

1 | 2022
INSPIRATIVNÍ ČTVRTLETNÍK O BYDLENÍ

INSPIRACE

pro Vaš domov



JEDNIČKA
PRO VÁŠ
DOMOV

ASKO[®]
NÁBYTEK

PRO PRÁCI V POHODLÍ DOMOVA

Zařídte si funkční a pohodlnou domácí pracovnu v designu podle svého vkusu. Kompletní vybavení pro vaše pracovní zázemí najdete na

www.asko.cz.



 JEDNIČKA
PRO VÁŠ
DOMOV

ASKO[®]
NÁBYTEK

Milí tvůrci domova,

čeká nás konec zimy a předjaří, zvláštní období jakéhosi bezčasí, kdy se zdá, že to hezké (třeba Vánoce) už je daleko za námi a teplé dny zalité sluncem a prosycené vůní rozkvetlých stromů jsou zase pro změnu v nedohlednu. Tenhle stav ve spojení s nevlídným počasím, sníženou chutí být aktivní a současně zajídat splín má za následek neoddiskutovatelný fakt, že leden a únor jsou nejdepresivnější měsíce v roce. Genetika mi nadělila optimistickou povahu a nutkání být stále v pohybu, což je solidní výbava pro chvíle, kdy mí kolegové a přátelé propadají lehké beznaději. „Jak to děláš?“, ptají se mě. A já odpovídám, že se těším. Miluji těšení, možná víc, než to, na co se těším. A tak si po večerech představuji, co hezkého mě letos čeká. A rovnou si to napíšu do diáře. První farmářský trh u nás v městečku, velikonoční vycházku s přáteli, dovolenou, výstavu mého oblíbeného malíře, jejíž návštěvu spojím s výletem do některé z evropských metropolí. Těším se na to, až do ASKO-NÁBYTEK dorazí nové zboží a jak se bude líbit zákazníkům. Mám zapsaná data vydání všech čísel časopisu ASKO Inspirace a nemohu se dočkat, až budu držet v rukou čerstvý výtisk.

Samozřejmě před sebou nemám jen hezké události. Osvědčilo se mi rovnou si naplánovat jak se odměním až zdolám velkou překážku nebo splním těžký úkol. Na druhou stranu, život není volejbalové hřiště a úplně „nalajnovat“ prostě nejde. Lidé, které obdivujeme, ty nejsilnější osobnosti ve svých oborech a v soukromí, projeví obdivuhodnou flexibilitu a schopnost reagovat na změny a výzvy. I nás letos čekají a doufáme, že obstojíme. O tom, jaké novinky jsme pro vás přichystali, se dočtete v rozhovoru s Michalem Mouřečkem. Celým číslem prochází jako červená nit téma domácí kanceláře či pracovny, která se pro mnohé z nás stala novou, neoddělitelnou součástí donedávna výhradně soukromého prostoru. K tomu, aby práce z domova byla efektivní, motivovala a nebyla stresující, musí prostor, který si na ni vyčleníte, splňovat určitá kritéria. Věřím, že vybavení, které najdete v ASKO-NÁBYTEK, Vám pomůže vybudovat to nejlepší zázemí. Až budete sedět u nového stolu, zkuste začít znovu i ve Vaší hlavě. Je to ideální šance, jak si utřídit myšlenky a začít psát novou kapitolu.

Přeji Vám krásné a inspirující jaro!

Vaše

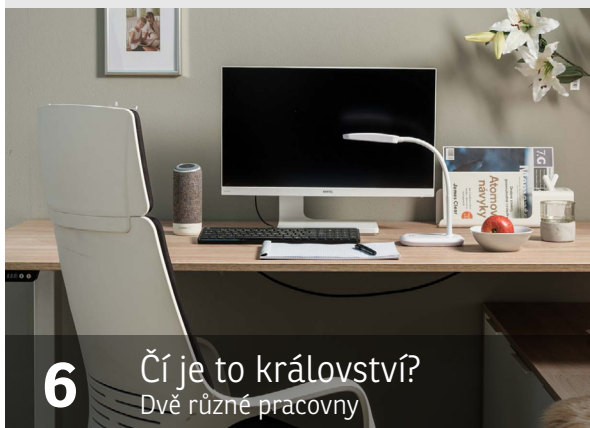
Andrea Štěpánová

šéfredaktorka
marketingová ředitelka ASKO-NÁBYTEK, spol. s r. o.



ANDREA
ŠTĚPÁNOVÁ

OBSAH



6 Čí je to království?
Dvě různé pracovny



12 Adela Vinczeová
Patnáct dětských pokojů



16 Domácí kancelář
Funkční a inspirativní



24 Recept
Zimní životabudič



28 Městská oáza
Loft plný světla



34 Síla barev
Černobílé šachy a zelený koktejl

Medialight, s. r. o.
Bělohorská 233/95
169 00 Praha 6 – Břevnov
IČ: 07180144
www.medialight.cz

Šéfredaktorka: Andrea Štěpánová

Redakce: Linda Jandová a tým Knowlimits
Editor: Linda Jandová, Tomáš Zapletal
Překlad: MediaJet Group a. s.
Grafická úprava: Evžen Krejčí
Foto: Marian Stoklasa, Robert Tichý,
Jan Tichý, archiv RTVS

V ČR rozšiřuje: Squadro s. r. o.
Tusarova 1462/16, 170 00 Praha 7
V SR rozšiřuje: Red Post, s. r. o.
Pri starej prachárni 16, 831 04 Bratislava
Regionální mutace: v českém jazyce
a slovenském jazyce

Místo vydání: Praha (vychází 4× ročně)
Vydání: 1/2022 – Vychází: 10. 2. 2022
Registrováno: MK ČR E 24030
ISSN 2695-0472
INSPIRACE ASKO NÁBYTEK

KOUZLO KŘEHKOSTI

Sklo provází člověka už víc než 5000 let. Je velmi pravděpodobné, že první korálky vznikly omylem. 1000 let před naším letopočtem už skláři v Egyptě zpracovávali sklo technikou foukání. Nepřestává nás udivovat, jak fantastické a nádherné předměty z něj člověk dokáže vytvořit. Obdivujeme překrásné poháry, lustry, šperky, vitráže a umělecká díla z barevného, řezaného nebo broušeného skla, ale i ta nejobyčejnější sklenka je malý zázrak. Minimalismus a čistota sklu neubírá na kráse.

Sklenka na červené víno Sandra, 570 ml, 69 Kč

Mísa ze setu na přípravu bowle, Libera, 469 Kč

Sklenka na sekt Sandra, 200 ml, 69 Kč

Váza Waterfall, výška 34 cm, 329 Kč

Sklenky Ruska, 100 ml, 19 Kč/ks

Džbán Classic, 1 500 ml, 219 Kč

Džbánek Classic, 500 ml, 139 Kč



ČÍ JE TO KRÁLOVSTVÍ?

O čem vypovídá prostředí, ve kterém člověk pracuje? Je pravda, že bohémská ležérnost a lehký chaos jsou vyhrazeny umělecky zaměřeným lidem nebo geniálním mozkům, zatímco uhlazenost, pořádek a minimalismus precizním puntičkářům bez fantazie?

Není podstatné, jestli je pánská pracovna v tónech dubového dřeva a industriální grafitové barvy jen zdánlivě neuspořádaná a pro člověka zvenčí možná až rušivě chaotická. Je důležité, že její majitel se v ní cítí příjemně – obklopen oblíbenými knihami, suvenýry z cest a artefakty z rodinného dědictví.



Na jednoduchém psacím stole je jen minimum předmětů a dekorací, které by majitelku prosté, ale útulné pracovny rušily. Možná tu vzniká diplomová práce budoucí nositelky Nobelovy ceny za chemii, scénář nového oscarového filmu nebo nádherná sbírka básní...





PETR ŠLEJMAR

Petr Šlejmar je interiérový designér, novinář, zástupce šéfredaktorky časopisu **Nové proměny bydlení** a jeden ze spoluvůdčů televizního pořadu **Bydlet jako...** Jako typický Blíženeček si užívá dotýkání se všech oborů souvisejících s tématem bydlení. V portfoliu jeho práce je navrhování a realizace interiérů či styling dekorů, ale i klasická novinářská práce související s bydlením a lifestylem. Při navrhování interiérů se snaží být maximálně empatickým průvodcem těch, kteří je budou následně obývat a žít v nich.

PRACOVNA V OBÝVACÍM POKOJI JAKO VÝZVA

V každém čísle ASKO Inspirace se odborník z oblasti bydlení a designu zhostí našeho úkolu na dané téma. Inspirujte se jeho řešením nebo nám napište, v čem vám můžeme pomoci. Tentokrát jsme se – stejně jako velká část obsahu – zaměřili na home office – domácí kancelář, jejíž význam prudce stoupl v souvislosti s pandemickou situací v posledních dvou letech. Prostor, kde je možné soustředěně pracovat nebo studovat, by ale měl být bez ohledu na to, co se děje venku, součástí každé domácnosti.

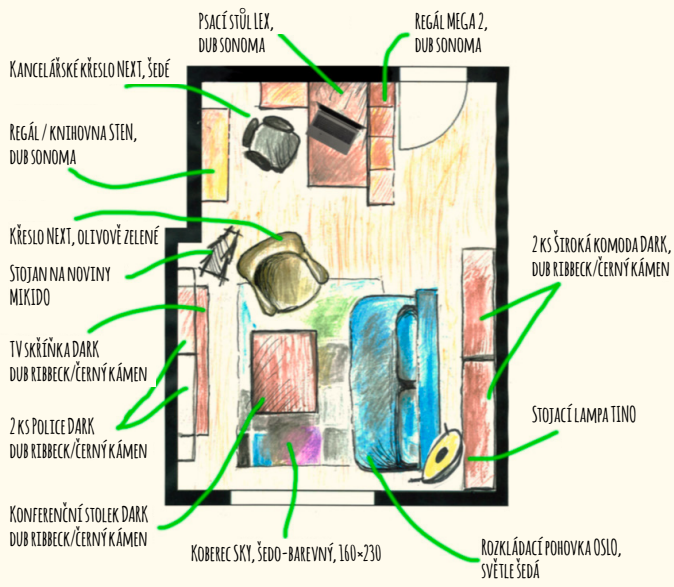


Skříňka
z řady Dark

Zařizujete si bydlení a víte, že budete z domova i pravidelně pracovat, bohužel ale nemáte možnost mít samostatnou pracovnu. Jedním z typických míst, kde si lze pracovní kout zřídit, je obývací pokoj. Pokud budete přistupovat k vybavení a nábytku komplexně, nemusí to v žádném případě působit jako z nouze ctnost, ale naopak jako plnohodnotná kancelář. Pro soustředění je nejdůležitější klid, pracovní místo je tedy třeba směřovat do té části místnosti, kde budete mít co nejméně podnětů k rozptylování. V tomto konkrétním případě jsem využil prostor vpravo od vstupu do místnosti, kde jsem budoucí funkci vymezil pomocí rohového psacího stolu Lex s úložným regálem.



Rozkládací pohovka Oslo



Stůl je umístěn blízko dveří, a aby nebyl první věcí v zorném poli po vstupu do místnosti pracovní kout, umístil jsem mezi stůl a dveře úložný regál Mega 2, který díky své výšce pracovní místo zakrývá. Zároveň je ale asymetrický, směrem do pokoje postupně klesá v několika stupních dolů a díky tomu nepůsobí hmotně a těžkopádně. Na druhé straně, za stolem, je podél zdi situován regál Sten, který pojme dostatečné množství šanonů, knih či úložných boxů a zároveň bude vytvářet důstojné pozadí při případných videokonferencích realizovaných u psacího stolu. Veškerý nábytek v pracovním koutě je v jednotném dekoru dub sonoma, který působí kultivovaně a decentně. Zásadním prvkem pracovního je vždy kvalitní kancelářská židle a osvětlení. Vybral jsem pracovní křeslo Next, které podporuje ergonomické sezení, a pracovní lampu Vento s volitelnou barevností, jsem a také integrovaným ventilátorem poskytujícím při práci příjemný vánek. Domácí pracovní kout má být ryze funkčním místem, a proto jsem ho koncipoval v minimalistickém neutrálním stylu tak, aby na sebe příliš neupozorňoval. Oproti tomu nábytek a doplňky v obývací části pokoje mají výraznější charakter. Také proto, aby odvrátily pozornost od pracovní části a naopak zaujaly. Televizní skříňka, police zavěšené na stěně nad televizí, úložné komody a konferenční stůl jsou z jedné produktové řady Dark, která vyznačuje lehký industriální styl, zároveň je ale ladná a elegantní. Podobným dojmem působí i stojací lampa Timo nebo stojan na noviny Mikido. Dominantním prvkem obývacího pokoje je kusový koberec Sky, naopak jednobarevná minimalistická pohovka Oslo a křeslo Next v olivovém odstínu vnášejí klid, pohodu a doslova zvou k příjemnému spočinutí.

Regál Sten



Stojan na noviny Mikido



Psací stůl s regálem Lex



Lampa Timo

Kancelářské křeslo Next

CATWALK

Na přehlídkovém mole se s grácií a sebevědomím skutečných hvězd představují modelky ostrých tvarů a širokých boků. Nová komoda bude sloužit vaší ložnici, pracovně, obývacímu, jídelně i předsíni. Ve správném světle a na dokonalé scéně jsou všechny neodolatelně sexy.

**Zleva:**

Komoda Primo, 3 499 Kč • botník Spice, 3 999 Kč • komoda Home Office, 5 999 Kč •
Pozadí: koberec Relief, 1 749 Kč

**Zleva:**

Komoda Carlos, 4 199 Kč • komoda Dark, 5 999 Kč • komoda Detroit, 8 499 Kč

Pozadí: koberec Craft, 1 999 Kč



Foto: Danika Matušková

ADELA VINCZEOVÁ

Jedním z vašich aktuálních projektů je talkshow a podcast *Trochu jinak s Adelou*. Ráda se lišíte?

Ono to vlastně ani nemá nějakou ambici být za každou cenu jiné. Spíše vycházíme z původního záměru povídat si s lidmi, kteří některé věci dělají prostě jinak. Každý host je jiný, někteří z nich jsou pro mě opravdu zajímaví, někteří méně, ale s těmi je zase zábava. Líbí se mi žánr edu-entertainment (vzdělávání zábavnou formou, pozn. aut.). Takže je to spíše o hostech než o mně.

Vystudovala jste kulturologii na Filozofické fakultě Univerzity Komenského v Bratislavě. Podařilo se vám to v životě zúročit?

Když někdo vystuduje medicínu, je zřejmé, že bude lékař. Ale v případě kulturologie není konkrétně dáno, co by měl člověk jednoznačně dělat. Může být sám kulturně činný, nebo se jenom pohybovat v managementu. Já

JE DŮLEŽITÉ MÍT KOUSEK VLASTNÍHO SVĚTA

Adelu Vinczeovou znají diváci a posluchači také pod dívčím jménem Banášová. Nejoblíbenější slovenská moderátorka uváděla, mimo jiné, vyhlášení filmových cen Český lev a slovenskou soutěž Let's Dance, kde také tančila. Každý rok si odnáší některou z cen popularity OTO, a to včetně absolutního vítězství, ale především je to mimořádně sympatická dáma se zajímavými názory.

jsem začala studovat kulturologii v době, kdy jsem pracovala na Markíze, a až teprve po roce ve Fun rádiu jsem se přihlásila na univerzitu. Obor jsem si vybrala jako obohacení toho mediálně-komerčního světa, ve kterém jsem se pohybovala každý den. Z tohoto pohledu mi to vyhovovalo, doslova mi to rozšířilo obzor.

O jaké budoucnosti snila malá Adela Banášová?

Já jsem vlastně nikdy neměla žádný konkrétní sen. Asi půl roku jsem chtěla být učitelkou, protože jsem sama měla velmi dobré učitele, zábavné a kreativní, samozřejmě ne všechny, ale vždy je to o vzorech. To mě ale přešlo a opravdu jsem o ničem nesnila. Když jsem byla malá, povolání moderátor vlastně ani neexistovalo, bylo to jen o hlasatelkách, čili jsem neměla žádnou vnější inspiraci. Ale přirozeně mě bavilo hrát si na rozhlasové vysílání. Nahrávala jsem si na kazety různé fiktivní rozhovory, s kamarádkou nebo sama, a to se mi hodně líbilo. Přičemž veřejnoprávní rozhlas nebyl pro osmileté dítě moc zábavný 😊. Byla to pro mě hra, neměla jsem to jako definici povolání.

Podle jakého klíče vybíráte hosty do vašich pořadů? Jste to vy osobně, kdo rozhoduje, nebo dramaturg?

Co se týče obsahu, jsme v týmu dva. S kolegou Danem Rabinem, dramaturgem a producentem v jedné osobě,



S manželem Viktorem Vinczem

o tom rozhodujeme spolu. A kolegyně mi pomáhá s rešeršemi, i když je to spíše doplňková činnost, protože pokud chci s někým mluvit já, musím o něm vědět co nejvíc. Nemohu jen dostat pár poznámek, to je pak znát, že jsem nečetla knihu nebo neviděla film, o kterém si povídáme. U většiny hostů to funguje tak, že mě něčím zaujmou, jejich téma nebo práce se mě nějak dotkne.

Jedním z vašich hostů byla také architektka Darina Lalíková, autorka knihy a programů o architektuře pro děti. Co vás zaujalo právě na ní?

To souvisí s významnou budovou Istropolis v Bratislavě. Ukazuje se, že lidé moc nerozumí architektuře druhé poloviny minulého století a minulého režimu. Myslím si, že architektura nepatří žádnému režimu, ale často máme sklony paušalizovat a odsuzovat velmi rychle. Co je například klasicistní nebo secesní, je vždy krásné, ale mnohé budovy a interiéry, řekněme ze 70. nebo 80. let minulého století prostě odsuzujeme jen kvůli době, ve které vznikly. Toto téma nám přišlo opravdu zajímavé a důležité. Navíc paní architektka dodává celé věci další rozměr v tom, že se věnuje dětem a učí je chápat krásu architektury jako druhu umění, který máme „před nose“ každý den. Kromě toho jsem dělala rozhovor s historičkou architektury, takže jsem tím tématem byla opravdu „oblepená“ ze všech stran. Ale i bez toho si myslím, že bych podepsala petici na podporu budovy Istropolis. Zvykli jsme si mnohé věci politizovat a některé si to opravdu nezaslouží. Ředitelka Slovenské národní galerie Alexandra Kusá například napsala krásnou knihu s názvem *Přerušená píseň* o výtvarném umění v dobách nejtvrďší stalinské éry. Měli bychom oddělovat, a asi i odpustit některým tvůrcům, protože umělci tvořili, samozřejmě, v souladu s režimem, ale zároveň vznikala i velmi kvalitní díla. A většinou je za tím také silný lidský příběh, který nikdy není černobílý. Vždyť ani jiná historická období jsme úplně nevykazali.

Jaký styl se líbí vám? Dáváte přednost modernímu nebo raději retro stylu?

Právě jste mě zastihli ve zvláštním období, kdy bydlíme u manžellových rodičů, v supermoderní budově v samém centru Bratislavy. Náš byt se momentálně rekonstruuje, je totálně „vykuchaný“ a není v něm nic. A když se ptáte, jak bude vypadat, já to celé nechávám na manželovi a na jeho komunikaci s architektem. Občas vidím nějaké návrhy a něco si k tomu řeknu, ale sama na to nemám vnitřní energii. Možná je to tím, že my jsme se asi 12krát stěhovali, já měla 15 dětských pokojů a mám z toho takový blok, že přestávám určité věci vnímat. Oceňuji zařízení a hezké byty, ale moje vnitřní architektonická duše je už unavená a možná si i říkám „nač tomu věnovat tolik úsilí, možná se zase budeme stěhovat, stejně jednou umřeš, tak proč se zabývat tím, jestli tady bude nějaká soška či skříňka“. Připadá mi to jako marnost.

Posunula jste se z pozice aktivního budovatele na pasivního uživatele a máte štěstí, že celý proces řeší někdo za vás.

Ano, mám to štěstí, že mám manžela, který oslovil dobrého architekta. Samozřejmě, kdyby to byly nějaké šílené návrhy, tak oba řekneme, takhle ne, ale zatím to vypadá opravdu pěkně a vyhovuje nám to.

Upřednostňujete spíše originální kousky nebo klidně nakoupíte i v běžných obchodech?

Musím říct, že mám čím dál více ráda méně věcí. Uvažuji o tom, že si pořídíme co nejméně úložných prostor, protože jakmile máte kam ukládat, tak to děláte. Co se týče stylu, mám ráda kombinaci. Když má něco vysokou kvalitu, je třeba za ni zaplatit, vždyť to má i děle sloužit. Líbí se mi zajímavé solitéry, v mém starém bytě jsem například měla původní křeslo od Corbussiera. Je fajn, když takové věci mají v prostoru zaslouženou pozornost. Ale příliš výrazných věcí vám udělá v hlavě guláš.

Ovlivnilo vás i to, že vaše maminka je výtvarnice?

Určitě ano. U nás bylo vždy všechno velmi výtvarné. Všude, kde jsem se pohybovala jako malé dítě, buď někdo dělal keramiku jako moje máma, nebo třeba strýc Emanuel Staněk je naivní malíř a je v této kategorii opravdu velmi dobrý. U něj i u nás doma bylo vždycky hodně obrazů a já jsem na to tak zvyklá, že když jsem přišla k někomu na návštěvu a tam měli na zdi jen jeden, napadlo mě, že je asi vykradli. Teprve později jsem si uvědomila, že v určitých momentech může být příliš umění náročné na každodenní psychiku. Takže v novém bytě budeme velmi pečlivě zvažovat, kolik, čeho a kam umístíme, aby to celé mělo svoji vnitřní harmonii.

Není tajemstvím, že jste jako malá žila v Německu. Myslíte si, že existuje něco jako německý styl?

Asi existuje, ale já vlastně ani nevím, jak vypadá. V 80. letech jsme žili ve východním Německu a po revoluci ve Vídni. Vždycky jsme bydleli v bytech určených pro diplomatický sbor, takže na všem byla inventární čísla. Nedali si nijak zvlášť záležet na vybavení. Bylo to právně nenapadnutelné, až lehce nevkusné, ale my jsme to nikdy nemohli ovlivnit, protože to nebylo naše. Tak jsem celé dětství žila v něčem, s čím jsem vnitřně nesrostla. A když jsme se pak vrátili, tak maminka se doslova utrhla ze řetězu se svou duší výtvarníka a pocitem „konečně si to můžeme zařídit po svém“. A zařizovala opravdu originálním způsobem. Měli jsme například kompletně bílý dětský pokoj i s bílým klavírem, jindy v japonském stylu bez postelí. Jako by si máma kompenzovala ten styl diplomatický.

Proč jste vstoupila do projektu Housing First (Nejdříve bydlení, pozn. aut.), který bydlení jako předpokladu samostatného a plnohodnotného života přisuzuje mimořádnou pozornost?

Snažím se rozumně investovat a myslím si, že součástí tohoto uvažování je například menší byt. A když ho máte, ale nepotřebujete ho, považují za logické zároveň někomu pomoci, například mladé rodině s miminkem. V rámci jednoho rozhovoru v rozhlase jsem se setkala se zajímavou paní, která pracuje pro organizaci pomáhající lidem bez domova. Ta mi vysvětlila, jak důležité je vlastní bydlení, fakt, že se máte kam uchýlit do soukromí. Všichni si asi dovedeme představit, jaké by to bylo, kdybychom se každý večer neměli kam vrátit a celou energii jsme promrhali jen na to, jak a kde přežijeme do druhého dne. Když někomu bez domova poskytnete bydlení, dá mu to neskutečnou sílu a pocit bezpečí a jistoty, což mu umožní návrat do běžného života, najít si práci a být platným členem společnosti. Byla jsem překvapená, kolik lidí se na ulici dostalo z důvodů, které by se mohly stát komukoli z nás. Proto jsem svůj jednopokojový byt ve spolupráci s touto organizací pronajala jedné paní jen za náklady.



Foto: archiv A.V.

Kdyby musela platit normální nájem, nezbylo by jí už nic na ostatní životní potřeby. Takhle si mohla najít práci, postarat se o sebe, zlepšil se její zdravotní stav, platí pravidelně a včas a funguje to.

Co vlastně podle vás člověk potřebuje k životu?

Těžko říct, co nejvíce. Od praktických věcí jako je teplo až po ten pocit mít kousek vlastního světa. Spousta lidí si může zaplatit ubytovnu, ale to není domov. Jste s cizími lidmi na pokoji, často je tam násilí, frustrace, stres. Mít kolem sebe čtyři stěny a postel nestačí, potřebujeme prostě něco, co je jen naše.

Pomáháte i jiným charitativním projektům, jako je například Bílá pastelka pro Slovenskou unii nevidomých a slabozrakých. Jak si vybíráte, komu pomůžete?

S Bílou pastelkou spolupracuji hlavně proto, že jsem měla několikrát zajímavé nevidomé hosty. Dalším projektem je Liga proti rakovině. Podíílím se na osvětové kampani proti rakovině děložního čípku, protože jsem sama podstoupila zákrok a otevřeně o tom mluvím. Prostě se mnou určité věci a témata přirozeně zůstávají. Pro ostatní se snažím najít jinou cestu. Nikdo z nás neumí spasit svět a také pomáhat druhým nás musí těšit. To je možná moje vnitřní hranice.

Jste čtyři roky manželkou moderátora Viktora Vinczeho. Každý z partnerů si do nového vztahu přináší určitý model ze své původní rodiny. Bylo obtížné spojit ty vaše?

V tomhle jsem asi měla štěstí nebo je to tak, že když spolu dva lidé „ladí“, projevuje se to v různých úrovních toho společného bytí. My oba jsme z rodin, které mají vztah k umění, my Banášovi k výtvarnému, Viktorova rodina k hudbě a divadlu. A projevuje se to i ve stylu bydlení. Když jsem poprvé přišla k rodičům mého manžela, ulevilo se mi, že jsme na společné vlně a nebudeme si muset nic vysvětlovat. Já jsem rozhodně od Viktora přijala vztah k určité formě organizace a pořádku. Když se ke mně nastěhoval, pamatuji si jeden den, kdy jsem přišla později domů a on mi, mezitím, vyklidil šuplíky v mrazničce,

vyhodil rozbitý, objednal nový a zorganizoval mi veškerou administrativu, dokumenty, staré smlouvy, časopisy.

V tomto čísle se věnujeme práci z domova. Týká se i vás?

Částečně ano. Třeba rozhovory můžeme pohodlně dělat on-line a máme pocit, že jsme spolu v kontaktu, a přitom nemusíme nikam cestovat. Také porady se mohou konat touto formou. Ale moje hlavní práce se musí odehrát před kamerou nebo mikrofonem. To jsme museli určitý čas dělat jinak, například natáčet bez obecnstva, což bylo divné, ale zajímavé. Byla jsem sama sobě divákem a musela jsem si vystačit. Ale i tak jsem se vracela domů s pocitem, že jsem byla s milionem lidí.

Pro mnoho lidí je práce z domova velkým snem. Ale určitě není pro každého, protože vyžaduje pevnou vůli a disciplínu. Už jste naznačila, že tím disponuje váš manžel, jak jste na tom vy?

Já si na každý den píšu poznámky s tím, co mám nebo musím udělat, plánuji si dny dlouho dopředu a nemusím nic držet v hlavě. A když mám například v sobotu udělat šest rozhovorů, rozdělím si přípravu během týdne tak, že se mi nemůže stát, že bych něco nestihla. Pokud se stane, že mi zbyde nějaký čas, podívám se, jestli bych nemohla něco udělat dřív. Takže já mám opačný „problém“. Možná to není v pořádku a bude v tom háček. Protože když mám opravdu všechno hotové, jsem z toho nesvá a nevím, co mám dělat. Ale učím se jen tak lenošit, dívat z okna, nebo si pustit televizi. U nás to nebylo zvykem, můj otec byl velmi pracovitý a vždycky se ptal „to nemáš co dělat?“. Mám ráda procházky a rozhovory s přáteli, miluji vanu a saunu, cvičím jógu, hraji squash. Čtu málo, protože je to součástí mé práce a musím si k rozhovorům

nastudovat spoustu informací. Pak si potřebuji odpočinout od práce s textem a obsahem. Na dovolenou si беру knížku, ale jsem vlastně velmi náročná a máloco mě nadchne.

Ví se o vás, že máte ráda hotely. Baví vás, že o vás někdo pečuje nebo hraje roli i architektura?

Má to dvě roviny. Když někde jedu pracovně, organizátor rozhoduje o tom, kde budu bydlet, a tehdy mě baví, že žiji v jiném světě, jsem někdo jiný. Když si vybírám já, nedívám se na pláž ani na nic jiného, ale hledám dobrý hotel. Ten totiž určitě nestojí na špatném místě. Ale kvůli architektuře jako takové jsme asi nikdy necestovali. Pro nás je společný čas velmi vzácný. Navíc, dva týdny z našeho společného volna věnujeme každý rok tomu, že jsme vedoucí na dětském táboře. Takže když potom jedeme někde spolu, snažíme se odpočívat.

Vypovídá to, v čem a jak lidé žijí, o jejich povaze?

Nemyslím si, že prostředí je zrcadlem povahy, k tomu se vždy váží různé návyky, zkušenosti, taková ta „životní skořápka“. Ale vyzorovala jsem, ač nechci paušalizovat, jistou souvislost mezi množstvím a uspořádáním věcí, kterými se lidé obklopují, a tím, jaký „pořádek“ mají v sobě.

Na co se nejvíc těšíte ve svém novém domově?

Opravdu se těším na to, že budeme moci začít od nuly a nebudeme hromadit věci. Že všechno bude nezatížené, čisté a že takoví zůstaneme i my, a budeme moci volně dýchat. Ale na to vlastně ještě ani nemyslím, teď si užívám naše dočasné bydlení. Je malé a minimalistické a uvědomuji si, že člověku stačí dva pokoje.

Z natáčení pořadu Pečie celé Slovensko (archiv RTVS)



NA DOMÁCÍM HŘIŠTI



Sestava Calvia

Pro někoho výhra, pro jiného spíš komplikace. Přesun z kanceláří či tzv. open space (otevřených velkoprostorových kanceláří) na home office ve vlastní domácnosti řešili v poslední době mnozí z nás. A nejspíš i nadále řešit budou. Vědomí, že už nic nebude jako dřív, a tak je lepší být připraven, nikoli překvapen, pak zřejmě většinu z nás přimělo přizpůsobit se nové situaci. Ostatně právě tato schopnost je pro homo sapiens charakteristická.

Začalo to tím, že jsme si domů přestěhovali počítače a umístili je tam, kde zrovna bylo místo. Jídelní stůl, ložnice či třeba dětský pokoj, kde mají potomci alespoň psací stůl... Židle, která byla zrovna volná, stolní či noční lampička nebo snad centrální osvětlení kuchyně... vzpomínáte? Nic moc, že. Ti prozíravější už nepohodlí provizoria nejspíš vyřešili, někteří v naději na návrat do starých dobrých časů stále trpí. Škoda. Vymezit si pracovní pokoj, nebo alespoň místo uzpůsobené vlastním potřebám a předstávám, a zařídit ho dostupným, přitom funkčním a zároveň pohodlným vybavením je docela snadné. A nemusí to rodinu rovnou zruinovat.

Tady je Krakonošovo!

Pokud si nechceme pěstovat civilizační nemoci víc, než už tak jako tak často činíme, zároveň nám záleží na

výkonu a duševní pohodě – vlastní, rodinné i partnerské, musíme trochu „přitvrdit“. Nemáme-li možnost znárodnit rovnou celou místnost, což by obnášelo vystěhovat babičku na mráz či děti k sousedům, můžeme expandovat alespoň do některého koutku, z něhož nás každou chvíli jiný člen rodiny nevyhodí se slovy: „Teď se tu bude večerfet – a basta!“, případně: „Mamííí, já tu ale musím psát domácí úkoly!“ Pokud nám pak rodinná rada schválí nějaký ten metr čtvereční, který ostatně byl stejně nevyužitý, je skoro vyhráno. Teď je nutno onen prostor vykolíkovat a odstínit od bujarého rodinného života. Snadno se řekne, hůř učiní. Nechceme či nemůžeme-li měnit dispozice bytu, a dosáhnout tak skvělé vymoženosti zavřít za sebou dveře (někdy i na klíč), musíme se spokojit s málem. Pomůže elegantní paraván, zástěna, oboustranná knihovna či policový systém hustě obsazený rostlinami v květináčích nebo nově i mobilní stěny. Pravda, klid na práci pro nás bude i nadále pojmem

poněkud vzdáleným, ale již zmíněný open space s větším či menším množstvím kolegů na dohled i doslech už vyškolil spoustu z nás. A jakkoli se to zdá poněkud nečestné a nesportovní, nakonec právě tady se můžeme po práci na chvílku zašít i s dobrou knížkou.

První krok za námi – vykolíkováno jest!

Stůl je grunt, židle je špunt. Nebo naopak?



Pracovní stůl Robby

Aby měl v domácí pracovně každý kousek techniky i důležitý dokument své místo, potřebujeme stůl. Ideálu asi v běžném bytě těžko dosáhneme, ale na některých principech je třeba trvat. Pevnost, odolnost, výška a rozměr pracovní desky jsou určující. Optimální výška desky stolu by se měla pohybovat mezi 72 a 78 cm – tento parametr se musí řídit principem, že lokty mají při práci svírat pravý úhel a deska stolu nesmí tlačit do předloktí. Asi netřeba zmiňovat, že na stole by mělo být místo pro monitor (ten má být vzdálen od obličeje 50 až 70 cm, ale uvádí se i 40 až 70 cm) i klávesnici, takže pak vychází hloubka pracovní plochy 80 až 100 cm.

V nabídce ASKO-NÁBYTEK najdete jednoduché, moderní i sofistikované psací stoly – záleží na požadovaných rozměrech. Stačí se poptat po řadě Calvia v útulném dekoru starý dub či elegantní bílá, jejíž jednotlivé prvky (regály, úložné kontejnery apod.) lze účelně kombinovat. Nebo sáhněte po robustním stole Picasso, mobilním Robby či minimalistickém, ale funkčním stole Liverpool. Sestavu Home Office využijete v případech, kdy zařizujete větší prostor. A není od věci zamyslet se nad praktickým rohovým stolem Lex (foto str. 19).

Pro malé prostory už trh nabízí modely se sklopnou pracovní deskou. Ke střídání pozic se vrátíme, ale zmiňme aspoň okrajově stoly s elektromotorem, nastavujícím výšku pracovní plochy podle toho, jestli u práce sedíte nebo stojíte. Údajně takhle psal Ernest Hemingway či Charles Dickens – a jak obohatili lidstvo!



Stůl Liverpool



Psací stůl Picasso



Next



Tim



Stuart



George

Židle je alfou i omegou nejen pro záda. Kdo až dosud vydržel na té kuchyňské, a jeho plotýnky zatím drží, tomu je co závidět! Vzhledem k tomu, co páteři tropíme dlouhým sezením bez správného protažení a posilování nejen vnitřního stabilizačního svalstva, ale i toho břišního, stehenního, hýžděového a dalších, je zázrak, že nám ještě ochotně slouží. Správná ergonomická židle pro práci prostě vypadá jinak než ta elegantní v jídelně – musí být stabilní, pevná, ale plně individuálně nastavitelná. Měla by páteř podepřít tam, kde to vyžaduje, přizpůsobovat se pohybům těla (neříkejte, že sedíte těch šest až osm hodin nehnutě!), prostě umožnit nám tzv. dynamické sezení. Vlastně nás má jaksi pošouchovat a aktivovat tak svalové skupiny, které se v opačném případě dost namáchnou a pěkně nám to vrátí. A mezi námi, znáte někoho, kdo stojí o záněty šlach a svalů, syndrom karpálního tunelu, bolesti krční páteře a jiné „radosti“?

Nastavit bychom si měli výšku sedáku (nohy mají stát celou plochou na zemi a svírat úhel 90°, „krátkonožky“ a není nás málo – využijí různé podnožky) i výšku opěradla. To v ideálním případě kopíruje přirozené zakřivení páteře a podporuje prohnutí beder. Důležitá je i pozice opěry a sedáku, úhel menší než 90° nám stlačí břišní dutinu a důsledkem může být i to, že se nám bude hůř dýchat. A když mluvíme o sedáku, ten by měl být dostatečně široký a hluboký, využitý po celé délce. Ti, kdo vyrostli, by měli mít možnost nastavit jeho hloubku. Nám ostatním postačí, má-li přední část zaoblenou a skloněnou k zemi. Nepříjemný tlak na spodní stranu stehna nebo vnitřní část kolene bychom asi ustáli, ale krevní oběh by trpěl.

Nesmíme zapomenout ani na zátylek a ruce. Hlavová opěrka pomůže snížit zatížení krční páteře, ovšem každý z nás je jinak (u)rostlý, a tak je výhodou, lze-li i u ní nastavit výšku i sklon. Područky jsou tu pak od toho,

Křeslo Boris XXL



aby ochránily krční páteř před strnulostí – ideální je možnost nastavit jejich výšku, šířku a hloubku, nebo je dokonce natočit. A opět je tu nezbytný onen magický pravý úhel.

Jistě, židle všechno nezachrání, ale k malé rozsvičce nás čas od času přinutí dokončený program pračky nebo myčky. Ten, kdo má své tělo opravdu rád, se ještě protáhne na gymnastickém míči nebo na chvíli spočine v horizontální poloze, klidně na koberci. Přitom si samozřejmě odpočine i mozek... Ten si to také rozhodně zaslouží.

Při výběru správné pracovní židle záleží na vašich nárocích, potřebách i váhové kategorii. Většina má nosnost do 120 kg, potřebujete-li vyšší, je třeba se na tento údaj

soustředit. V prodejnách ASKO-NÁBYTEK najdete kancelářská křesla od 1 599 Kč až do 7 689 Kč. Například židle Next (foto na str. 18) má praktickou síťovanou opěrku, která zajistí lepší cirkulaci vzduchu při sezení či bederní výztuhu pro kvalitní oporu zad. Samozřejmostí je funkce výškového nastavení a páčka pro ovládání pohybů křesla, přičemž vybrat si můžete ze dvou barevných variant. Kdo hledá něco navíc, třeba moderní designové provedení připomínající sedačky závodního vozu, může si pořídit model Tim (foto na str. 18). Polstrovaný sedák je anatomicky tvarován, v bederní části a po stranách sedáku je opora, která poskytne maximum pohodlí. Vysoká opěrka nabízí úlevu pro krční páteř a skvěle jsou i ergonomicky tvarované područky, funkce výškového nastavení a další vychytávky. Kancelářské křeslo Boris XXL (foto vlevo) už svým označením napovídá, že je mimořádné. Nejenže unese až 150 kg živé váhy, ale ten, kdo do tohoto robustního kousku usedne, se bude cítit jako na obláčku, k čemuž přispějí



Praktický rohový stůl Lex



Sestava Home Office





i zaoblené područky, prostorný sedák s vysokou opěrkou a anatomicky tvarované polstrovaní. Moderní design pak doplňuje dekorativní šev na potahu. Ideálním partnerem pro práci bude i model Stuart (foto str. 18). Potah z eko-kůže je na výběr v bílé a černé variantě. Solidní ocelová konstrukce unese váhu do 120 kg, nabízí standardní funkce jako je polohování, výškové nastavení, pevnou polohu nebo možnost houpání, příjemným bonusem je komfortně polstrovaná krční část.

Stále jste si nevybrali? Pak je vám k službám i George (foto str. 18). Zlatá střední cesta nemusí nutně znamenat kompromis: v černé nebo opravdu nezvyklé tyrkysové variantě si pohovíte na zajímavě členěném měkkém polstrovaní z jemně strukturované látky, které bude hýčkat vaše bedra, trup i oblast krku pro správnou ergonomii sezení při práci.

Židle Scope



Na možnost pohybu po měkčích podlaze či koberec pak myslí kancelářská židle Scope s nylonovými kolečky. Také je vybavená područkami a nastavitelnými funkcemi, díky nimž se přizpůsobí majiteli. Kvalitní černá síťovina na sedáku i opěrce zajišťuje vysoký komfort a vynikající prodyšnost. Bederní opěrka pak poskytne dostatečnou oporu zad. Židle také nabízí možnost nastavení síly přitlaku podle hmotnosti uživatele a unese až 130 kg.

Inteligent zvládne chaos?

Určitě. Otázka zní: jak dlouho? I proto je dobré rozmístit různé listiny a dokumenty do zásuvek, polic nebo šanonů. Někdy jsou součástí psacích stolů či regálů, jindy je třeba dokoupit pořadače a vybavení pro smysluplné ukládání. Fakt je, že bez nich se neobejdeme, respektive obejdeme, ovšem za cenu nenávratně zašantročených důležitých podkladů, které se vynoří ve chvíli, kdy už je opravdu nepotřebujeme. Důležitá je i volba pracovní lampy a pak to, co nám i ten nejvytíženější pracovní den zpříjemní: někomu nesmí chybět vonná svíčka, jinému rodinné či zážitkové fotografie, suvenýry z dovolené jako motivace k vyššímu výkonu, váza s květinami či pokojové rostliny.

Jak přežít home office ve zdraví

- Udržujte rovnováhu mezi prací a domácími radostmi a starostmi, aktivitou a odpočinkem, sezením a pohybem. V opačném případě hrozí zbytečný stres. Poznáte ho snadno – tváří se jako únava, pocit zbytečnosti, nespavost, podrážděnost, horší nálada, ba dokonce nechutenství. Jako by nestačilo, že namísto kolegů ruší děti či partner/ka, o vlastní prokrastinaci ani nemluvě.
- Tvařte se, že se nic nezměnilo. Budík nechte, ať dělá svou práci, nevyjďte tak z rytmu. Pyžamový den je prima, ale nemůže být na programu celý týden, zevšedněl by vám. Netřeba si brát kostým či oblek. Výrobci oděvů zareagovali neuvěřitelnou nabídkou pohodlného, kvalitního a hezkého domácího oblečení, ve kterém se nebudete stydět otevřít sousedce nebo pošťákoví. Oblékač rituál vám naznačí to, že je čas sednout si k práci. Rytmus dodržujte i s kávou, nezapomeňte na pitný režim, oběd a hlavně, stanovte si i čas, kdy s prací skončíte. Proč byste měli bušit do počítače ještě v osm večer, když pracovní doba končí v pět? Teď máte čas na sebe a svou rodinu!
- Nezanedbávejte plány – denní, týdenní i měsíční, jinak nastoupí prokrastinace, cesta do pekel.
- Využijte všech výhod, které domov nabízí – oběd či svačina podle vašeho gusta, každé dvě hodiny se můžete protáhnout nebo si zacvičit, jít na krátkou procházku, ale dovolen je třeba i krátký šlofik po obědě.
- Nenechte se zlákat představou, že práci zvládnete z postele či lenošky, výkonnost bude nižší a záda vás nebudou mít ráda.
- Nehřešte na to, že doma vás nikdo nevidí, tudíž binec na stole je povolen. Zapomenete, co je důležité, nenajdete, co potřebujete a hlavně, odradí vás to od práce. A to by byla škoda.
- Větrejte. Nejenže vás to osvěží a možná i trochu probudí, ale zlepší se vaše vnímání, chápání i akční jednání, zmizí případná bolest hlavy, pálení očí nebo nepříjemný pocit na hrudi.



Sestava Calvia v kombinaci bílé a dekoru starého dubu

Bez čeho se neobejdete

- Kvalitní monitor s náležitou úhlopříčkou a dostatečně vysokým rozlišením obrazu. Doporučuje se velikost 27 palců a 4K rozlišení. Umístěte ho tak, abyste horní okraj obrazovky měli ve výšce očí. Že to nejde? Pak pod něj vložte podložku, zavěste ho na stěnu nebo mu poříďte mechanický držák s pohyblivým ramenem.
- Podpěrka pro klouby zvláště citlivé vás ochrání před zánětem karpálních tunelů i poruchami oběhového systému. Pro správné uchopení myši postačí gelová podložka, nohy v případě potřeby podložte – však víte, pravý úhel je pravý úhel.
- Šetřte nervy – z dodavatelů internetu preferujte toho, kdo vám zajistí pro stahování dat 150 nebo 300 megabitů za sekundu. Zvládnete pak pracovní videohovory i večerní streamování filmů a seriálů, plus běžný rodinný online provoz.
- Nepodceňujte kvalitu vzduchu. Nestačí-li větrání, jsou na trhu různé čističky vzduchu, ale pomohou i interiérové rostliny.
- Ticho možná léčí, ale vyprávějte to rodině... Ještě že jsou tu sluchátka s aktivním potlačením okolních ruchů (ANC) a handsfree. Nejenže si díky nim poslechnete to, co chcete a právě potřebujete, nikoli to, co produkuje okolí, ale mohou jet i naprázdno, prostě v režimu „krásné ticho“.
- Provoz domácí posilovny řídíte vy, nikdo jiný. Rotoped, běžecký pás či trenažér si spusíte dle libosti a nevyčítejte si to. Čistíte si hlavu, zlepšujete kondici, a to všechno zadarmo!

GABRIELA LAŠKOVÁ



V závěsné houpačce Colombo by se Gábině krásně lenošilo na zahradě

Na koberečku...

se v každém čísle ocitne osobnost, kterou doslova od A do Z zpovídáme na téma bydlení, design a život.

Abecedu si tentokrát zopakovala moderátorka hlavních zpráv na CNN Prima NEWS a Česká Miss 2013 Gabriela Lašková. S manželem Filipem a syny Benediktem a Vincentem žijí v domě za Prahou, který koupili rozestavěný a interiér i zahradu si tak ladí přesně podle jejich představ.



Ve studiu CNN Prima NEWS

Nemám sice tak široký přehled, ale **A**rchitekturu obdivuji a sleduji ráda, ať už při poznávání cizích zemí nebo na cestách po Česku.

Stěhovala jsem se už mnohokrát, bydlela jsem v maličkých i větších **B**ytech, ale vyrostla jsem v domě a vždy jsem se jednou do svého domu chtěla nastěhovat. To se nám minulý rok s manželem povedlo, našli jsme překrásné místo a věřím, že tu budeme s rodinou šťastní.

Když jsme se nastěhovali do domu, neměli jsme prakticky nic. **C**eníme si tak každé věci, kterou se nám podaří posunout dál a nejvíc se těšíme, až bude hotová zahrada.

První, s čím jsem si opravdu vyhrála, byl **D**ětský pokojíček a herna, kde kluci tráví většinu času a co si budeme namlouvat - my také. Pořád je ale co zlepšovat, a tak si tuhle část zařizování strašně moc užívám.

Vše v domě si vymýšlíme sami. Mám za to, že jistě **E**stetické cítění mám, ale hlavně jsem absolutní nadšenec, takže věřím, že na to jdeme dobře a že to jednou bude krásný dům. Dost možná nebude splňovat ty nejmodernější trendy, ale budeme to my. Už teď to tu milujeme!

Rámy na zdech jsou moje radost, moc ráda jimi zútulňuji každý pokoj. A třebaže mám ráda umění, vždy nakonec vyhraji **F**otografie rodiny, u kterých se pokaždé, když jdu okolo, rozplývám. Je to prostě štěstí.

Přiznám se, že péče o dům zabere opravdu hodně času. Když si vzpomenu, kolik času zabral úklid naší první **G**arsonky, a kolik času dvě patra rodinného domu... Jsem pořád v jednom kole, ale mám to tak ráda. I když je to občas vyčerpávající, užívám si to.

Když jsem snila o domě, představovala jsem si ho plný dětí, smíchu, radosti, přátel a rodiny. Vždy jsem byla nadšená **H**ostitelka a s domem se mi otevírají úplně nové možnosti. O Vánocích přijeli sourozenci s rodinami, bylo to sice hlučné, ale přesně takhle jsem si to vždy představovala, bylo to úžasné!

Moje rodina je nicméně velká, a tak se k nám úplně všichni najednou nevejdeme. Pro takové případy si vždy pronajmeme kdekoli v republice **C**halupu a vyrazíme si užít společný čas. Poslední roky nám to okolnosti nedovolily, tak doufám, že to letos doženeme.

Inspiraci hledám úplně všude. Jsem velmi pozitivní člověk, miluji svět kolem sebe, a tak se ho nemohu nabažít. Ale pokud bych měla být konkrétní, co se aktuální práce na domě týče, jsem stále ponořena v Pinterestu.

Jídelní servis? Čistý bílý, jen lehká vlnka na kraji talířů.

Kuchyň jsme v domě neměli půl roku. Vařili jsme na jedné plotýnce, pro vodu chodili do koupelny a fungovali na lince provizorně vyrobené ze starých polic. Občas to bylo trochu náročné, zvláště, když má člověk dvě malé děti, ale poradili jsme si a teď na to vesele vzpomínáme.

Co jsme tentokrát měli hned, ne jako kdysi v prvním vlastním bydlení, byla postel, ale nic jiného v **L**ožnici dlouho nebylo. Postupně jsme ji zútlunili výmalbou, závěsy, nábytkem a teď je to jedno z mých oblíbených **M**íst v domě. Manžel mi vyrobil obložení na zdi, které jsem si moc přála, je to nádhera. Už jen poslední rámečky a koberec!

Do otevřeného prostoru, který máme v obýváku, nebo lépe řečeno nad ním, jsem vymyslela kovový ohoz, který vyplňuje volný prostor a plynule navazuje na druhé patro. Manžel zprvu o tomhle kroku pochyboval, ale teď je nadšený a já neskrývám, že jsem na svůj **N**ápad strašně pyšná. Ještě mu chybí velká knihovna, ale vše má svůj čas.

Okna jsou alfou i omegou domu, který jsme koupili. Máme krásný výhled na zahradu a na pole za ní, takže si otevřený prostor vychutnáváme. Mytí sice zabere více času, ale já si péči

o vysněný dům užívám. Jen musí přijet babička a zabavit kluky, aby chvíli ty jejich ručičky držela opodál.

Místo, které zatím na realizaci čeká, je **P**ředšín. Jednak zatím nemáme jasno, jak by měla vypadat, ale především je teď místem, kde všichni skáčou do holin a přicházejí s nánosem hlíny, které je kolem domu požehnané, takže raději počkáme, až bude hotový venek a pak se odměníme.

Dostali jsme mnoho **R**ad a zkušeností spojených s dostavbou a péčí o dům. Ale stejně si tím musíme projít sami, na některé věci se sice připravíte, ale když pak přijde na věc, je to velká zkušenost, která vás stejně zaskočí.

Všechno, co se o **Ř**emeslnících říká, je pravda. V tom dobrém, ale i zlém. Dobrý řemeslník je nad zlato!

Jelikož bydlíme u pole, nechtěli jsme stavět plný masivní plot, chceme zachovat co možná nejvíce výhled do přírody. Rozhodli jsme se tedy pro antracitové pletivo a **S**oukromí si uchováme pomocí stromů, keřů a travin.

Pokud po něčem opravdu **T**oužím, pak je to krásná zahrada. Moc se těším, až se do ní budeme moci pustit!

Ráda pracuji rukama. Hodně věcí se teprve **U**čím, ale smontovat nábytek, opravit silikon nebo vymalovat je pro mě hračka. Baví mě, co všechno už doma sama zvládnou udělat, ale přesto nejraději pracuju s manželem, spolu nám to jde nejlíp - a když se mi něco nepovede, manžel to zachrání :-)

V domě jsme ponechali původní rohovou **V**anu. Těšila jsem se, jak si na konci pracovního dne udělám chvíli pro sebe a užiji si hromadu pěny a odpočinek. Tak taková chvíle ještě nepřišla, ale kluci jsou z ní nadšení. Každý večer je místem vodních bouří, pěnových válek a následné potopy. Hlavně když jsou ti naši vodníci spokojeni.

Budu se opakovat, ale těším se na to, až budeme mít alespoň částečně udělanou **Z**ahradu.

Myslím především na kluky, chceme jim vytvořit hřiště s pískem, pirátským domečkem a skluzavkou.

Tuším, že se v tomhle rohu zahrady skutečně vyřádím!



ZIMNÍ ŽIVOTABUDIČ

Každý rok se v rámci novoročních předsevzetí nemalá část populace pustí do více či méně smysluplných diet, zatímco lékaři a výživoví poradci nesouhlasně vrtí hlavou a varovně hroží prstem. V době, kdy je venku zima a sluníčko je vzácné, musíme tělu dodat sílu prostě jinak. A přitom není třeba strávit v kuchyni celý den, abyste si dopřáli dobrotu, která zahřeje, potěší vaše chuťové pohárky a výčitky svědomí kvůli kaloriím nechá potupně stát za dveřmi. Hustá a voňavá polévka plná zeleniny s třešničkou v podobě klobásky pro ty, kteří se neobejdou bez masa, vás vmžiku přenese ke krbu v horské chatě po dlouhé procházce. Pokud ji nespořádáte najednou, věřte, že druhý den bude ještě lepší. S křupavým čerstvým chlebem a lžící zakysané smetany navrch.



Na 4 porce polévky budete potřebovat:

- 2–3 lžíce olivového oleje
- 1 střední cibuli, mrkev, petržel a menší celer
- 2–4 stroužky česneku
- cca 2 cm čerstvého zázvoru
- 2 stonky řapíkatého celeru
- 4 menší brambory
- 200 g červených fazolí v nálevu
- 100 g červené řepy, předvařené nebo naložené
- konzervu cherry rajčátek
- 1 litr zeleninového vývaru (ideálně domácího)
- podle potřeby 100 ml smetany na zjemnění (můžete nahradit kokosovým mlékem)
- 1 klobásku
- snítku petržele
- zakysanou smetanu k podávání
- sůl, pepř, cukr, podle chuti chilli

Postup:

Cibuli a česnek nakrájejte nahrubo, mrkev, petržel na silnější kolečka, celer na stejně velké kousky – zelenina by se neměla rozvařit, ale zůstat křupavá. Brambory oloupejte a nakrájejte na malé kostky. V hrnci roze-hřejte olivový olej, osmahněte cibulku a česnek, zasypejte trochou cukru (asi ½ lžičky). Stačí opravdu chvílka, česnek nesmí zhnědnout, zhořkl by. Přidejte kořenovou zeleninu a řapíkatý celer a restujte dozlatova. Asi po třech minutách vložte brambory a opět chvíli restujte. Přidejte cherry rajčátka, celý kousek zázvoru a promíchejte. Zalijte zeleninovým vývarem, okořeňte solí, pepřem, případně chilli vločkami, zakryjte pokličkou a přiveďte k varu. Pak stáhněte plamen asi na polovinu a vařte 10 minut. Teď je čas na fazole, použijte i nálev. Po 10 minutách ochutnejte, jestli už jsou hotové brambory. Nakonec přidejte řepu a jen krátce povařte. Podle chuti zjemněte smetanou. Klobásku – jestli na ni dojde – vložte do polévky jen aby se prohřála a vyndejte zázvor.

Kouzlo receptu je, ostatně jako u většiny polévek, v jeho proměnlivosti. Pohrajte si s různými druhy zeleniny, vyzkoušejte květák, brokolici, batáty, kapustičky, různé druhy hub, místo smetany použijte kokosové mléko. Pořádná porce bohatě nahradí hlavní jídlo!

nASKOk u nás v Plzni

ASKO-NÁBYTEK má jen v České republice 14 prodejen. Na tom, jakou si vyberete – menší, větší, v obchodním centru nebo samostatnou – vlastně moc nesejde: všude na vás čekají příjemní lidé a zajímavé osobnosti.

Čím jste chtěl být jako teenager?

Chemikem nebo pyrotechnikem. Tato vášeň mě dovedla do bodu, kdy jsem si odpálil nálož černého střelného prachu přímo do obličeje a proležel měsíc v nemocnici.

To můj zápal pro trřaskaviny hodně utlumilo, vlastně skoro vyléčilo. Naštěstí ve stejné době došlo k výraznému rozvoji výpočetní techniky, a tak jsem začal odpalovat v počítačových hrách.

Jste příkladem toho, že ASKO-NÁBYTEK dává příležitost všem, kteří jsou ochotni na sobě pracovat. Když jste nastoupil, měl jste představu kam až chcete nebo můžete v rámci firmy dojít?

Vůbec. Studoval jsem na vysoké škole fakultu strojní a ekonomickou. Bohužel jsem studium neukončil úspěšně. Nastoupil jsem do ASKO-NÁBYTEK „na chvíli, než si něco najdu“ na pozici montážníka. Nejspíš jsem se osvědčil, protože paní vedoucí mi nabídla pozici „kuchyňáře“. Práce na PC, kreativní, trochu technická, v kombinaci s nelehkou prací s lidmi se mi zalíbila natolik, že utekla léta a já jsem tu stále.

Můžete se jako specialista na kuchyně pochubit tou vaší doma? Baví vás vařit?

Kuchyň jsem si pořídil před více jak deseti léty, když se rušila stará prodejna v Olomouci. Postupně jsem doplnil pouze osvětlení a myčku nádobí. Pochlubit se tak mohu hlavně tím, že i po letech je linka jako nová a stále dobře slouží svému účelu. Samozřejmě občas mě nadchne nějaká novinka a napadne mě linku vyměnit, pak zvítězí hlas rozumu. Vařím rád. Moc mě nebere příprava jako třeba škrábání brambor (to jsem dělal jako brigádu v pizzerii

při studiích, brrr...), ale následné práce, krájení a vaření samotné mě baví. Nejraději pečú maso. Ať už klasicky kuřátko nebo kus krkovic, tak i pomalé pečení, nebo čím dál tím populárnější dušení/pečení v páře. Pokrm se hodiny sám připravuje v troubě a člověk se na to chodí jen jednou za čas podívat. To mi vyhovuje.

Vaše praxe montážníka je pro zákazníky určitě výhodou. Oceňují to, že víte, na co se zeptat a jaké záležitosti může montáž kuchyně přinést?

Jistě. Moje krátká praxe montážníka mě naučila, jak se který druh nábytku montuje a jak je to ve skutečnosti náročné. Ve škole, na brigádách a při rekonstrukci bytu jsem minimálně přičichl ke všem stavebním pracem, a i to mi samozřejmě pomáhá. Snažím se tak vždycky zákazníkům udělat dobrou nabídku na kuchyni včetně služeb. To znamená zaměření, dopravu a montáž. Za výsledek ručí ASKO-NÁBYTEK společně s montážní firmou a zákazník má klid. Ušetří si práci i nervy. Navíc jsme od listopadu spustili novou

doplňkovou službu odborného zapojení a revize spotřebičů. Po odjezdu montážního týmu se tak zákazník může v nové kuchyni rovnou pustit do vaření. To nám doposud chybělo k dokonalosti.

Kuchyni a nábytek obecně si člověk nekupuje často nebo pravidelně, přesto – vracejí s k vám zákazníci?

Ti spokojení se samozřejmě vracejí. Ať už přímo oni nebo jejich rodiny či přátelé. Pokud jde vše podle plánu, je každý spokojený zákazník tou vůbec nejlepší reklamou. Mám stále zákazníky, kteří víceméně pravidelně nakupují kuchyně do nájemních nebo firemních bytů.



ŠTĚPÁN MERT,

specialista prodeje kuchyní,

začínal v ASKO-NÁBYTEK před 15 lety jako montážník. Už během prvního roku se stal prodejcem kuchyní a je jím dodnes. Svou práci rozhodně nepovažuje za stereotypní, protože co zákazník, to jiné zadání, přání a požadavky. Volný čas tráví ve společnosti svých dvou pejsků a tří neteří, nejraději na procházkách v lese. Nečekaně klidně na člověka, který toužil po úplně jiném povolání.

Jak se proměnily požadavky zákazníků na nové kuchyně za dobu vašeho působení? Jsou náročnější na vybavení, služby, rychlost dodání?

Zákazníci mají dobrou představu o tom, co chtějí. I když nabídka a možnosti jsou dnes širší, práce s nimi bývá snazší. Požadavky a nároky se vyvíjejí nějak přirozeně s dobou, aspoň já mám ten pocit. Služby neustále vylepšujeme sami od sebe. Zákazníci možná náročnější jsou, ale ani my nespíme na vavřínech a snažíme se reagovat na případné nedostatky.

Běžně si kupujeme sedačky, komody, stoly nebo světla na internetu. Dá se tak „snadno“ pořídit i kuchyně nebo tento způsob prodeje nepovažujete například vzhledem k náročnosti plánování za ideální?

Lidé mají často snahu si kuchyni vymyslet, namodelovat sami. Dnes jsou na internetu volně dostupné různé plánovače. Není to však jejich denní chléb a často tak člověka nenapadne, že existuje jiné, hezčí, lepší, ergonomičtější řešení. To, že zatím stále existují kamenné prodejny a je tu možnost poradit se s „živým“ člověkem, je třeba brát jako výhodu. Často mi zákazníci posílají zadání/poptávku na e-mail. Já připravím nějaký vzorový návrh a cenovou nabídku. Proběhne vzájemná komunikace a následně se setkáme na prodejně, abychom doladili detaily, vybrali konkrétní dekor a kuchyni si „osahali“. Dobré je také vyzkoušet vhodnou výšku pracovní plochy nebo

horních skříněk a tak dál. To na internetu stále neuděláte tak snadno. Plánovaná kuchyňská linka se vyrábí přímo na míru. Možností, ať už co se týče dekoru, designu nebo rozměrových, je nepřeberné množství. Není tedy reálné mít nábytek připravený skladem a rovnou expedovat. Pár týdnů čekání je tak přiměřená daň za to, že máte pak doma jedinečný originál. S pořízením nové kuchyňské linky (pokud není přímo do novostavby) se zpravidla pojí i částečná rekonstrukce. Zákazníci tak získají dostatečný časový polštář na veškeré práce. Jde spíš o to vše si doma dobře naplánovat. Tak, aby od chvíle, kdy všechno odpojíte a vyhodíte starou linku, do namontování té nové neuběhla dlouhá doba.

Bezpochyby za sebou všichni máme „zvláštní“ dva roky. Co přejete sobě i čtenářům do toho nadcházejícího?

Věřím, že všechno dobře dopadne. A právě to bych všem přál.



Štěpánův tip

Kuchyně Easy Touch z řady Top Line

Lakovaný matný materiál je na dotek teplý, příjemný, jakoby pogumovaný. Zejména tmavší jednobarevné odstíny v kombinaci s dekorem dřeva působí velice neotřele, luxusně a zútulňují (ale pozor! opticky zmenšují) prostor.



OSTROV UPROSTŘED MĚSTA

Klidná oáza pro dva, jen kousek od jedné z nejušnějších pražských ulic. Tichý loft je díky velkým oknům zalitý příjemným světlem, jeho bílé stěny s přiznanou cihlovou strukturou rámuji moderní a minimalistický nábytek a doplňky v odstínech svěží modrozelené. Industriální kovové prvky vyvažují elegantní odstíny dubového dřeva a přírodní dekorace. Mladistvý a čistý design vytváří čtyři zákoutí, jimiž se prolínají stejné kousky s různým využitím.



DÁŠ SI ČAJ?

- Rozkládací pohovka a křeslo Marina, 9 999 Kč/7 999 Kč
- Konferenční stůl Enjoy, 2 599 Kč
- Komoda Dark, 5 999 Kč
- Imitace kravské kůže na zemi, 1 699 Kč

JEN SI TAK TROCHU ZDŘÍMNOUT

- Rozkládací pohovka Marina, 9 999 Kč
- Noční stolky Göteborg, 2 799 Kč
- Koberec, 160×230 cm, 2 599 Kč
- Věšák Lasse, 1 749 Kč



POJĎTE DÁL!

- Věšák Lasse, 1 749 Kč
- Taburety Bali, 699 Kč
- Imitace kravské kůže, 1 699 Kč
- Nástěnné zrcadlo Kathi, 1 799 Kč
- Kulaté černé zrcadlo s poličkami, 999 Kč



CO BUDE K VEČEŘI, LÁSKO?

- Jídelní stůl Bonny, 5 799 Kč
- Jídelní židle Loof, 999 Kč
- Komoda Detroit, 8 499 Kč
- Stojací lampa Arian, 3 399 Kč





MICHAL MOUREČEK

Ještě než se podíváme na vaše plány pro letošní rok, můžete se ohlédnout za tím minulým?

Na konci roku 2020 jsme si říkali, že se stalo něco, co už se určitě nebude opakovat. Pak jsme zjistili, že může, ale ještě v horší podobě. Naše prodejny nebyly uzavřeny jen dva měsíce, ale celých pět a firma musela udělat všechno pro to, aby přežila. Zákazníci, z nichž mnozí upřednostňovali nákup v kamenné prodejně, se museli rychle přeorientovat na online svět. Podle dostupných průzkumů začaly na e-shopu ve zvýšené míře nakupovat všechny věkové kategorie včetně těch starších, které musely zásadním způsobem změnit svoje dosavadní návyky. To byla ta největší změna, kterou loňský rok přinesl. Co se týče různých opatření, v tom problém nebyl, věděli jsme přesně, co máme dělat.

Jak to vypadalo v měsících, kdy jste měli otevřeno?

Počet zákazníků v kamenných prodejnách se sice snížil a nechodí k nám už třeba celá

ROSTEME S NAŠIMI ZÁKAZNÍKY

S jednatelem společnosti ASKO-NÁBYTEK, spol. s r. o. a ASKO-NÁBYTOK, spol. s r. o. Michalem Mouřečkem jsme si loni v rozhovoru pro první číslo našeho časopisu ze všeho nejvíc přáli, aby rok 2021 byl pokud možno normální. Ted' si přežeme totéž a doufáme, že tentokrát to vyjde...

rodina, ale nakupují mnohem víc, a to včetně opravdu luxusního zboží, například plánovaných věcí na zakázku. Určitě je to dáno i tím, že jsou omezené možnosti cestování a lidé mají prostředky i čas na to, aby zkrášlili nebo obnovili svůj domov. Podobná situace je ale i v jiných oborech prodeje, netýká se to jen nábytkářů.

U tak velké společnosti, jakou je ASKO-NÁBYTEK, je zásadní dlouhodobé plánování. V čem se lišily vaše úvahy na rok 2021 a o rok později?

Stručně řečeno vlastně v ničem. Plánovali jsme jako kdykoliv předtím, jen v určitých momentech jsme přehodnotili některá kritéria, třeba právě návštěvnost obchodů nebo služby zákazníkům.

Letos se tedy nedočkáme žádné zásadní změny?

Ale to určitě ano! Chystáme dvě opravdu podstatné. Především chceme zúročit naše několikaleté úsilí budování online obchodu, který bude ve všech směrech posílen a naroste o desítky procent, ať už co se týče nabídky, například bytových doplňků a dekorací, nebo v zákaznickém servisu. Stejně jako dosud si budete moci zboží objednat a vyzvednout, ale nově vám ho zašleme na adresu. A byl bych velmi rád, kdyby letošní rok byl zároveň rokem kvality. Zavedli jsme nové služby, které mají zákazníkům nakupování u nás ulehčit a zpříjemnit a velmi mi záleží na tom, aby náš servis byl ve všech směrech špičkový. Budeme pečlivě sledovat, jak jej zákazníci využívají, jak jsou s ním spokojeni a co případně můžeme vylepšit. Je snadné někam napsat, co všechno nabízíte, ale smysl to má až ve chvíli, kdy to skutečně funguje na nejvyšší možné úrovni.

Jak zákazníci poznají první z velkých změn, které jste zmiňoval, tedy růst online obchodu?

Rozhodně se to promítne v šíři nabízeného sortimentu, obohaceného o bytové doplňky, silnou marketingovou podporu e-shopu a v nových službách, které jsme spustili letos v lednu. Zásadní novinka se týká dodání zboží. Bytové doplňky budeme nově zasílat

domů a zákazník si bude moci vybrat z více typů dopravy, podle toho, jaký servis bude požadovat. A velkou novinkou je i to, že sortiment bytových doplňků budeme víc zaměřovat podle věkových kategorií. Neznamená to, že tzv. butikový prodej rozšíříme na větší prodejní plochu, spíš zefektivníme tu stávající a bude na výběr i značkové zboží, které jsme zatím v tak velké míře nenabízeli.

Můžeme se těšit i na nové prodejny?

Po loňském otevření obchodu v Havířově bychom letos rádi poprvé přivítali zákazníky také v Pardubicích a na Slovensku v Michalovicích.

Budou se tyto prodejny nějak zásadně lišit od těch stávajících?

Naším cílem je to, aby nakupování bylo pro zákazníka zážitkem, pokud možno s přesahem, s pocitem spokojenosti, který nebude omezen jen na samotnou návštěvu obchodu a zakoupené zboží. Lidé prostě dnes uvažují jinak než před deseti nebo dvaceti lety a my, obchodníci, samozřejmě také. Naše obchody budou jednodušší ve smyslu přehlednosti, k dispozici budou dotykové obrazovky s veškerými dostupnými informacemi, prodejci budou mít tablety a mohou vám okamžitě ukázat zboží v různých variantách barev nebo modelů. Nové prodejny plánujeme s ohledem na udržitelnou budoucnost v duchu „green living“, chceme, aby byly co nejméně náročné z hlediska spotřeby energie a vody nebo odpa-

dového hospodářství. Plánujeme například vybudování fotovoltaické elektrárny, součástí parkoviště by měly být nabíjecí stanice pro elektromobily. A ekologičtější uvažování se samozřejmě promítne do nabídky nových produktů včetně bio nebo z recyklovaných materiálů.

Myšlenka digitalizace je uživatelsky vstřícná, pokud funguje tak, jak má. Co bude jejím základním kamenem v ASKO-NÁBYTEK?

V druhé polovině letošního roku spustíme online aplikaci, kde se budou ukládat všechny zákaznické nákupy a účtenky či faktury, informace o servisu, nebude si tedy muset nic tisknout nebo schovávat. Díky unikátnímu QR kódu budeme moci k zákazníkovi přistupovat v mnohem osobnější rovině. Samozřejmě pokud o to bude stát. Aplikace je možnost volby, zároveň je nezbytnou součástí zákaznického programu úzce spjatého s digitalizací. Systém zákaznických karet je jednoznačně za zenitem, zavedením aplikace se posuneme na sofistikovanější úroveň servisu. Já sám se na letošní rok moc těším, nebojím se říct, že z hlediska plánovaných změn a novinek bude převratný. Byl bych velmi rád, kdyby byl už opravdu normální. Jako celý život doufám v to nejlepší, ale jsem připraven na nejhorší, což určitě pomáhá předcházet problémům. Lidé i firmy rostou s výzvami a úkoly a já doufám, že ASKO-NÁBYTEK letos poporoste o pořádný kus.



SÍLA BAREV

Můžeme mít cokoliv chceme. Nábytek, doplňky i dekorace dnes koupíme ve všech barvách, které si dokážeme představit a obklopit se tak tím, co nás těší, uklidňuje, uspokojuje nebo motivuje a co odráží naše vnitřní naladění. Inspirace je všude kolem nás, stačí otevřít počítač a hodiny se můžeme kochat krásnými fotografiemi dechberoucích interiérů. Vaše fantazie se může zhmotnit třeba díky našim tipům z ASKO-NÁBYTEK.

**Shora:**

Světlo Haval • Křeslo Ponza • Dekorativní váza •
Imitace hovězí kůže • Židle Round



Ilustrační foto



BLACK AND WHITE

Kombinace dvou protipólů barevného spektra – černé a bílé – je skutečná klasika. Pravděpodobně nikdy nevyjde z módy, působí čistě a elegantně. Důvod, proč spolu tyto dvě barvy tak dobře fungují, je v jejich dokonalé vyváženosti. Vážnost, stabilitu a určitou těžkost černé tlumí čistota a jas bílé, která jako barva světla a nového začátku zároveň pozitivně působí na naši mysl. Černobílý základ je dokonalý pro experimenty s barevnými doplňky, interiér tak můžeme snadno obměňovat podle sezóny a nálady. Černá barva hlíny a tmy je kotva, pokud má převahu, přináší noblesu a serióznost, ale opticky prostor vždycky zmenšuje. Bílá barva andělských křídel, letních obláček, nejjemnějšího porcelánu nebo sněhové peřiny vyjadřuje nekonečnou volnost a lehkost, neměla by ale působit sterilně.



Uprostřed zleva:

Šatní skříň Easy Plus • Talíř Basic Karos • Obraz Molo

Ilustrační foto

Dekorační polštář • Hrnky Tropical •
Vázy Oh my deer



BARVA JARA

Zelená patří mezi tři základní výchozí barvy, které lidské oko rozeznává mezi 10 miliony odstínů těch ostatních. Možná proto, že je symbolem přírody, života a mládí, je vnímána mnohem víc než jen jako barva. Evokuje pozitivní změnu, bezpečí a má jednoznačně povzbudivý vliv na psychiku i zdraví. Není žádným tajemstvím, že zelená barva vzniká smícháním modré, která představuje vnitřní klid a bezpečí, s optimistickou a energickou žlutou.

Dva protiklady tak vytvářejí nádhernou barvu, pro jejíž odstíny mají některé domorodé kmeny v Jižní Americe více než 200 různých pojmenování.

Jakou zelenou pozvete letošní jaro k vám domů? Hráškovou, smaragdovou, olivovou, limetkovou, mátovou, avokádovou nebo lesní zeleň?



Ilustrační foto



Ilustrační foto

Nahore a uprostred:

Kuchyně IP3050 z řady Best Line • Rohová sedací souprava Magic



PRÁCE Z DOMOVA

Je jen málo lidí, kterým ta malá potvora jménem covid nezamávala s životem. Online vyučování, zrušené dovolené, nemožnost stýkat se s rodinou nebo přáteli, nákupy jen těch nejn nutnějších věcí nebo e-shopy jako jediná možnost, když něco opravdu potřebujete. Nevyužití lístky na koncerty a divadelní představení, prázdné kavárny a restaurace, odložené svatby, ale i operace, prostě spousta více nebo méně závažných komplikací.

Ale jak už to bývá, každá mince má nakonec dvě strany a doba „covidová“ odkryla i nové příležitosti, třeba právě v oblasti online obchodu (to se týká i nabídky ASKO-NÁBYTEK, i v roce 2022 významně poroste objem zboží v e-shopu a s tím související služby). A témata, o kterých se v posledních letech začalo opatrně diskutovat, najednou plní hlavní zpravodajství. Například práce z domova neboli home office. Je nad slunce jasné, že není pro každého. Lékař ani horník si „kancl“ domů opravdu nepřestěhuje. Ale zaměstnanci tzv. kancelářských oborů, kteří k práci potřebují jen počítač a kvalitní internetové připojení, nemusí nutně každý den dojíždět do mrakodrapu v centru. Spousta profesí už na dálku pracuje dávno, aniž by to jakkoli negativně omezovalo konečný výsledek a kvalitu služby. Tedy

samozřejmě v případech, že na práci z domova má člověk buňky. Bez smyslu pro disciplínu, pevného řádu a sebekontroly to totiž nejde. Podle serveru businessinfo.cz v listopadu 2021 pracovalo na dálku celých 90 % lidí z podnikových, zákaznických a IT center, 85 % zaměstnanců si přeje mít nějakou možnost práce z domova a šest lidí z deseti to považuje za důležitý benefit. Co je ovšem podstatné, že s výkony svých podřízených bylo spokojeno 95 % manažerů a vedoucích. Jaké výhody a nevýhody vidí v práci z domova lidé z různých oborů, kteří vedou velké i malé týmy?

Pavel Maurer

gastronaut, zakladatel a vydavatel jediného nezávislého průvodce po tuzemských restauracích, nazvaného *Maurerův výběr Grand Restaurant*, organizátor mnoha úspěšných gastronomických akcí

V čem spatřujete (ne)výhody home office?

Výhody: Vlastní kuchyně, osobní WC, pes je blízko, time management, do něhož mi nikdo moc nekecá, větší koncentrace.

Nevýhody: Vyšší spotřeba energií, málo papučí.

Bez čeho se ani v domácích podmínkách při práci neobejdete? Co naopak s radostí postrádáte?

Bez kvalitní kávy, doma mleté, bio nebo fair trade. S radostí vzhledem ke svému věku postrádám „socializaci“ s některými svými pracovními kolegy.

Kdyby bylo na vás, zrušil byste práci v kancelářích a nastavil home office pro všechny? Proč ano a proč ne?

Nezrušil, protože je ještě pořád spousta věcí, které jsou nesdílitelné virtuálně.

Luboš Horčic

šéfredaktor časopisu *Stereo & Video*

V čem spatřujete (ne)výhody home office?

Výhody: Klid na práci, vlastní rozvrh, rychlejší připojení k internetu (tedy alespoň v mém případě), možnost pohodlné relaxace.

Nevýhody: Nedostatečný kontakt s kolegy, práce „od nevidím do nevidím“, rozptylují mě domácí práce.

Bez čeho se ani v domácích podmínkách při práci neobejdete? Co naopak s radostí postrádáte?

Potřebuji stoprocentně funkční PC připojené k rychlému internetu. Ale rozhodně mi nechybí bezuzdné žvanění kolegů.

Kdyby bylo na vás, zrušil byste práci v kancelářích a nastavil home office pro všechny, u kterých je to možné? Proč ano a proč ne?

Sám o sobě bych nic nerušil. Každý by měl mít možnost vybrat si, co mu ideálně vyhovuje, a to jak zaměstnanec či podnikatel, tak zaměstnavatel nebo zadavatel práce.



Ing. Andrea Dědová

ředitelka obchodního rozvoje společnosti
Pražská plynárenská Správa majetku, a. s.

V čem spatřujete (ne)výhody home office?

Výhody: Určitě úspora času na přejezdy do kanceláří. A taky pohoda v domácím oblečení, tedy pokud nejsou videokonference 😊.

Nevýhody: Ztráta sociálního kontaktu. Říká se, že po 21 dnech vzniká návyk a čím víc je člověk doma a méně fyzicky v práci, může se stát, že přichází přímo fáze „odporu“, když má najednou začít opět chodit do kanceláře. Zvláště pokud ví, že tam bude potkávat lidi, či nadřízené, se kterými úplně není naladěn na stejnou notu. Home office je určitě vhodný pro lidi, kteří dělají rutinní kancelářskou práci a nepotřebují k plnění úkolů spolupráci s ostatními. Na druhou stranu bych nepodceňovala dopady sociální izolace.

Bez čeho se ani v domácích podmínkách při práci neobejdete? Co naopak s radostí postrádáte?

Dobré internetové připojení je základ všeho a přes všechny proklamace našich operátorů jsou tyto podmínky, obzvláště v širším centru Prahy, děsivé. Samozřejmostí by měl být správný pracovní prostor (dostatečný pracovní stůl a židle), což velmi často není možné, zvláště pokud je na home office a online výuce více členů domácnosti.

A možná se to zdá nepodstatné, ale my máme v práci kantýnu, kde velmi dobře vaří. Kromě toho, že mám výběr z několika jídel, tak mi to šetří čas, který doma trávím u plotny, abych připravila oběd.

Kdyby bylo na vás, zrušila byste práci v kancelářích a nastavila home office pro všechny, u kterých je to možné? Proč ano a proč ne?

V žádném případě! Obecně je velmi přeceňované to, že lidé mohou pracovat z domova a neztratí kreativní přístup k práci, tzv. myšlení „out of box“ nebo že mají stejnou energii posouvat věci vpřed. Online meeting v určitých případech nikdy nenahradí fyzickou interakci. Tato forma kontaktu šetří čas, pokud si potřebujeme „odškrtnout“ nebo zkontrolovat plnění dílčích úkolů. Ale většinou to nefunguje jako platforma pro kreativní myšlení a nové nápady. Stejně tak je digitální kontakt tohoto typu velmi vyčerpávající psychicky, i když se to tak nemusí zdát. Udržet pozornost hodinu u obrazovky je daleko náročnější, než v případě osobní schůzky. Navíc, jak jsem uvedla v bodě 2, ne každý má doma dlouhodobě vhodné podmínky pro práci. Zároveň se nebudují lidské vztahy, které často pomohou k dosažení cíle. Obecně je určitě možné stanovit 1–2 dny dobrovolného home office ve firmě s jasně stanovenými dny. Proč? Kvůli společnému plánování práce, obzvláště, pokud je nutné fyzicky se potkat.

Andrea Štěpánová

marketingová ředitelka ASKO-NÁBYTEK,
spol. s r. o. a šéfredaktorka časopisu
ASKO Inspirace

V čem spatřujete (ne)výhody home office?

V první řadě výhody a nevýhody jsou čistě individuální – je mnoho oborů, kde práce odkudkoliv neovlivní výsledek. Já mám na obě otázky jen jednu odpověď: čas.

Když mohu vše v kanceláři probrat se svým týmem, je to velká úspora času a výsledek se zkrátka dostaví dřív. Na druhou stranu když se „lopotím“ s čísly, je jakékoliv vyrušení ztráta drahocenného času a tak jsem došla ke kompromisu. Jsou zkrátka určité práce, které dělám v klidu doma. Ale uznávám, že mám velkou výhodu, doma mám opravdu klid, jelikož mám samostatnou plně vybavenou kancelář.

Bez čeho se ani v domácích podmínkách při práci neobejdete? Co naopak s radostí postrádáte?

Bez lidí – jsem zkrátka společenský tvor a mám kreativní práci, nevěřili byste kolik nápadů se zrodí třeba jen na kávě v kuchyňce s kolegy z jiného oddělení. Co bych ráda postrádala, je dojíždění v pražské dopravě.





Kdyby bylo na vás, zrušila byste práci v kancelářích a nastavila home office pro všechny? Proč ano a proč ne?

Vím, proč nejsem politik, tato plošná rozhodnutí nejsou nic pro mě. Jsem sice důvěřivý člověk, který tvrdí, že vaši práci za vás nikdo neudělá, ale realita je prostě jiná. Mnoho lidí nemá pro práci z domova „buňky“. Ale je fajn, když je venku hezky, dodělat si práci večer. Jenže často potřebujete komunikovat s lidmi, kteří ctí (nebo musí cítit) běžnou pracovní dobu. Tak co s tím?

Tudíž je třeba najít kompromis. Ale jsem ráda, že žiji v době, kdy „home office“ už není sprosté slovo a mému týmu ho umožním kdykoliv ho potřebuje. Tak je to podle mého názoru správně.

Ing. Jan Troníček, CFA

expert životního pojištění a penzijního spoření Allianz pojišťovny, a. s.

V čem spatřujete (ne)výhody home office?

Za jasnou výhodu považuji možnost lepšího propojení pracovního a soukromého života – pracovat lze flexibilně

a nejen z tradiční kanceláře. Navíc, mohu uspořit čas nutný pro cestování do a z kanceláře. Nevýhodu vidím v omezené možnosti osobní spolupráce s kolegy z týmu.

Bez čeho se ani v domácích podmínkách při práci neobejdete? Co naopak s radostí postrádáte?

V domácích podmínkách postrádám velikost a komfort mého kancelářského stolu. A co si rád v domácích podmínkách odpustím? Asi pravidelná preventivní požární vyklizení budovy.

Kdyby bylo na vás, zrušil byste práci v kancelářích a nastavil home office pro všechny? Proč ano a proč ne?

Určitě bych plošně nic nerušil! Jsem pro to využít pozitiva obou variant práce a propojit je – budoucnost tedy vidím jako hybridní. Jsem rád, že toto je také filozofie mého zaměstnavatele.

ZRCADLENÍ

Dokonale hladké a vyleštěné sklo odrážející světlo a tedy všechno, co je před ním, může mít tisíce podob a velikostí. Obklopené rostlinami evokuje hladinu malých jezírek. Na pozadí lesní scenérie se promění v chladné zimní slunce v oparu.



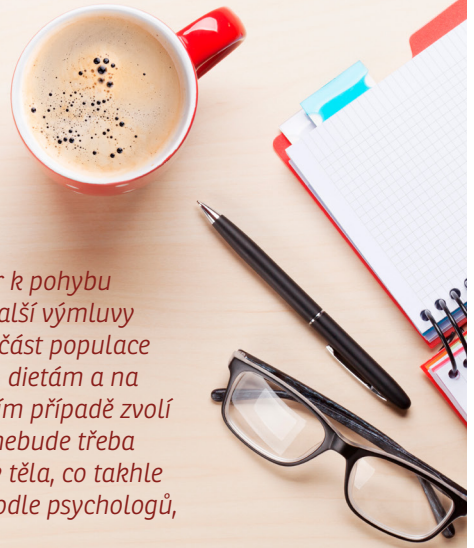
Vlevo: nahoře Rosi, 2 199 Kč, dole Pius, různé rozměry, od 999 Kč
Uprostřed: Michelle, set tří zrcadel, 529 Kč
Vpravo: Lisa, různé rozměry, od 349 Kč



Shora po směru hodinových ručiček:

Fine, 1 099 Kč • kulaté s bronzovou patinou, různé barvy, 29 Kč • ve tvaru slunce, 899 Kč •
Franka, 929 Kč • Nick, 499 Kč

ČISTÝ STŮL, ČISTÁ HLAVA



V touze odčinit tradiční stravovací hříchy a lehký odpor k pohybu vinou nedostatku slunce, plískanic, uzávěrky v práci (další výmluvy dosadte dle libosti) se začátkem roku nezanedbatelná část populace uchyluje k nákupu permanentek do fitka, krabičkovým dietám a na internetu zuřivě hledá nejrůznější formy detoxu. V lepším případě zvolí plus minus rozumnou formu, jejíž zdravotní následky nebude třeba likvidovat až do příštích Vánoc. Než se pustíte do očisty těla, co takhle pořádný detox vašeho pracovního stolu? Obojí spolu podle psychologů, tak jako tak, souvisí.

Ve filmu **Jak básníci přicházejí o iluze** navštěvuje hlavní hrdina Štěpán i nezázivné přednášky docenta Zajíce z Katedry duševní hygieny. Kolektiv pana docenta pracuje na „státním výzkumném úkolu“ s cílem navrhnout optimální rozložení pomůcek na psacím stole. Věda se dá dělat z čehokoliv, ale ať už dáte přednost Leffingwellovu nebo Bronštajnovu schématu, uspořádání obsahu zásuvek a pracovní plochy by vám rozhodně nemělo zabrat víc než dvě hodiny, neusilujete přece o doktorát z úklidu.

Začněte tím, že vystěhujete všechny zásuvky, obsah každé dáte na zvláštní hromádku – pro případ, že přece jen máte nějaký systém, byť na první pohled není zjevný. Odklidíte i všechno z desky stolu a otřete prach. Pečlivě vysajte zásuvky a vytřete je vlhkým hadříkem s trochou saponátu. Pak se pusťte do třídění.

- Připravte si čtyři papírové tašky nebo krabice: na papírový, plastový, směsný a elektroodpad, hned na začátku si tak trochu ušetříte práci. Věci rozdělte do kategorií: dokumenty, CD, USB a paměťové karty, fotografie, kontakty, pracovní a psací potřeby atd.
- Největší práci budete mít zcela určitě s „papíry“, těch se v každém stole najde tolik, že to člověka pokaždé překvapí. Projděte všechny velmi pozorně, ty důležité si pro jistotu vyfotíte (to je dobré i pro případ požáru, povodně, nevíтанé návštěvy zlodějů a dalších nehezkých událostí).
- Zvlášť uložte osobní dokumenty (rodné, oddací listy apod.), maturitní vysvědčení, vysokoškolské diplomy, očkovací průkazy a různé certifikáty o absolvování kurzů nebo jazykových zkoušek. Další kategorií budou dokumenty týkající se domácnosti, tedy pojištění, záruční listy na vybavení a spotřebiče, stavební projekty, fotodokumentace

z případné rekonstrukce (fantastická věc, už nikdy vám omylem nepřeseknou elektrické vedení nebo rozvod vody!), kupní smlouvy atd.

- Samostatný prostor dopřejte materiálům souvisejícím s vaším podnikáním nebo zaměstnáním. Před rozhodnutím o tom, co uchovat a co vyhodit, si pečlivě zjistěte, jaké jsou vaše povinnosti, třeba účetní doklady je třeba uchovávat po dobu 5 let, ale pro DPH už je to 10 let a tzv. mzdové listy pro výpočet důchodu dokonce 30 let! Naopak daňové příznání archivovat nemusíte, případně pouze doklad, že jste ho skutečně podali. Dejte pozor na blednutí účtenek – některé jsou nečitelné už po roce. Řešením je opět to, že je ofotíte/oscanujete a kopii uchováte spolu s originálem.
- Udělejte pořádek ve vizitkách. Zbavte se všech, které už neplatí, v dnešní době, kdy všechny kontakty najdete na internetu, určitě nepotřebujete vizitku do restaurace, kde jste měli před pěti lety firemní večírek. Uctívači moderních technologií si budou ťukat na čelo, proč se vůbec „zahazujete“ s papírem, ale ten, kdo utopil telefon a black out má téměř za jistý, ví své. Zachovejte obchodní kontakty a ty důležité týkající se vaší domácnosti a rodiny (lékař, pojišťovna, bankéř, dodavatelé vybavení do domácnosti).
- Nakonec roztříďte CD, USB, paměťové karty, nepotřebné ekologicky zlikvidujte a přehledně popište a uložte to, co používáte nebo by se mohlo hodit.

Roztřídněné věci rozdělte do zásuvek podle toho, jak často je potřebujete. Udělejte si výlet do papírnictví a odměňte se třeba krásnými šanony, designovou sadou kancelářských potřeb nebo zápisníků. A co takhle novou lampu z ASKO-NÁBYTEK?

ZASTAVTE ČAS

Že to nejde? A cestovat časem také ne? Přitom existuje jednoduché kouzlo, které to dokáže. Zhmotněná vzpomínka v podobě fotografie nebo obrázku vás vmžiku přenese zpátky na lůžko, do prvního dne ve školce nebo do chvíle, kdy jste se poprvé dozvěděli, že budete tři. Zarámujte své nejhezčí okamžiky a zastavte čas aspoň na chvíli.



- 1** Stříbrný, 13×18 cm, 99 Kč • **2** Poly 3, 20×30 cm, 229 Kč • **3** Sydney Taupe, 13×18 cm, 49 Kč
4 Brasil, 21×30 cm, 189 Kč • **5** Monaco Collage, 499 Kč • **6** Iceland Black, 23×23 cm, 199 Kč
7 Stříbrný trojram, 20×61 cm, 229 Kč • **8** Plastic Silver, 30×30 cm, 299 Kč

IDEÁLNÍ JÍDELNA PRO CELOU RODINU!

Večeři jen ve dvou nebo oběd s velkou rodinou – dobré jídlo a společné chvíle si vychutnejte v krásné a pohodlné jídelně. Stoly, židle a doplňky podle vaší chuti vybírejte na www.asko.cz.



 JEDNIČKA
PRO VÁŠ
DOMOV

ASKO[®]
NÁBYTEK

VŠE PRO PRÁCI Z DOMOVA



**Komoda
2-dveřová Lilly,**
dekor: dub sonoma
Rozměry: 60×70×30
1007292.0



Psacístůl Liverpool,
dekor: prkenný dub
Rozměry: 140×74×70
4588424.5



**Kancelářské křeslo
Stuart,**
materiál: černá
ekokůže
1003550.0



**Psacístůl
s regálem Lex,**
dekor: bílý mat
550505.1

Ušetřete si námahu a vyberte si jednoduše vše, čím potřebujete vylepšit
vaši domácí pracovnu, na www.asko.cz.

 **JEDNIČKA
PRO VÁŠ
DOMOV**

ASKO[®]
NÁBYTEK