​

*Tisková zpráva, Praha, 05. 08. 2019*

Pracovní pohodě by pomohla delší dovolená i příspěvek od zaměstnavatele, v létě by Češi uvítali i větší volnost

### Určitou nepohodu v práci pociťuje přes 90 % Čechů. Na vině je zejména dlouhodobá rekordní zaměstnanost, díky které jsou zaměstnanci často ve stresu. Delší dovolená by přispěla k větší pracovní pohodě více než třetině zaměstnanců, necelé čtvrtině by pak pomohl také příspěvek na dovolenou. Vyplývá to z průzkumu společnosti Up Česká republika mezi více než 525 respondenty.

**Nejen peníze dělají pohodu**

Dlouhodobé přetěžování a stres vedoucí k únavě a napětí na pracovišti, který nyní zažívá většina zaměstnanců, jsou hlavními důsledky rekordní zaměstnanosti, která panuje v České republice. Jen   
7 % Čechů je se současným stavem v práci plně spokojeno a nic jim neschází, ostatní pociťují určitou nepohodu. Dvě třetiny z nich by se cítily v práci komfortněji, kdyby dostávaly od zaměstnavatele více peněz.

**V létě pomůže delší dovolená**

Na pohodu v práci ale zdaleka nemají vliv jen peníze. 34 % dotázaných by pomohla také delší dovolená. Ta jde ovšem ruku v ruce s vyššími finančními náklady. Proto není divu, že 24 % respondentů by se rovněž cítila komfortněji, kdyby od zaměstnavatele dostávala i příspěvek na dovolenou. *„Aby mohla dovolená jako nástroj k regeneraci plnit svůj účel, měli by zaměstnavatelé vedle délky dovolené myslet také na kvalitu trávení volného času a podporovat její zvyšování,“* říká Petra Prchlíková, ředitelka obchodu společnosti Up Česká republika.

**Volnější letní režim**

### Zaměstnanci by ale evidentně během léta uvítali možnost trávit méně času na svých pracovištích i mimo dovolené. Více než pětině respondentů by k větší pohodě v práci přispěla kratší pracovní doba. Mezi mladými lidmi okolo 30 let to stejně vnímá dokonce více než třetina zaměstnaných lidí. 15 % respondentů zase uvádí, že by jim během léta pomohla možnost pracovat z domova.

### *„Zejména v létě hrozí přetěžování těm zaměstnancům, kteří přebírají práci za své kolegy na dovolené. Proto by zaměstnavatelé měli na léto naplánovat co nejméně aktivit a pokusit se zajistit prostor k odpočinku i těm, kteří na dovolenou neodjedou,“* vysvětluje Prchlíková a dodává: „*Právě léto je proto ideální období pro práci s benefity, jako jsou flexibilní pracovní úvazky či práce z dálky.“*

**Pauza na oběd pročistí mysl**

Průzkum také potvrdil, že na pracovní pohodu zaměstnanců má vliv i jejich stravování. Více než pětina Čechů uvedla, že by jim k větší pohodě v práci pomohlo navýšení současné hodnoty stravenek, případně jejich samotné zavedení.

Přestože nominální hodnota stravenek poskytovaná zaměstnavateli každoročně roste, ne vždy pokryje běžný oběd v rámci poledního menu. „*Tento aspekt by zaměstnavatelé neměli podceňovat. Obědová pauza s možností najíst se mimo pracoviště je drobným únikem, který má však velké pozitivní dopady na pročištění mysli a další pracovní výkon zaměstnanců,“* dodává Petra Prchlíková z Up Česká republika.

Up Česká republika s.r.o., která zahájila své působení na českém trhu v roce 1995 pod názvem LeChèqueDéjeuner, je součástí mezinárodní skupiny Up Group, která dnes působí v 19 zemích celého světa. Up ČR se specializuje na zaměstnanecké benefity, ale nabízí rovněž inovativní řešení v oblasti marketingu a strategického rozvoje firem. Schopnost analyzovat aktuální situaci klientů a navrhovat a uvádět do praxe efektivní benefitní systémy a věrnostní programy, řadí společnost Up ČR k lídrům trhu určujícím trend v této oblasti. Více informací o společnosti na [www.upcz.cz](http://www.upcz.cz).