

# Jak být vstřícným zaměstnavatelem

krok 5

Vytvářejte podmínky pro sladující zaměstnance.



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚTNANOST



centrum  
kašpar

PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST  
www.esfcr.cz

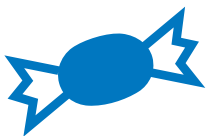
## Proč podmínky pro sladování?



Protože lidé odvádějí nejlepší výsledky, pokud mohou pracovat v klidu a beze stresu.

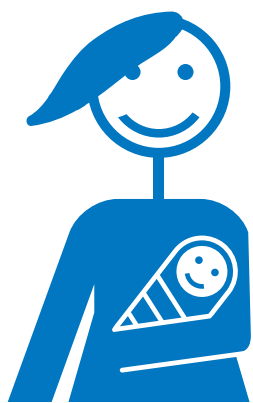
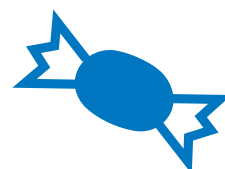


inspirujte se!



### Jana Kovaříková

Co sladuje: Práci v Nadaci Euronisa, péči o postiženého syna a velkého koníčka – hasičinu. Kromě toho studuje na vysoké škole a dobrovolně vypomáhá jako osobní asistentka.



„Pomáhá mi radost v očích dětí či seniorů, pro které něco udělám. Někdy i obyčejné poděkování. A v neposlední řadě umožnění zkráceného úvazku na mé pracovní pozici. Důležité je pochopení v rodině. Ženy na rodičovské dovolené si musí začít věřit, sebedůvěra je totiž to nejdůležitější.“



### Jaroslava Syrovátková

Co sladuje: Zaměstnání odborné asistentky na Technické univerzitě v Liberci, vedení účetnictví a také daňové poradenství. Publikuje, přednáší v zahraničí a má řadu zájmů: volejbal, mykologii, mineralogii či cestování.



centrum  
kašpar



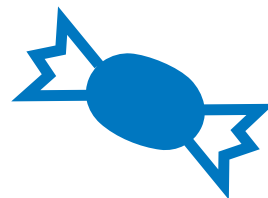
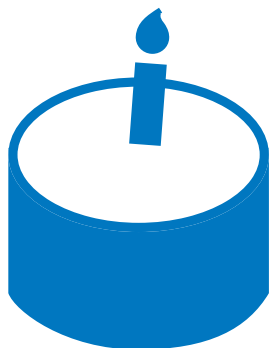
„Já mám jednoduše ráda svoji práci – je mým koníčkem. Nezbytnou podmínkou je pro mě také pružné pracovní uspořádání na univerzitě. Vždycky říkám, cokoli děláš, dělej s radostí.“



## Vendulka Procházková

**Co sladuje:** Práci finanční manažerky v Okresní hospodářské komoře v Liberci, péči o dvě postižené dcery a chov osmi psů.

„Síly nabírám v práci. Péče o dcery je pro mě mnohem více psychicky náročná než počítání milionů v zaměstnání. Je na mě, jak si rozvrhnu hodiny – využívám konto pracovní doby. Moje heslo zní: Na prvním místě jste vy, pak zase vy a pak všechno ostatní. V opačném případě si energii vyčerpáte a druhým už nemůžete nabídnout vůbec nic.“



## Lenka Bobvošová

**Co sladuje:** Pozici vedoucí sociální pracovníce v občanském sdružení D.R.A.K, vedení vlastní firmy se zdravotními pomůckami, dobrovolnickou činností (seniorské kluby, semináře pro rodiče postižených dětí), péči o postiženou dceru.

„V práci to mám rozdělené tak, že zčásti jsem v D.R.A.Ku a zčásti ve své firmě, zbytek času věnuji dceři. Veřejnost ví, že rodiče pečují, ale málokdo si uvědomí, že rodiče postižených pečují celý život. Mým osobním cílem je být zdravá, abych si mohla života užívat.“



## Markéta Puzrlová

**Co sladuje:** Provoz kavárny a čajovny EMTEA, péči o dvě děti.

„Důležité je nepropadat panice, zkusit se inspirovat a třetí věc – jít, kam tě srdce táhne. Potřebujete mít základní znalosti o tom, jak má firma fungovat, důležitá je i motivace a obrovská vytrvalost. Když se někdo obětuje bezvýhradně dětem, tak ony potom odrostou, a může tam zůstat taková ta pachuč, že se člověk nerealizoval, když měl ještě dostatek sil.“



## Tip Centra Kašpar:

Sladujete také? Máte zaměstnance/kyně, kteří sladují?

Nominujte sebe, své známé či své zaměstnance/kyně do soutěže „Pán/Paní svého času“ a podělte se o zkušenosti s námi.

Protože jen silné osobnosti vytvářejí silné příběhy...

([eva@centrum-kaspar.cz](mailto:eva@centrum-kaspar.cz))



centrum  
kašpar

