

Plzeňský (ant) vyslyšel ženy a boří tabu: zavádí Menstruační den!

19.11.2025 - Petr Zápotocký | ANT studio s.r.o.

Digitální agentura (ant) funguje od roku 2020 na čtyřdenním pracovním režimu, který poskytuje zaměstnancům více času na regeneraci, osobní rozvoj a kreativitu. A nyní přichází další krok, který podtrhuje filozofii otevřenosti a lidskosti - Menstruační den. Tento nápad vznikl na posledním teambuildingu pod taktovkou (ant) kouče Martina Fukse a jeho ženy Báry, kde se tým ponořil do témat, o kterých se ve většině firem mlčí. Menstruace a její dopad na výkon jsou jedním z nich.



Proč Menstruační den?

Menstruace má reálný dopad na energii a pohodu žen. V (ant) věří, že by se o ní mělo mluvit otevřeně. Menstruační den není „výhoda“, ale uznání reality, které ženy každý měsíc čelí. Křeče, migrény, vyčerpání... to jsou běžné překážky bránící výkonu. Ať chceme, nebo ne. Ať je nám to příjemné, nebo není. A v největší marketingové agentuře na západě Čech vědí, že když žena dostane prostor k odpočinku, je **další dny produktivnější a spokojenější**.

Když tělo říká STOP, v (ant) říkají OK aneb Jak to funguje?

Každý měsíc si žena může vzít 1 den volna. Kdykoliv to potřebuje. Kdykoliv cítí, že “dneska to nejde”. **Bez vysvětlování. Bez nutnosti předstírat**, že jde o něco jiného. Toto téma v agentuře řeší na rovinu, lidsky.

Kultura, která respektuje realitu

V (ant) pod vedením Petra Zápotockého dlouhodobě vytvářejí prostředí, které respektuje individuální potřeby každého člověka. Kromě Menstruačního dne nabízí flexibilní pracovní dobu a možnost práce odkudkoliv, což umožňuje nastavit si vlastní pracovní rytmus, který podporuje produktivitu i zdraví.

Obrovská vlna reakcí

Po oznámení zavedení Menstruačního dne se **na sociálních sítích strhla obrovská vlna reakcí - stovky komentářů, tisíce interakcí**. To jen potvrzuje fakt, že se otevřelo téma, které v každém nějak rezonuje. Reakce jsou rozmanité. Od vděčnosti po obavy i opovržení ve stylu *“jiní to s práškem na bolest zvládají, tak proč ne ty”*. Tento mindset je daleko od smýšlení (ant). Mnoho žen sdílelo své zkušenosti s bolestmi a křečemi, což jen potvrdilo správnost tohoto rozhodnutí.

I nadále (ant) pokračuje v otevřené komunikaci a uznává, jak důležité je mluvit o tématech bez tabu. Protože když se věci dělají jinak, nemusí to vonět každému. Ale taky to může změnit svět k lepšímu. A tím by (ant) chtěl inspirovat.

O agentuře (ant):

(ant) je digitální full-service marketingová agentura, která se zaměřuje na budování silných značek a (WOW) digitálních zážitků. V (ant) dbají na otevřenost, flexibilitu a podporu zdraví a kreativity, což se odráží i v pracovním režimu a komunikaci.

<https://www.antstudio.cz/>