



Správně zařízená domácí pracovna zvýší produktivitu. Jak na to?

Praha, 25. srpna 2015 – Někteří lidé neradi pracují z domova, protože se necítí tolik výkonní jako v kanceláři. Většinou je to ale jen proto, že si neumí vytvořit vhodné podmínky. Jak by tedy měla domácí pracovna správně vypadat, aby nenarušovala harmonii domácnosti a zároveň poskytla produktivní a motivující prostředí?

Na začátek je potřeba si říct, zda budete pracovnu využívat jen příležitostně, nebo každý den. V prvním případě si můžete více vyhrát s designovými prvky a zakomponovat pracovnu stylově třeba do obývacího pokoje. V druhém případě je lepší vytvořit si svůj koutek, který lze od zbytku domácnosti oddělit. I kdyby třeba jen knihovnou nebo paravánem. Kromě toho je také potřeba daleko více než na design myslet na funkčnost vybavení.

„Snad nejčastější chybou lidí pracujících z domova je to, že neoddělují pracovní prostor od obytného. Gauč v obýváku ani jídelní stůl v kuchyni vám pravděpodobně dlouhodobě vyhovovat nebudou, nehledě na to, že takové prostředí rozptyluje od práce,“ vysvětluje Margaréta Švecová, interiérová designérka Bonami.cz.

Nábytek

Co je při zařizování pracovny úplně nejdůležitější? V první řadě neváhejte investovat do kvalitní pracovní židle a stolu. Oba kusy nábytku by měly být pohodlné a výškově nastavitelné.

„Nejlepší je sedět na tzv. aktivní židli, která se hýbe s vámi a nezatěžuje tolik záda. Skvělý a levný doplněk ke klasické židli je gymnastický míč,“ radí Margaréta Švecová.





Světlo

Neméně důležité je správné osvětlení, a to jak denní, tak umělé. Nejlepší pro naše oči je přirozené denní světlo, proto je v pořádku umístit stůl k oknu. Ujistěte se jen, že vám při práci slunce nesvítí do monitoru a také že si při práci nestíníte rukou. Pozor dejte i na příliš silné žárovky ve stolní lampě, ty zbytečně unavují oči.

„Pokud vám prostor nedává moc příležitostí a slunce je příliš silné, pořídte si rolety, které tlumí sluneční paprsky, ale propustí samotné světlo,“ přidává tip Margaréta Švecová.



Barvy

Co se týče výběru barev, nejlepší jsou přírodní odstíny, ideálně odstíny dřeva, protože nenamáhají oči. „Vhodná alternativa ke dřevu je například bílý laminát, doplněný třeba dřevěnou podlahou,“ vysvětluje Margaréta Švecová z Bonami.cz. Unaveným očím pomáhá relaxovat zelená barva. Nemáte-li výhled z okna do zeleně, můžete část stěny vymalovat nebo použít barevnou tapetu. Je lepší se vyvarovat extravagance a agresivních barev, které ruší soustředěnost při práci.

Doplňky

Zaměřte se na funkční a praktické pomocníky. V kanceláři oceníte nástěnky, pořadače, stojany na psací potřeby nebo organizéry. Odborníci radí nepřehánět to se zútulňováním pomocí čistě dekorativních doplňků.

„Z pohledu produktivity není dobré dělat si z kanceláře obývací. Samozřejmě je ale v pořádku použít v přiměřené míře například květiny. Nejdůležitější je totiž vytvořit v interiéru podvědomou pohodu, díky které se vám bude





pracovat dobře,“ dodává Margaréta Švecová.

Kontakt pro média

Michala Gregorová

gregorova.michala@gmail.com

608 817 565

www.nejsmeagentura.cz