotvorby i vlastního překladu norem. Zapojení do procesu technické normalizace je pro naše členské firmy klíčové. Mají tak možnost podílet se na vzniku a obsahu nových norem a současně jistotu, že se vezmou v potaz všechna témata, která považují za důležitá, a je možné tak minimalizovat případné negativní dopady na podnikání. Zároveň také

získají přehled o tvorbě technických norem nejen na české, ale i nadnárodní úrovni. Česká republika přebírá velké množství evropských a mezinárodních technických norem do své legislativy. Proto je důležité mít možnost účastnit se procesu tvorby norem již od počátku.

Mohla byste připomenout, co Asociace pro své členy vybojovala, změnila k lepšímu?

Otevřeli jsme spoustu dveří, pomohli jsme při získávání exportních zakázek u nových zákazníků. Snažíme se, aby český železniční průmysl dostával maximální podporu a byl vnímán jako klíčová část naší ekonomiky. Ve spolupráci s UNIFE (Evropská asociace železničního průmyslu) děláme maximum pro to, aby podmínky a podpora pro evropský železniční průmysl byly stejné, jako jsou podmínky pro výrobce z dalších zemí. Čelíme bohužel stále novým výzvám a snahám, zejména například ze strany čínských výrobců, velmi agresivně kvůli státní podpoře opanovat evropský trh. Evropská komise hlídá, aby taková nekalá konkurence nebyla jakkoli zvýhodněna právě například kvůli nepovolené státní podpoře nebo jinému nelegálnímu jednání.

Obecně podporujeme cíle Zelené dohody, které preferují udržitelné módy dopravy, ke kterým železniční a drážní doprava patří právě díky schopnosti poskytnout vysokou přepravní kapacitu, flexibilitu a příznivou cenu při minimálním negativním dopadu na životní prostředí a udržitelnost. Velkým tématem je i přesun části nákladu ze silnice na železnici. I zde se snažíme o aktivní roli státu a EU při podpoře motivačních kroků, které mají pomáhat utvářet systém, který bude přetahovat přepravu nákladu ze silnice na ekologickou železnici.

Rozšiřujete členskou základnu, nebo jste takřkajíc na vrcholu kapacit?

Rozšiřovat se už není příliš kam. Máme mezi svými členy skutečně absolutní většinu firem, které se nějak podílejí na výrobě a dodávkách pro železniční průmysl. Zcela otevřeně, tak aby členství dávalo smysl oběma stranám, je důležité, aby skutečně šlo o firmy, které mají podstatnou část výroby zaměřenu na dodávky pro drážní průmysl. Tam samozřejmě nepatří je-

nom železnice, ale také například odvětví výroby trolejbusů, tramvají, metra, nebo i lanových drah. Přesto ale většina hráčů, kteří se v těchto oborech pohybují, jsou naši členové. Vidí, že být v ACRI je dělá silnějšími. Že mohou profitovat ze společných aktivit, ze společné podpory, která by pro ně jinak byla obtížně dostupná.

Železniční průmysl je odvětví, které voní kovem. Čím to, že je v čele žena? Máte k oboru určitý profesní nebo emoční vztah?

Doprava a logistika mě vždycky zajímaly. Svou kariéru jsem začínala v mezinárodní logistické firmě DHL, v níž také vše stojí na propojení dopravy a technologií, díky čemuž na konci každá zásilka dorazí do správných rukou. No a železniční doprava a průmysl byla oblast tzv. hned vedle. Za dobu působení v ACRI jsem si skutečně prošla takřka vším. Od období, kdy jsme budovali dobré jméno českého železničního průmyslu na nových základech, kdy jsme se učili pohybovat v novém prostředí po vstupu České republiky do EU a kdy český železniční průmysl postupně opět získával na důležitosti jak v ČR, tak v zahraničí. A za tu dobu jsem se skutečně setkala s mnoha stránkami tohoto skvělého oboru, který nejen voní kovem, ale dneska je také na špičce z hlediska inovací a moderních technologií. A co je důležité – firmy mají svůj vlastní vývoj, výrobu a zajišťují i servis pro svoje výrobky a služby. Český železniční průmysl v žádném případě není nějaká druhořadá montovna. Může se pochlubit vyspělou vývojovou a výrobní základnou – produkující prvotřídní drážní techniku a další výrobky. Je to zářný příklad české průmyslové tradice s vysokou přidanou hodnotou.

A cestujete vlakem ráda?

Velmi, a využívám každé příležitosti, kdy to jen jde. Nejen když jedu na jednání za našimi členy, ale také i ve volném čase. Pendluji hodně mezi Prahou a Chocní – což je snad úplně nejvíce trasa, která se dá v ČR označit za ryze železniční, ba přímo pernerovskou. A přestože výstavba dálnice D35 rychle pokračuje, tak autem po ní rychlostí 160 km/h stejně nikdy nepojedu. Proto, když cestuji, je pro mě vlak jednoznačně volba na prvním místě.

Určitě existují studie, na jejichž základě odborníci predikují, jak bude železnice vypadat třeba za 50 let. Můžete naznačit? Změní pojem času, přiblíží světadíly, budou ve vlacích mobilní kanceláře či nemocnice?

Myslím si, že se revolučního vývoje dočkáme mnohem dříve než za 50 let. Železnice jako ekologická a udržitelná mobilita má šanci být páteří veškerého budoucího cestování a pohybu. Pokud se do ní investuje, budují se rychlá spojení, má železnice šanci z části nahradit nejen automobilovou, ale i leteckou dopravu. Příklady vidíme v Německu, Rakousku, ve Francii, ale i u nás. Ne všichni si to uvědomují, ale i tady se za posledních 20 let cestování výrazně zrychlilo. Přestože se v ČR zatím jezdí maximálně 160 km/h, dokázala železnice zrychlit natolik, že z Ostravy či Valašska jet na jednodenní služební cestu vlakem a zvládnout to v časově atraktivní dobu, dnes není žádný problém. Rychlá a pohodlná železnice nahradila i v ČR vnitrostátní leteckou dopravu, která při jízdě době Ostrava – Praha tři hodiny vlakem přestala dávat smysl. Ale není to jen o dálkové dopravě, regionální a příměstské železniční systémy v okolí velkých městských aglomerací, propojené na další druhy dopravy, včetně individuální, si také dokázaly v posledních letech získat obrovské množství zákazníků. A v tom je budoucnost služeb na železnici – páteř, která je oporou celého systému mobility s efektivním napojením na ostatní módy dopravy. Páteř, která přepravuje nejen cestující, ale je oporou růstu ekonomiky díky spolehlivé a kapacitní přepravě nákladů a zboží. Budoucnost železniční dopravy je samozřejmě i v technologiích. Vedle zrychlování to jsou technologie, které povedou k modernímu a inovativnímu řízení provozu i vlaků, a třeba se dočkáme doby, kdy z jednoho místa v ČR budou řízeny vlaky v celé síti, které pojedou bezpečně a automaticky jako samoříditelné soupravy podle pokynů z jednoho centrálního řídicího místa. Zajímavé bude určitě sledovat, kam se posunou další služby pro zákazníky. Železnice v tomto udělala také obrovský skok a v České republice patříme dnes z hlediska zákaznických služeb na železnici mezi evropskou špičku.

otázky připravila Eva Brixi ■■■



Ráda začínám pěkně od podlahy

Základním předpokladem pro navrhování interiérů je estetické cítění a smysl pro detail. Pokud se ale chcete v tomto oboru prosadit jako freelancer, musíte podle interiérové designérky Zuzany Boškové umět mnohem víc. Sama se snaží být psycholožkou, diplomatkou a manažerkou zároveň a zatím se jí to daří. Zákazníci k ní tedy přicházejí nejčastěji na doporučení, a spousta z nich se i vrací. Většinou jde o majitele bytu nebo firmu, která potřebuje nový design kanceláří, ale nově má za sebou i práci pro moderní zdravotnickou kliniku.



Zuzana Bošková

Chtěla jste se vždycky profesionálně věnovat designu?

Úplně od prvopočátku ne, v dětství jsem si přála být lékařkou nebo scénáristkou, a později mě hodně zajímala sociologie. Na gymnáziu jsem pak tíhla k sociologii bydlení a médií, ale také k designu interiérů. Cesta k této profesi byla ale poněkud klikatá, protože interiéry mě sice fascinovaly, ale neměla jsem žádnou studijní ani praktickou přípravu. V rámci bakalářského studia jsem se tedy vydala společensko-vědním směrem, a až po získání titulu jsem začala studovat design. Byl to dost náročný rok, musela jsem skloubit přípravu na státnice, psaní bakalářské práce, a k tomu pracovat na portfolio a talentových zkouškách na design. Teprve jsem se učila kreslit a navrhovat, a po nocích jsem se doučovala dějiny umění. Naše rodinná známá mě naštěstí propojila s akademickým malířem, který mi pomohl s kreslením, a já se pokoušela dát dohromady laické portfolio k přijímacím zkouškám. Předkládají se totiž nejen kresby, ale i návrhy spojené s oborem, na který se člověk hlásí. A podařilo se.

Jak vás napadlo spojit studium architektury a designu? Zní to jako dokonalá kombinace pro budoucí uplatnění. Obě školy ale musí být hodně náročné.

Začala jsem studiem průmyslového designu na Fakultě architektury ČVUT. Je pravda, že se studium hodně prolínalo a měli jsme spoustu předmětů stejných s architekturou, ale vyložení architektura to nebyla. Od první chvíle jsem se věnovala především designu nábytku, ke kterému mě to vždycky táhlo, a pokračovala jsem v něm i na UMPRUM, kde jsem se dostala do ateliéru prof. Jiřího Pelcla se zaměřením na design nábytku a interiéru. Neumím si ale představit studovat oboje najednou. I kdyby tomu člověk věnoval 24 hodin denně, tak by asi nebylo reálné všechno stihnout, minimálně v době klauzur (závěrečných prací).

Podle čeho jste vybírala zahraniční stáž? A co vám tato zkušenost dala?

Stáž byla nepovinná, ale určitě velmi přínosná. Buď bylo možné jít na Erasmus, nebo na absolventskou stáž, na které jsem byla i já. To už je pak vyložení příprava na pracovní život, ne součást studia. Všechno ohledně stáže jsem si tedy zařizovala sama, a tak jsem si mohla i zvolit konkrétní zemi. Mým snem vždycky bylo



Holandsko nebo Dánsko a měla jsem to štěstí, že jsem si nakonec mohla v těchto zemích vybrat hned z několika studií. Vyhrála jsem stáž u nizozemského designéra Lexe Potta, který se nedávno přesunul do Rotterdamu, ale dříve sídlil v Amsterdamu. Pott ve své tvorbě hodně experimentuje, během navrhování zkoumá možnosti a limity jednotlivých materiálů, a odhaluje tak jejich surovou krásu. Zároveň jsou pro něj typické netradiční výrobní postupy. Je to rozhodně design s uměleckým přesahem, v minulosti i galerijně a sběratelsky orientovaný. Dále kladl velký důraz na rešerši a analýzu uměleckých děl a vždy dokáže překvapit. S takovým přístupem jsem se třeba v Česku v minulosti moc často nesetkala, proto mě asi tak zaujal a byla jsem ráda, že mě tento odborník nechal nahlédnout do několika fází procesu navrhování. Spousta stážistů dostane za úkol jen jednu práci, ale já jsem mohla dělat rešerše, zpracovávat prezentace pro klienty i vyrábět prototypy, zkrátka všechno, co k tomu patří. Sice jsem věděla, že se chci věnovat hlavně interiéřům, ale i tak pro mě bylo skvělou zkušeností zkusit pod vedením Potta zpracovávat návrhy a prototypy pro dánskou značku HAY.

Užijí se v Česku i začínající designér? Jak dlouho trvalo, než jste se prosadila?

V mém případě bylo zásadní, že jsem se snažila nasbírat zkušenosti z praxe už během studia. Poslední dva až tři roky před dokončením školy jsem se celkem intenzivně podílela na scénografických návrzích absolventských filmů studentů FAMU. Vybudovala jsem si tedy síť kontaktů, bez které to po absolvování školy

moc dobře nejde. Práci na interiérech jsem pak začala návrhem kanceláří a jednoho bytu, a poté se to začalo už nabalovat.

Poslední dva až tři roky před dokončením školy jsem se celkem intenzivně podílela na scénografických návrzích absolventských filmů studentů FAMU. Vybudovala jsem si tedy síť kontaktů, bez které to po absolvování školy moc dobře nejde. Práci na interiérech jsem pak začala návrhem kanceláří a jednoho bytu, a poté se to začalo už nabalovat.

Filmová scénografie a design interiéru jsou obory, které jsou velmi propojené. Teď už se filmům věnuji méně, ale ještě před rokem a půl jsem na nich intenzivně pracovala. Začínala jsem kratšími scénami, například pro reklamy nebo absolventské filmy, často v koprodukcí s Českou televizí. Naučila jsem se navázat na scénář, vizuálně podpořit vy-

právěný příběh a působit v týmu.

Dva roky zpět jsem pak dostala příležitost pracovat pro moji asi nejoblíbenější scéno-

grafku Jette Lehmann, která je dvorní filmovou architektkou Larse von Triera. Šlo o historický dánský film, ale natáčení částečně probíhalo i v ČR a pro mě to byl splněný sen. Několik let jsem dělala paralelně obojí, tedy interiér a film, ale jak jsem přešla na delší a náročnější filmy, zabíraly přípravy na natáčení čím dál víc času, mnohdy trvaly i několik měsíců. Navíc se často pracovalo i o víkendech a člověk v podstatě neměl volno několik týdnů, což bylo opravdu stresující. Proto jsem se teď rozhodla dát přednost interiéřům, kde si můžu práci alespoň částečně regulovat podle sebe. Několik let mi to trvalo, ale teď už vím, že to bylo dobré rozhodnutí.

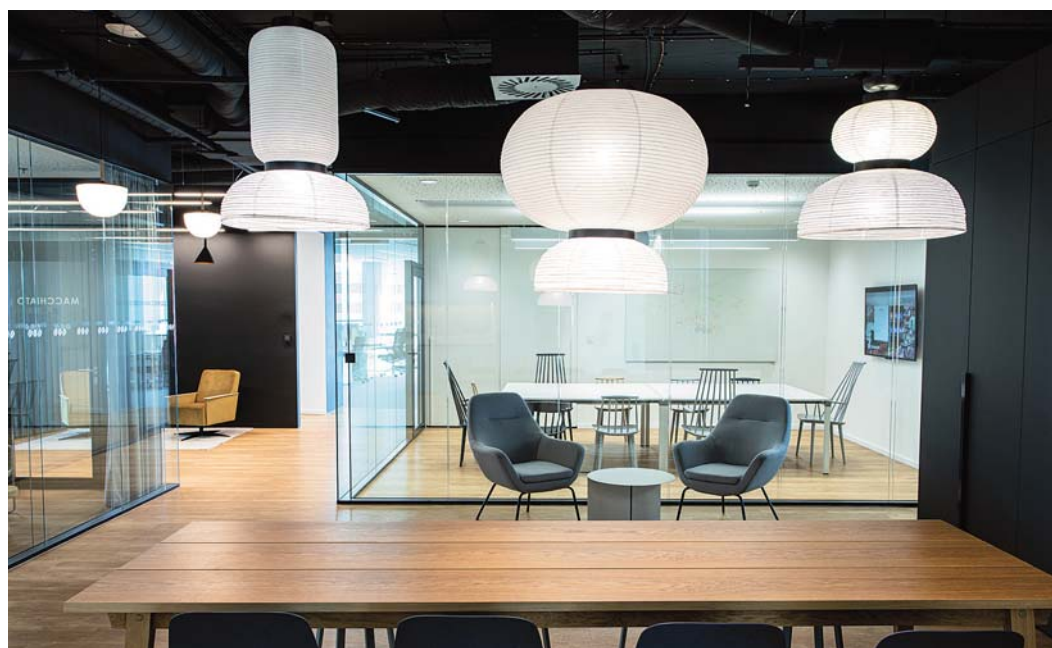
Nebylo by jednodušší věnovat se této práci v zemích, kde má design větší tradici?

Zcela upřímně, jednodušší by to asi bylo. Zvláště ve skandinávských zemích je na důležitost designu kladen velký důraz. Děti to vnímají už od mala, protože většinou v hezkém interiéru vyrůstají. Ale to nutně neznamená, že mají být či dům navržený od architekta či designéra.

Musím se tedy přiznat, že do Holandska jsem odjížděla s myšlenkou, že už tam možná zůstanu. Potkala jsem tam Česky, se kterými jsem bydlela a trávila volný čas, ale přece jenom tam člověk nemá zázemí – rodinu ani dlouholeté přátele, jen práci. Je sice fajn být v daném městě v zahraničí delší dobu, projdete si všechny galerie, muzea i turistická místa, ale na druhou stranu mě to táhlo zpět domů. Byla jsem moc ráda za takovou příležitost, ale už ke konci stáže jsem měla nabídku na zakázky v Česku.

Kdo je váš typický zákazník? A odkud nejčastěji přichází?

Ze začátku byly mým nejčastějším zákazníkem IT firmy a startupy, věkově maximálně





Nedávno jste dokončila interiér soukromé kliniky. V čem se takový projekt liší od ostatních?

Jde o hodně specifické prostředí, které má vysoké nároky na hygienu, a tedy omyvatelné a snadno dezinfikovatelné povrchy apod. Každá ordinace slouží jiným účelům, takže se liší požadavky na úložné prostory, umístění přístrojů i pohyb lékařů a zdravotních sester. Design zdravotnictví je celkově velmi specifický. V případě soukromé polikliniky byly prostory jednotlivých ordinací malé, bojovali jsme s každým centimetrem. Navíc třeba oční ordinace má samozřejmě jiné parametry než interna. V každém případě jsme chtěli docílit toho, aby měl člověk příjemný pocit a opadnul z něj strach, proto design připomíná spíš hotely nebo wellness než polikliniku. V čekárně, kde hraje hudba, je například i občerstvovací pult. Kladli jsme důraz na materiály a barvy, které prostor zjemní a zútulní.

Jak dlouho dopředu si práci plánujete? Víte třeba už teď, co budete dělat na konci letošního roku?

Každá zakázka je úplně jiná, záleží na rozsahu práce. Zároveň se občas setkávám s tím, že je už něco v budovách hotové, například podlaha nebo toalety. Sama mám nejradši, když můžeme začít pěkně od podlahy, protože tu považuji za naprosto zásadní. Pokud se řeší i rekonstrukce, je lepší počítat s delším časovým úsekem. Minimem je půlrok, ale nikdy nevíte, co se stane. S některými klienty jsme se kvůli covidové pandemii potkávali třeba i tři až čtyři roky. Zároveň do toho můžou přijít různé proměnné, což je úskalí interiérového designu. Jste například závislí na tom, jestli budou stíhat stavební firmy a další dodavatelé, a pokud ne, i vaše práce se zpomalí. Většinou mám tedy vše rozplánované na půl roku až rok dopředu.

Chystáte nějaké nové služby? Nebo vylepšení těch stávajících?

Ráda bych začala více pracovat s umělou inteligencí. Myslím si, že dříve nebo později to bude nevyhnutelné. Jinak své služby neplánuji

nějak výrazně měnit, alespoň ne jejich rozsah. Ráda bych se ale tento rok zaměřila na lepší prezentaci hotových projektů. Vždy kladu důraz na fotografie hotového interiéru, ale teď chci zapracovat i na krátkých videích a reels, které klienty lépe provedou navrženým prostorem.

Obecně to беру tak, že s každým dalším projektem se naučím něco nového.

připravila Dana Halušková

Spolupracujete s developery nebo architekty?

Se spoluprací s developery přímou zkušenost nemám. S návrhem bytu v rámci developerského projektu ale ano a vnímám to jako těžší a omezenější v tom, že již má zahrnutou škálu materiálů v určitém standardu. Pokud chce člověk zvolit něco jiného, musí se to podchytit hned na začátku. Nejčastěji se moje práce prolíná s architekty-projektanty, na které zpravidla



Ze začátku byly mým nejčastějším zákazníkem IT firmy a startupy, věkově maximálně do 30–35 let. Nyní je to už dost různorodé, aktuálně mám i klienty, kterým je pod 30, nebo naopak přes 60 let, a samozřejmě jsou i ve středním věku. A právě ta různorodost mě na mojí práci baví.

la navazují. A občas je také zajímavým zpestřením spolupráce s dalšími architekty. Často to bývá třeba někdo z mých bývalých spolužáků z designu. Můžeme si tak sdílet nápady a sdílet feedback, což je vždycky příjemná změna. Většinou se tedy dostávám k projektu ve fázi, kdy už je zpracovaný architektonický návrh, a já potom navazuju interiérem.

do 30–35 let. Nyní je to už dost různorodé, aktuálně mám i klienty, kterým je pod 30, nebo naopak přes 60 let, a samozřejmě jsou i ve středním věku. A právě ta různorodost mě na mojí práci baví. Vždycky mě osloví přímo firma nebo majitel bytu.

Noví klienti se ke mně dostanou téměř vždy na doporučení a přes reference. Dobré PR se vždycky hodí, ale doposud jsem neřešila, že bych si musela shánět zakázky svým proaktivním přístupem a největší radost mám z toho, když se po několika letech ozve klient, se kterým už máme projekt hotový. Je to pro mě takové povzbuzení a potvrzení toho, že byl s návrhem i s realizací spokojený.

Co všechno obnáší práce na jedné zakázce? Převažují komerční projekty?

Pokud máte na mysli postup, tak začínáme rozhovorem s klientem, pak tvořím moodboard a první skicy. Následuje rozkreslení (případně zpracování vizualizace) a materiálový moodboard (vzorky), a nakonec vybíráme konkrétní nábytek, osvětlení a doplňky. Pracuji jak na komerčních, tak na rezidenčních projektech, a líbí se mi právě ta rozmanitost. Myslím, že je to tak 60 : 40 %, a asi bych nedovedla zůstat jen u jednoho zaměření. Každý projekt je specifický, velice záleží na klientovi, na tom, jaké má představy a potřeby. Výsledný interiér tedy vnímám jako dialog mezi mnou a klientem, a myslím, že dobrý designér funguje trochu jako psycholog a diplomat. Je potřeba si toho člověka vyslechnout a naladit se na jeho vlně, a zároveň ho umět přesvědčit ve výběru barev, materiálů a vhodné dispozice. Přitom dříve by mě to ani nenapadlo. A pak se hodí i manažerské schopnosti a smysl pro detail. Ideální je umět všechno nebo pracovat ve větším studiu, kde jsou tyto role rozdělené. Na tom podle mě není nic špatného. Někdo je zkrátka dobrý projektant, někdo víc inklinuje k výběru materiálů nebo ke komunikaci.

Světle broskvová barva, velké kabelky, ekologie

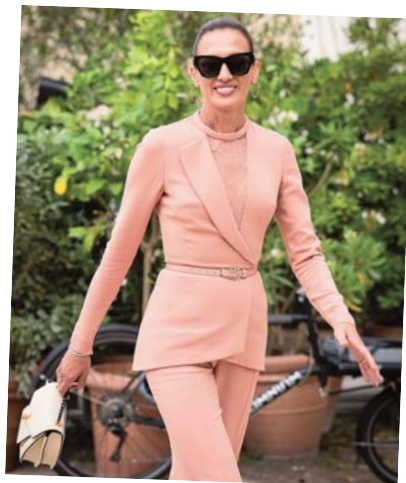
Pokud přemýšlíte, čím oživit svůj šatník pro letošní rok, možná vám při výběru pomůže některý z následujících trendů. Ty totiž figurují mezi hlavními vlivy.

Quiet luxury

Jde o styl, který preferuje jednoduchost, kvalitu a nadčasovost nad okázalostí, logy a trendy. Quiet luxury je projevem dobrého vkusu, exkluzivity a elegance, které nevyžadují zbytečnou pozornost. Můžeme jej vidět u módní návrhářky Victoria Beckham, slavných dvojčat Mary-Kate a Ashley Olsen či hereček Gwyneth Paltrow nebo Katie Holmes. Mezi kousky quiet luxury, které byste měla mít doma, patří určité bílá košile jednoduchého střihu a kvalitní kabelka, kde nehraje prim značka, ale kvalita. Pokud nemáte zrovna rozpočet na drahou investiční kabelku, sáhnout můžete klidně po elegantním kousku s kvalitním prošitím a v neutrální barvě. Co se týče barev, které jsou pro tento trend zcela typické, tak jsou to bílá, černá, hnědá, béžová, šedá nebo námořnická.

Větší je nejlepší

Pokud jde o tašky přes rameno, pro rok 2024 platí jednoduché pravidlo: čím větší, tím lepší. Trend miniaturních kabelek, do kterých dáte jen kartu a nic víc, je pomalu na ústupu a bude zastíněn oversize kabelkami přes rameno. Tyto kabelky dokážou snadno přeměnit jakýkoliv outfit na ohromující a za druhé jsou dost velké, aby se do nich kromě telefonu a rtěnky vešlo i něco navíc. „Často se říká, že základním kouskem dámského šatníku je kabelka, která vždy doladí celkový outfit. U těchto univerzálních kabelek je pro ženy důležitá mimo jiné také praktická stránka a slučitelnost s běžnými každodenními situacemi. Takže pokud se kromě běžných věcí do takové kabelky vejde i deštník, tablet, kniha či spontánní nákup z drogerie, je to určitě významné plus pro kteroukoliv z nás. Pokud si chcete pořídit do svého šatníku jen jednu kabelku tohoto typu, volte určitě neutrální barvu a jednodušší tvar. Pak ji můžete snadno kombinovat s jakýmkoliv outfitem,“



doporučila Barbora Bejrová, designérka české módní značky Vuch.

Broskvové chmýří

„Rok co rok představuje Institut Pantone barvu roku, která by měla pro příštích 12 měsíců dominovat. Pro rok 2024 je touto hřejivý odstín s jemně smyslným názvem Peach Fuzz – světle broskvová či v jiném překladu broskvové chmýří. Barva evokuje něhu, mír, sounáležitost a při správném kombinování bude sloužit všem. Jde o odstín, který je mixem pastelově oranžové a růžové,“ vysvětlil Adam Rožánek, spolumajitel značky Styx.

Tento odstín můžete kombinovat i s dalšími barvami. Dobře bude vypadat v kombinaci s mátově zelenou, červenou, bílou, béžovou, růžovou, pastelově žlutou, sytější vínovou mahagonovou nebo námořnický modrou. Tato barva bude sloužit nejvíce jarním a podzimním typům s teplým podtónem pleti, ale ani ženy, které patří k letnímu nebo zimnímu typu, nemusí zoufat, jen jim bude svědčit, pokud nebudou mít tento odstín blízko obličeje. Tady se doporučuje soustředit hlavně na sukně nebo kalhoty v této barvě.

Doba zlatá

Metalíza byla dlouho spojovaná s futuristickým vzhledem, obrazy evokující ves-



mírné lodi a technologie. Letošní rok přináší zajímavý obrat a stříbrné odlesky nahradí jiná kovová barva – zlatá. Tento módní trend by rozhodně neměl chybět ve vašem šatníku. Nemusíte se bát, že outfit v kovové zlaté se hodí pouze ke zvláštním příležitostem, ale fantasticky bude vypadat, i pokud se ji rozhodnete zařadit k formálnějšímu nošení do práce, jen je potřeba ji zvolit v kombinaci s alternativními materiály, jako je kůže či džínovina.

Upcyklování

Svět módy se neustále vyvíjí a trendy a styly se mění rychleji, než byste tipovali. V posledních letech rostoucí zaměření na udržitelnost a ekologické povědomí vyvolalo zvýšený zájem o upcyklovanou módu. Jak si více uvědomujeme dopad na životní prostředí a etické obavy spojené s průmyslem rychlé módy, upřednostňujeme stále častěji kvalitu před kvantitou. Látky jako polyester ztrácejí svou přitažlivost a stále více dáváme přednost materiálům, jako je organická bavlna a konopí, které mají nižší dopad na ničení životního prostředí. Dalo by se říct, že upcyklovaná móda není jen trend, ale životní styl. Díky retro remixům džínoviny, patchworku, DIY úpravám oblečení nebude nouze o stylové možnosti pro ekologicky uvědomělé módní nadšence. „Zatímco rychlá móda, neudržitelné materiály, plasty na jedno použití, příliš komplikovaný design a plýtvání pomalu mizí, tento posun k ekologické módě představuje pozitivní změnu, která prospívá planetě i našemu osobnímu stylu. Přijetí upcyklových módních trendů znamená jen vypadat dobře; jde o dobrý pocit s vědomím, že vaše rozhodnutí jsou v souladu s udržitelnější a etičtější budoucností,“ sdělil Jan Hřebabecký z 3DDen. (tz)



Na návštěvě v Ateliéru DECO LOCO



ně vnáší zenový klid do domovů svých klientů a poskytuje široké veřejnosti vhled do mezinárodních novinek v oblasti bytových textilií a designu...

Nová kolekce LUSITO BloomZEN

Česká značka LUSITO vznikla už v roce 2014 a mezi její kousky patří ikonické lampy, závěsné lustry, stropní svítidla a dekorativní polštáře či konferenční stoly a kusy nábytku. Mnohé z produktů lze přizpůsobit na míru, každý klient bude mít unikátní kus, který perfektně zapadne do jeho prostoru. A pokud někdo touží po harmonické domácnosti s rozkvetlými sakurami, Diana Turinová navrhla kolekci BloomZEN, která pomůže vytvořit klidný domov. Věvodí jí decentní modrošedé tóny s povstávajícími vzory inspirované japonskou přírodou. „Kolekce z luxusních látek, které jsme si zamilovali. Z hebké bavlněné látky jemně vystupují vzory květů a větvíček. Decentní, přesto povstávající. Celá kolekce má za cíl do vašeho domova vnést klid a zenovou atmosféru,“ upřesnila Diana Turinová.

DECO LOCO pod taktovkou dvou dam, Diany Turinové a Gabriely Hámové, s novými nápady a projekty dále rozkvétá – i v zimě! Kreativně k veřejnosti promlouvají i díky svým partnerům a začátek roku 2024 společně věnují tématu tkané budoucnosti. Inovativnímu konceptu, který odkazuje na novátorské směry v textilním průmyslu a designu, kde se prolínají tradiční techniky s moderními technologiemi, a především udržitelnými postupy. V rámci synergie přináší DECO LOCO nejen zajímavá témata, ale také ojedinělé produkty pro zútulnění domova.

Nový Ateliér v designovém showroomu DECO LOCO v Praze vítá všechny kreativní tvůrce a dává prostor talentovaným designérům, kteří pro své klienty navrhují dokonalý domov na míru. Spojit umění a podnikání se podařilo Dianě Turinové s Gabrielou Hámovou dokonale – vytvořily kreativní zázemí s bohatou vzorkovnou a širokou škálou designových produktů značky LUSITO či DECO LOCO, aby umožnily vznik novým návrhům rafinovaného bydlení s neotřelým designem.

Ve sdíleném Ateliéru pro designéry tvoří další tři úspěšné dámy – Alexandra Wyderka, Iva Černá a Kateřina Žáková. Každá má jiný rukopis a mluví jiným designérským jazykem, přesto je spojuje cit pro estetiku a vášně pro

tvorbu osobitých domovů. V barevném a inspirativním showroomu DECO LOCO našel nový projekt Ateliér své místo. A jak interiérová designérka Diana Turinová posouvá DECO LOCO se svou značkou LUSITO dále? Aktuál-

Ateliér Orsei

Spřátelený Ateliér Orsei vznikl jako jedno z prvních dekorátorských studií. Od té doby se stalo synonymem pro kreativitu, eleganci a jedinečné designové řešení. V současné době



tým Ateliéru Orsei zútulňuje domovy, komerční a hotelové prostory. Specializuje se na vytváření atmosféry skrz záclony a závěsy, koberce, tapety a potahy šité na míru. Každý kus je pečlivě navržen tak, aby perfektně ladil s představami klienta a vytvářel prostředí plné harmonie. Dagmar Krížová z Orsei navštívila lednovou textilní výstavu Heimtextil v německém Frankfurtu nad Mohanem, a vnáší tak do DECO LOCO osvěžující pohled na svět bytových textilií, včetně informací o letošních trendech a barvě roku.

„Trendy na letošním Heimtextilu ukázaly, jak může být nová senzitivita ztělesněna v bytovém textilu a v interiérech obecně. Nezbytná transformace světa, která nás určitě nemine, může být ale uskutečněná s jemností a citlivostí, pomocí letošních trendů bytových textilií můžeme najít klid, ale taky radost,“ upřesnila Dagmar Krížová k barvě roku.

GIVILI

Kus autentického umění a poctivého řemesla do vašich domovů přináší česká značka GIVILI, která představuje nové ložní prádlo ze stoprocentní biobavlny s GOTS certifikací. To symbolizuje nejvyšší kvalitu a ekologickou zodpovědnost. Petra Čuřínová sdílí svůj příběh osobní návštěvy farmářů v Indii, kde ručně sbíraná bavlna prochází pečlivě kontrolovanými procesy, od pole až po finální produkt.



Tato cesta od zdroje po výrobek, kterou značka přináší svým zákazníkům, je oslavou tradičního řemesla a inovace v harmonii s přírodou. GIVILI slibuje DECO LOCO velkou

oslavu kreativity, inovace a řemeslného mistrovství s nejvyšší péčí. Stoprocentní biobavlněný satén a flanel zanechá trvalý otisk v srdcích lidí, kteří se pro něj rozhodnou...

TAUPE

Nový rozměr do světa interiérového a módního designu v DECO LOCO přináší partnerství s módní značkou TAUPE – minimalistická nadčasová móda z přírodních certifikovaných látek. Jde o spojení dvou kreativních sil s akcentem na estetiku, funkčnost a udržitelnost v designu. TAUPE je značka módní návrhářky Kristýny Machkové a je oceňovaná za svůj moderní a minimalistický přístup k módnímu designu. Výsledkem společné práce s DECO LOCO je nejen rozšíření hranic v obou odvětvích, ale i stylové a funkční kousky, které přinášejí příběh. TAUPE už představilo různé střihy basic triček z bambusového a tencelového úpletu, ale také zajímavé šaty a kabáty. Je to přitom příběh inovace, kvality a udržitelnosti. Výběr těch správných látek a textilií je klíčový nejen pro estetickou hodnotu výsledných produktů, ale také pro jejich funkčnost a životnost. Vyzkoušet si vše můžete přímo v designovém studiu DECO LOCO.

(tz)

www.decoloco.cz, www.lusito.cz
www.orsei.cz, www.givili.cz, www.taupe.cz

INZERCE



Firma Kv.Řezáč, s.r.o. největší český výrobce uzlových sítí

Sítě pro všechny a na všechno

Bezpečné, pevné a certifikované sítě od Kv.Řezáč slouží nejen sportovcům, zahradníkům, rybářům a dětem při zábavě, ale i v průmyslu.

■ Sportovní sítě

Pro všechny druhy sportu, profesionální i rekreační sítě.

■ Ochránné sítě

Pro různé účely použití. Sítě podle individuálních rozměrů, tvarované sítě. Široký výběr materiálů.

■ Průmyslové sítě a bezpečnostní provazové žebříky

Sítě na kontejnery, sítě na vagóny, bezpečnostní sítě proti pádu osob a předmětů.

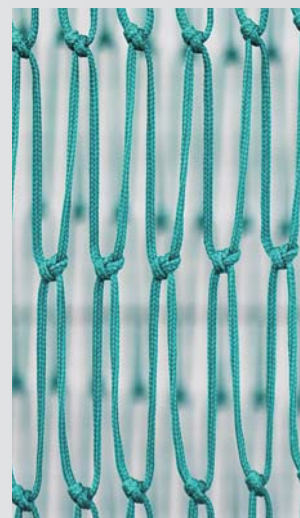
■ Sítě, švihadla, šplhací sítě a lana

Pro dětská hřiště a sportoviště.

■ Dekorační sítě, houpací sítě

■ Chovatelské sítě

Sítě na voliéry, sítě na krmení koní, rybářské sítě.



e-mail: info@kvrezac.cz ■ **tel./fax:** +420 549 410 084, 549 410 350 ■ **mobil:** +420 777 581 409

Kv.Řezáč, s.r.o. ■ U Svratky 780, 666 01 Tišnov

www.kvrezac.cz ■ www.kvrezac.sk

Saunování je jednou z cest ke zdraví

Zima i časné jaro je obdobím četnějšího saunování, které máme v České republice ve velké oblibě. Je sauna vhodná i pro ty, kteří mají problémy s vysokým tlakem, cholesterolem či kardiovaskulární potíže?

„Saunování má na lidský organizmus velmi pozitivní účinky. Kromě příjemného zážitku pomáhá i s uvolňováním dýchacích cest a má dobrý vliv při lupénce či astmatu. Zároveň snižuje rizika cévních a kardiovaskulárních onemocnění, ale také neurokognitivních onemocnění (demence) či plicních onemocnění,“ sdělila internistka MUDr. Eva Kociánová, garantka projektu Srdce v hlavě.

Saunování pomáhá snižovat bolesti hlavy a náchyllost k virovým onemocněním. Lékařské studie nasvědčují také tomu, že saunování snižuje riziko náhlé smrti i celkovou úmrtnost. Nedávná studie ukázala, že čím častěji její účastníci chodili do sauny, tím více u nich klesalo riziko úmrtí na kardiovaskulární choroby. A to až o 18 %. Je ale nutné dodat, že prokázané účinky saunování studie se projevily u lidí, kteří navštěvovali saunu po dobu deseti let třikrát až sedmkrát týdně. Účinky sauny na organizmus jsou podobné jako při mírné fyzické zátěži, na-

příklad chůzi. Bylo zjištěno, že pravidelné saunování zlepšuje funkci výstelky cév, která pak dokáže svížeji a ve větším množství produkovat látky (oxid dusnatý), které naše cévy přirozeně rozšiřují. Je to taková cévní gymnastika. Cévy jsou pak pružnější, lépe se přizpůsobují



pulzní vlně, a tím působí proti abnormálnímu zvýšení krevního tlaku.

„Pravidelné saunování působí nejen na snížení krevního tlaku, ale zlepšuje i skladbu cirkulujících lipidových látek, cholesterolu a triacylglycerolů. Proto je vhodné i pro lidi s vysokých cholesterolem. Pacienti s vysokým krevním tlakem, který je dobře kompenzovaný léky, většinou snázejí saunování dobře. Saunování může v některých případech do jisté míry kompenzo-

vat pohybovou aktivitu, například u osob s mírně zvýšeným krevním tlakem a cholesterolem, které nemohou provádět fyzickou aktivitu, třeba kvůli pohybovým potížím. Nelze jej ale doporučit pacientům s neuspokojivě kompenzovaným krevním tlakem, těm, kteří mají zvýšenou tuhost cév a nikdy se pravidelně ne-saunovali. Ani těm, kteří trpí potížemi, jako jsou např. závratě,“ podotkla Eva Kociánová. Obecně lze jako bezpečnější variantu u kardiaků doporučit nižší teplotu (okolo 80–85 °C), klasická finská sauna mívá 90–110 °C. „Důležité je naslouchat v sauně vlastnímu tělu, takže pokud člověk cítí, že je mu v sauně již nepříjemně, hůře se mu dýchá či se mu začíná točit hlava, pak je čas odejít. Je dobré si v sauně nese-dat na horní místa, kde je větší teplo. Pokud to prostor dovolí, tak při saunování ležte, budete tak tělo oteplovat ve stejné intenzitě. Po sauně je také důležité neskočit do bazénku s le-dovou vodou, ale pozvolně se ochlazovat. Klid-ně jen chladným vzduchem nebo vlažnou sprchou. Saunování určitě není bezpečné pro pacienty trpící bolestmi na hrudi, po nedáv-ném infarktu myokardu, se špatně kompenzo-vaným krevním tlakem, srdečním selháním, arytmiemi nebo významně zúženou aortální chlopní,“ dodala Eva Kociánová. (tz)



Fejeton

Jogurt, med, ořechy a jitrnice

Denně čtu o nějakých doporučeních, která se týkají zdravého životního stylu, stravování, pohybu, koníčků. Moje hlava překypuje návo-dy, recepty, dobrými radami. A také analýza-mi, indexy, fakty i mýty.

Podle jistého článku si člověk nemá dělat sta-rosti s tím, co jí, protože lidský organizmus je natolik chytrý, že si umí poradit s mnoha ne-zdravostmi, které konzumujeme. Někteří od-borníci míní, že čím víc o skladbě potravin přemýšlíme, tím víc se zatěžujeme psychiku a tloustneme, dá se z toho i zešleat. Příkladem ojedinělých pravd jsou devadesátníci, kteří se celý život ládují bůčkem a škvarky a zdraví mají příkladné, pro lékaře těžko pochopitelné. Život je stále komplikovanější. Jeden specia-lis-ta radí vyhýbat se živočišným tukům, druhý je nadmíru doporučuje. Jiní brojí proti pečivu, rohlík je zakázané slovo. Složený kaiserky prý sestává z účtyhodného počtu záhadných in-gredientů. Ani nadýchané a křupavé chleby by v hodnocení selským rozumem neobstály. Ně-kterí ale zase obhajují fakt, že i obyčejné peč-ivo ze supermarketu obsahuje vlákninu a není důvod varovat před jeho pravidelným po-jídáním, ježto vlákninu potřebujeme.

Ochránci planety nabádají nevařit a nejíst ho-vězí ani vepřové, prý mají vysokou uhlíkovou stopu. Zastánci normálního stravování hájí masožravce a svůj názor dokladují výzkumy

kostí prapředků. Jakmile člověk začal baštit ji-né živé tvory, zesílil a začal pořádně myslet. Nutriční specialisté hájí své praktiky týkající se jezení ryb, jiní ekoaktivisté tvrdí, že ryby z moře už obsahují mikroplasty a toužit po nich nemáme, i když omega tři a šest jsou nám ku prospěchu.

Každý včelař vám bude vyprávět o blahodár-ných účincích medu, nové vědecké poznatky prokazují, že cukr v něm je stejně nežádoucí pro člověka jako ten z cukrové třtiny, mrkve nebo řepy cukrové. Výživoví poradci medu ta-ky moc nefandí.

Když jsem se ocitla na novinářské dráze, a musela projít jako zaměstnanec různými vstupními prohlídkami na klinice, dostala jsem otázku, který olej je pro člověka nejlepší. Pravila jsem, že olivový. Muž v bílém plášti se mi vysmál. Přece olej slunečnicový! Zajímalo by mě, jestli jsem za blbce dnes nebo jsem jím byla už tehdy.

Denně vstřebávám, jak je pití kávy nezdravé, ale i prospěšné. Kolik toho umí v našem těle udělat dobrého brambory, ale zároveň jak nám škodí. Proč je nerozumné pochutnat si na těs-tovinách, když je lepší jíst rýži, a naopak.

Ještě horší je to s pitným režimem. Když jsem chodila na základku, pít jsme si nenosili, ma-ximálně sváču a jablko. Kdo měl žízeň, napil se v umývárce z kohoutku. Pak byl oběd v jí-

delně. Pili jsme zpravidla až po poledni a do-ma. Dnes běda školákovi, který nemá v batohu láhev, raději rovnou dvě. Chápu, nároky na mozek se zvyšují, tělo žízni. Tak se ve školách víc topí, žáci potřebují tekutiny doplňovat. Ča-sy, kdy se chodívalo na rande, nepamatují, že bychom tahali nápoje jako závaží. Určitě jsme se neprolévali litry ochucených vod a jontáků. Dnes je trestuhodné, pokud v ruce na pro-cházce nenesete lahevku minerálky. Všichni pijeme jak o závod. A mezi tím se dovídáme, že je to zbytečné.

Ano, ano, chápu. Jsem zodpovědná sama za sebe. Den co den mám sníst lžičku medu, mi-sku ovesných vloček, celozrnný krajíc, pětkrát za 12 hodin zeleninu a ovoce. Nejméně dva jo-gurty, hrnek mléka nebo kefiru, pár plátků sý-ra nebo vaničku tvarohu. Taký kousek masa, ale pozor, i chleba se sádlem. Několik ořecho-vých jader, sušenou meruňku, dýňová a lněná semínka. Kysané zelí, čerstvou řepnou šťávu. Taký bezinkový likér, sušenou arónii, zmraže-ný rakytník. Od věci není něco dobrot ze zabi-jacky, protože v nich není nic než čerstvé su-ro-viny. Čaj nejlépe bylinkový, ale také černý, zelený, rooibos, ovocný. Denně pampelišku v jakékoli formě. Taký několik sklenic vody. Jídlo, pití, informace.

Lidičky zlatí, jak se to do mě všechno vejde?

Eva Brixí

Seriál o našich trablích a východiscích

2. díl



Vydání, rovněž na straně 19, najdete ho i v pdf tohoto čísla na www.madambusiness.cz. Každého z nás občas potrápí nějaký neduh. K jeho zmírnění či odstranění mohou přispět i alternativní metody přístupu. Můžete je vyzkoušet.

Vážené a milé čtenářky, ale také čtenáři, rádi bychom vám na tomto místě jednou za dva měsíce nabídli článek o tom, jak dát do pořádku vlastní kondici, jak se cítit lépe, jak pomocí zkušeností a poznatků napravit, co je třeba, když se cítíme pod velkým tlakem, unavení, vyhořelí, neschopní normálně fungovat. Většina z nás taková období v životě zažíváme již skoro běžně a většina z nás ví, že v takových případech je potřeba něco se sebou udělat. Není nad dobrou radu. První díl seriálu jste si mohli přečíst v lednovém



Převzatý rodinný vzorec a jak být sám sebou

František, mladý empatický muž, si oblíbil metodu ThetaHealing, se kterou má pozitivní zkušenost. Po terapii se mu vždy okamžitě ulevuje a další účinky na jeho těle se dostavují během dvou až tří dnů. František je otevřený změnám, které v souvislosti s novými programy přesvědčení pociťuje. Postupně se ve svém životě dostává do harmonie a stává se vnitřně silnějším. Tentokrát přišel na terapii s tím, že trpí nespavostí, večer nemůže usnout, v noci se pak často budí a nejvíce ospalý je ráno, když má vstávat do práce. Přes den pak trpí únavou a chybí mu potřebná energie. A bylo to na něm i na první pohled znát. Současně se svěřil, že nespavostí trpí jeho sourozenci, rodiče, a i prarodiče. Při rodinných setkáních byla nespavost jedním z témat diskuze, zkrátka byla jejich spojovacím článkem. Abychom mohli zahájit terapii, bylo potřeba, aby František souhlasil s mým vstupením do jeho energetického prostoru. Po nahlas vysloveném ano jsme se prostřednictvím meditace spojili s energií bezpodmínečné lásky a dostali se do theta hladiny. Nejprve jsme provedli svalový test, abychom vytestovali programy přesvědčení, které se týkají Františkovy nespavosti. Ukázalo se, že jde o přesvědčení jeho předků, které mohl František získat prostřednictvím DNA. A vzhledem

k tomu, že mu v současném životě přestaly sloužit, pokračovali jsme v kopání, abychom našli jeho nejhlubší přesvědčení. Během procesu kopání jsme postupně odhalovali a testovali jednotlivá klíčová přesvědčení pomocí svalového testu. Následně jsme neprospěšná z nich nahradili novými prospěšnými a zkontrolovali svalovým testem, zda ke změně došlo. František pozoroval proces léčení bezpodmínečnou láskou spolu se mnou, což není podmínkou. Co však podmínkou je, je jeho vědomý souhlas, nahlas vyslovené ano, se vším, co jsem dělala, jako projev vlastní svobodné vůle. Také jsem se průběžně ptala, jak se František cítí, a když bylo potřeba, uvolnili jsme bolesti a emoce, které držely dané přesvědčení. Dále

jsem průběžně čistila energetické pole od všeho, co se řeklo a co se tím dostalo do prostoru. Tak jsme se postupně přes klíčová přesvědčení dokopali ke kořenovému: „Když trpím nespavostí, jsem stejný jako ostatní a takového mě mají rádi.“ A toto neprospěšné přesvědčení jsme nahradili prospěšným: „Je pro mě bezpečné být sám sebou.“

Uvolnili jsme strachy, bolesti a emoce, které toto přesvědčení držely, a uzavřeli jsme všechny situace, kterých jsme se v průběhu terapie dotkli a díky kterým mohl František pochopit, že převzetí tohoto rodinného vzorce bylo pro něho nezdravé. Zbavil se strachu z nepříjetí a obav, že by ho neměli rádi.

Po ukončení terapie jsme svalovým testem zkontrolovali kořenové přesvědčení, jehož výsledkem bylo ne. Na Františkovi bylo zjevné uvolnění, zmizelo původní napětí v obličeji, rozzářily se mu oči a pěkně se usmál.

Po pár dnech mi volal, že i přesto, že ještě hůře usíná, se přestal v noci budit a ráno vstává bez problémů. Ještě jsme se tedy domluvili, že proces léčení podpoří dechovými technikami a dodržováním pravidelného denního režimu.

Jana Spitzkopfová

www.zivotsdusitefeso.cz

(pokračování seriálu v květnovém vydání Madam Business)

Metoda ThetaHealing

ThetaHealing je technika energetického léčení, která využívá frekvenci theta mozkových vln, což je 4–7 cyklů za sekundu. Stav Theta je velmi hluboký stav uvolnění, ve kterém se pohybujeme na podvědomé úrovni. Tento stav nám umožňuje zbavit se neprospěšných přesvědčení, která nás omezují a brání nám být tvůrcem svého života.

Značka Dortie's dodala přes tisíce dortů do domovů dětských i pečovatelských

Společnost Sweet Delight, sídlící v Nupakách u Prahy, pokračuje i letos ve spolupráci s Nadačním fondem Veroniky Kašákové a těší děti z dětských domovů. Nově však dodává lahodné pohoštění i do rukou mnoha seniorů pod záštitou České Alzheimerovy společnosti. Tento milý počín má přinést radost a sladké okamžiky do životů dětí i dospělých v průběhu celého roku.

Společnost Sweet Delight se rozhodla ve své sladké misi pokračovat – již během loňského roku zavezla přes tisíce exkluzivních dortů, muffinů a cheesecaků do dětských domovů. Letos se však mohou na všechny laskominy z dílny Dortie's, které jsou ručně vyráběny s použitím nejvyšší kvality surovin, těšit i seniori z pečovatelských domů. Ti si rovněž zaslouží vykouzlit na tváři úsměv. Lucie Králová, marketingová manažerka Sweet Delight, vyjádřila radost z možnosti podpořit děti i seniory v nadcházejícím období: „Jsme hrdí, že můžeme přispět k radosti dětí i mnohdy opomíjených seniorů, kteří to v životě nemají lehké. Doufáme, že naše sladkosti přinesou úsměv na jejich tváře a že na chvíli zapomenou na vše nemilé v jejich životech.“ Projekt byl vřele přijat nejen samotnými dětmi, ale i všemi pečovateli a pečovatelkami v dětských domech, taktéž i všemi v centrech pro seniory. „Všichni si sladkou odměnu zaslouží. Jsme vděční, že můžeme přispět a alespoň takto obdarovat malé i dospělé, prostě všechny, kteří potřebují do svého života trochu pohody,“ dodává Lucie Králová. Sweet Delight, specializovaná firma na výrobu dezertů, nabízí

širokou škálu produktů, včetně dortů, cheesecaků, muffinů či minicheesecaků, a spolupracuje s prověřenými dodavateli nejvyšší kvality surovin. Výrobky neobsahují žádné náhražky, umělé nebo zdraví škodlivé látky a jsou bez konzervantů. Moderní technologie šokového zamražení udržuje dorty čerstvé, aniž by ubrala na plné a opravdové chuti. (tz)



širokou škálu produktů, včetně dortů, cheesecaků, muffinů či minicheesecaků, a spolupracuje s prověřenými dodavateli nejvyšší kvality surovin. Výrobky neobsahují žádné náhražky, umělé nebo zdraví škodlivé látky a jsou bez konzervantů. Moderní technologie šokového zamražení udržuje dorty čerstvé, aniž by ubrala na plné a opravdové chuti. (tz)

Nejkouzelnější místa na svatbu ve středních Čechách

Svatební den má být jedním z nejkrásnějších v životě každého z nás. Ať už jde o romantickou, elegantní, nebo boho svatbu, měla by proběhnout na místě, kde zapomeneme na všední starosti a užijeme si svůj den D. Možnost strávit svatební den na jednom místě – od obřadu až po party s ubytováním nabízí ve středních Čechách několik míst.

Romantická svatba na zámku

Ve svatební den chce být téměř každá žena princeznou. Splnit se to může na zámku v Ratměřicích. Zatímco si mohou budoucí manželé užívat místní wellness, svatební koordinátorka pomůže nachystat pohádkovou svatbu snů. Zámecká svatební nabídka zahrnuje romantický obřad, rozmanité gastronomické služby, bohatý program a skvělou party, včetně ubytování pro novomanžele i svatebčany.

Mezi nejvyhledávanější svatební místo s puncem luxusu patří ve středních Čechách Chateau Mcely, které má své kouzlo v každém ročním období. Na jaře ho zdobí stovky jarních květů, v létě rozkvetlé louky, na podzim barevné stromy a v zimě atmosféru dokresluje park se 7500 žárovkami. Pronajmout lze celou rezidenci, včetně pětihektarového parku s biotopickým jezírkem, kde se v parných dnech mohou svatebčané osvěžit.

„Svatební obřad nad hladinou rybníka, v zámecké kapli nebo v zámecké zahradě nabízí zámek Savoia, jehož historie sahá až do 13. století. Pro

veřejnost je nepřístupný, a tak se tento exkluzivní prostor může stát místem pro svatební den. Svatbu na zámku s nádechem slunné Itálie dokreslí špičkové menu,“ uvedla Marta Dohnalová, MICE specialista Střední Čechy Convention Bureau, která v regionu pomáhá při plánování eventů, konferencí a obchodních setkání.

Pohádkovou svatbu může pár prožít na Panství Dlouhá Lhota. Čekání na svůj den D si mohou partneři zpestřit při masáži nebo ve wellness. Svatební veselí se může odehrát v zámeckém parku a pokračovat třeba ve vinném sklepě, který je zasvěcený svatému Urbanovi, patronovi všech vinařů.

Farma jako ideální místo pro svatbu

Svatba na farmě má své kouzlo a nezapomenutelnou atmosféru. Ať už novomanželé touží po rustikální svatbě, nebo mají rádi klasickou výzdobu, vše bude vypadat perfektně. Přesně takový prostor nabízí Farma Michael. Velká stodola provoněná bohatou květinovou výzdobou spolu se skvělou gastronomií udělá svatební den jedinečným. Romantickou atmosféru pak doplní koně, které nevěstu v kočáře dovezou třeba až ke svatebnímu oltáři v parku.

Pokud novomanželé sní o svatbě v kostele, i když nejsou věřící, existuje skvělé místo – Penzion Na Kmině. Jen několik metrů od penzionu stojí osvěcený kostel, kde lze uspořádat nezapomenutelný obřad. Prostorná stodola až pro 300 hostů pak bude skvělým místem pro svatební slavnost. Vyměnit prstýnky lze i na přilehlé zahradě, která je ideální na welcome drink, obřad nebo focení. Stejně jako na ostatních místech nebudou hosté postrádat krásné ubytování ani špičkový catering.

