

E-BOOK O TYM Jak działać na luzie



Lato w biurze to wyzwanie – nie tylko dla naszej wydajności, ale i dla dobrego samopoczucia. Jak radzić sobie z upałem, jak zaplanować urlopy bez stresu i jak rozwiązać biurową "wojnę o klimę"? W tym e-booku znajdziesz praktyczne porady, proste rozwiązania i sprawdzone triki, które pomogą Ci komfortowo i efektywnie przejść przez gorące miesiące w pracy. Krótko, lekko i z humorem – idealna lektura na letnią przerwę przy kawie!



O nas

W Domator 24 wierzymy, że miejsce, w którym pracujesz i odpoczywasz, ma znaczenie. Dlatego tworzymy meble, które po prostu pomagają Ci czuć się dobrze – wygodne fotele, funkcjonalne biurka, solidne szafy. Takie, które służą latami i które po prostu się lubi.

Jesteśmy polską firmą, ale przede wszystkim – jesteśmy ludźmi. Pracujemy razem, wspieramy się, słuchamy siebie nawzajem. Cieszymy się, gdy nasze meble trafiają do Waszych domów i biur, bo wiemy, że pomagają Wam w codziennych chwilach – w pracy, w nauce, w zabawie.

Dla nas ważne jest, żeby było wygodnie, solidnie i... po ludzku. Bo wierzymy, że dobre rzeczy tworzy się z sercem.

“

*Dobre rzeczy tworzą ludzie,
nie stanowiska.”*

Spis treści

Jak przetrwać upały w pracy?

Praktyczne sposoby na radzenie sobie z wysoką temperaturą

01

Obowiązkowy urlop – jak wspólnie zaplanować pracę w zespole?

Wspólne planowanie urlopów, żeby nie sparaliżować pracy

02

Bitwa o klimę – jak rozwiązywać konflikty o temperaturę w biurze?

Jak znaleźć kompromis i zadbać o komfort wszystkich?

03

Dodatkowo

Linki do webinarów, poradników

04



01 Gorąco w biurze – jak przetrwać upały w pracy?

Lato w biurze potrafi dać się we znaki. Wysokie temperatury obniżają koncentrację i sprawiają, że nawet najprostsze zadania wydają się trudne. Co możesz zrobić? Postaw na lekką, przewiewną odzież, pij dużo wody i wybieraj miejsca w cieniu. Małe biurowe wentylatory, rośliny oczyszczające powietrze i częstsze krótkie przerwy mogą uratować Twój dzień. A jeśli masz możliwość – zapytaj szefa o home office w najgorętsze dni!



02

Obowiązkowy urlop – jak wspólnie zaplanować pracę w zespole?



„Planowanie to nie tylko zadania, to także wzajemne zrozumienie i szacunek dla czasu innych.”

Sezon urlopowy nie musi oznaczać chaosu. Wystarczy odrobina dobrej organizacji. Wspólne planowanie urlopów to nie tylko kalendarz na ścianie – to umiejętność rozłożenia obowiązków tak, by firma działała bez przerw. Transparentność, otwarta komunikacja i wzajemne wsparcie sprawią, że nikt nie będzie musiał odbierać telefonów z plaży. Pamiętaj: dobrze zaplanowany urlop to podstawa regeneracji!



03

Bitwa o klimę – jak rozwiązywać konflikty o temperaturę w biurze?

Dla jednych 22°C to raj, dla innych – arktyczna zima. W biurach latem często toczy się cicha wojna o klimatyzację. Jak znaleźć złoty środek? Ustalcie wspólnie minimalną i maksymalną temperaturę komfortu. Możesz zaproponować strefy chłodniejsze i cieplejsze lub... osobiste wentylatory. W konflikcie o klimę kluczowa jest rozmowa – i wzajemny szacunek dla różnych potrzeb.

Dodatkowo



Webinar

[Jak zarządzać czasem i uwagą](#)

Kierunki
popularnych
wakacji

[Najlepsze kierunki na wakacje 2025](#)

Urlop
obowiązkowy

[35 dni urlopu w 2025r.](#)

Jak działać na luzie