

Společné obědy zlepšují týmovost a spokojenost zaměstnanců, říkají studie

2.7.2024 - | PROTEXT

Firmám se investice do příjemného prostředí ke stolování, firemních kantýn či příspěvků na obědy výrazně vyplatí. Na 72 % respondentů v průzkumu Work in America vnímá pozitivně, pokud zaměstnavatelé dbají o zdravý životní styl svých zaměstnanců. Potvrzují to i data nasbíraná za rok 2023.

„Společné obědy pomáhají rozptýlit stres a načerpat novou energii, což se pozitivně odráží na výkonnosti celého týmu. Obědová pauza je příležitost k tomu, zjistit jaký má kolega den nebo jiné neformální komunikaci, která může výrazně přispět k soudržnosti týmu a posilovat firemní kulturu. Společné jídlo je důvěrnější činnost, než prohlížení excelovské tabulky či meeting. Z hlediska evoluce má společné stolování dlouhou tradici, která pokračuje i na dnešních pracovištích,“ přiblížil Kevin Kniffin, jeden z autorů studie.

Zpříjemnění oběda v práci se firmám vyplácí

Firmám se investice do příjemného prostředí ke stolování, firemních kantýn či příspěvků na obědy výrazně vyplatí. Na 72 % respondentů v průzkumu Work in America vnímá pozitivně, pokud zaměstnavatelé dbají o zdravý životní styl svých zaměstnanců. Potvrzují to i data nasbíraná za rok 2023. K tomu patří také dodržování pauzy na oběd a péče o zdravé stravovací návyky. K tomu, aby si zaměstnanci mohli dopřát plnohodnotný oběd, pomáhá i rozvoz s rychlým doručením, díky kterému mají zaměstnanci přístup ke kvalitnímu a vyváženému jídlu každý den.

„O společné obědy se postará služba foodora BUSINESS, která je moderní formou stravovacího benefitu od zaměstnavatele. Funguje na principu paušálu, v rámci kterého si zaměstnanec objednává cokoli, na co má zrovna chuť. Jídlo si objedná do kanceláře a obědovou pauzu může využít k utužování vztahů s kolegy místo ohřívání jídla z krabičky nebo vybíráním „menšího zla“ v podobě menička z blízké restaurace,“ vysvětluje Filip Kroupa z foodora BUSINESS.

Obědová pauza zlepšuje fyzické i duševní zdraví

Více než 90 % dotázaných ve studii Tork Institute uvedlo, že je pro ně obědová pauza relaxem a jsou po ní připraveni opět se naplno pustit do práce. Zvednout oči od práce, projít se do společné kuchyňky, promluvit si s kolegy u horkého jídla, pomáhá také s kreativitou, protože zaměstnanci změni prostředí, ve kterém byli celé dopoledne a mohou přijít s novými nápady či pohledy na práci. Navíc mají zaměstnanci, kteří jsou svým zaměstnavatelem podporováni v tom, aby v klidu obědvali, ke své firmě lepší vztah. Uvedlo to 81 % dotázaných. Chtějí být součástí své firmy, podílet se na jejím růstu a případně ji doporučit potenciálním uchazečům.

„V Česku je obědová pauza jedním z hlavních peaků doručování během dne, počet objednávek v této době roste více než 2,5násobně, což je mimochodem české specifikum, foodora v jiných zemích tento peak v podobné síle vůbec nemá. Zda si poté zaměstnanci snědí jídlo společně v kuchyňce, nebo si ho dají u pracovního stolu před počítačem, říct nedokážu. Určitě bych ale všem doporučil, aby si na jídlo během dne našli čas a nevěnovali se při něm práci, ale spíš ho strávili společně s kolegy. Dopoledne se jim určitě bude pracovat lépe,“ doplňuje Filip Kroupa.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/spolecne-obedy-zlepsuji-tymovost-a-spokojenost-zamestna>

ncu-rikaji-studie/2539088