

Oslava Európskeho mesiaca diverzity 2025

Ako sa môžem zapojiť?



„Prečo by sa firmy mali zapojiť do Európskeho mesiaca rozmanitosti? Pretože v prípade miliónov ľudí sú to práve ony, kto zohráva dôležitú úlohu v tom, aby sa Únia rovnosti stala realitou. Tým, že sa firmy zaviazú podporovať rozmanitosť a začlenia ju do svojich pracovných zásad, môžu vytvoriť priestor, kde každý prosperuje a môže byť skutočne sám sebou. Tento rok v máji sa nezabudnite pripojiť k hnutiu, ktoré oslavuje inkluzívne, nediskriminujúce pracovisko a má pozitívny vplyv na spoločnosť.“

Hadja Lahbib

Európska komisárka pre rovnosť

Úvod

Európsky mesiac diverzity organizuje Európska komisia prostredníctvom Európskej platformy chárt diverzity spolu s členmi a signatármi.

Hlavným zmyslom Európskeho mesiaca diverzity je spojiť rôznych účastníkov – charty diverzity, malých i veľkých zamestnávateľov, súkromné podniky, verejné orgány a neziskové organizácie okolo jedného spoločného cieľa, ktorým je podpora diverzity a začlenenia na pracovisku aj v celej spoločnosti.

Bez ohľadu na to, či ste signatárom niektorej z chárt diverzity, tento mesiac je príležitosťou, kedy môžete prejaviť svoj záväzok, oslavovať alebo presadzovať diverzitu na pracovisku a oveľa viac. Je to čas, kedy môžete vo svojej spoločnosti zvyšovať povedomie o výhodách diverzity a začleňovania a ukázať ich pozitívny vplyv na vašu organizáciu.

Môžete sa tiež zapojiť tým, že zorganizujete interné akcie pre svojich zamestnancov (alebo spolu s nimi), usporiadate akciu pre verejnosť, vašich zákazníkov alebo dodávateľov, prípadne svoj postoj zverejníte na sociálnych sieťach. Presadzovanie diverzity a vytváranie inkluzívnych pracovísk je dlhodobou výzvou. Účasť na Európskom mesiaci diverzity je však skvelým spôsobom, ako vašu snahu zviditeľniť.

Táto príručka vám ponúka širokú paletu nápadov, ako zapojiť vašich zamestnancov aj iné osoby spojené s vašou spoločnosťou, a čo najlepšie využiť túto príležitosť na podporu diverzity a začlenenia.



Trvalý záväzok

Európsky mesiac diverzity je skvelou príležitosťou, ako formalizovať záväzky vašej organizácie v oblasti diverzity prostredníctvom:

- zakotvenia **diverzity ako kľúčovej hodnoty** organizácie,
- prepojenia diverzity s **poslaním a celkovou stratégiou** organizácie,
- formalizácie záväzku k **diverzite a začleňovaniu tímu, že ho zahrniete do oficiálnej dokumentácie**, napr. vyhlásenia organizácie o diverzite a začleňovaní, kódexu správania, zmlúv s dodávateľmi a pod.,
- **podpísania charty diverzity**,
- internej a externej **komunikácie** o vašom úsilí v oblasti diverzity a začleňovania a metriky s konkrétnymi údajmi,
- **vytvorenia interných sietí** zameraných na rôzne aspekty diverzity,
- **vymenovania špecializovaného pracovníka pre diverzitu**,
- **vytvorenia pracovnej skupiny pre diverzitu a/alebo riadiaceho výboru** pre projekty v oblasti diverzity.

Dôvody, prečo sa zapojiť do Európskeho mesiaca diverzity

Zvýšte viditeľnosť

Zdôraznite hodnotu diverzity pred svojimi zamestnancami, zákazníkmi, dodávateľmi alebo všeobecne u verejnosti a zvýšte ich povedomie, aké výhody prináša.

Chod'te príkladom

Posilnite svoju reputáciu a postavte sa pevne za princípy diverzity a rovnosti. Oplatí sa vám to, keď budete naberať nové talenty alebo sa budete snažiť si ich udržať alebo keď budete chcieť prilákať nových zákazníkov a zvýšiť tak svoj zisk.

posilnite vzťahy

Budujte pevnejšie vzťahy so svojimi zamestnancami, dodávateľmi, obchodnými partnermi i zákazníkmi.

Pripojte sa k sieti

Staňte sa súčasťou celoeurópskej siete – spoločne môžeme byť hybnou silou zmeny k lepšiemu!

Podpora duševného zdravia a pohody na pracovisku

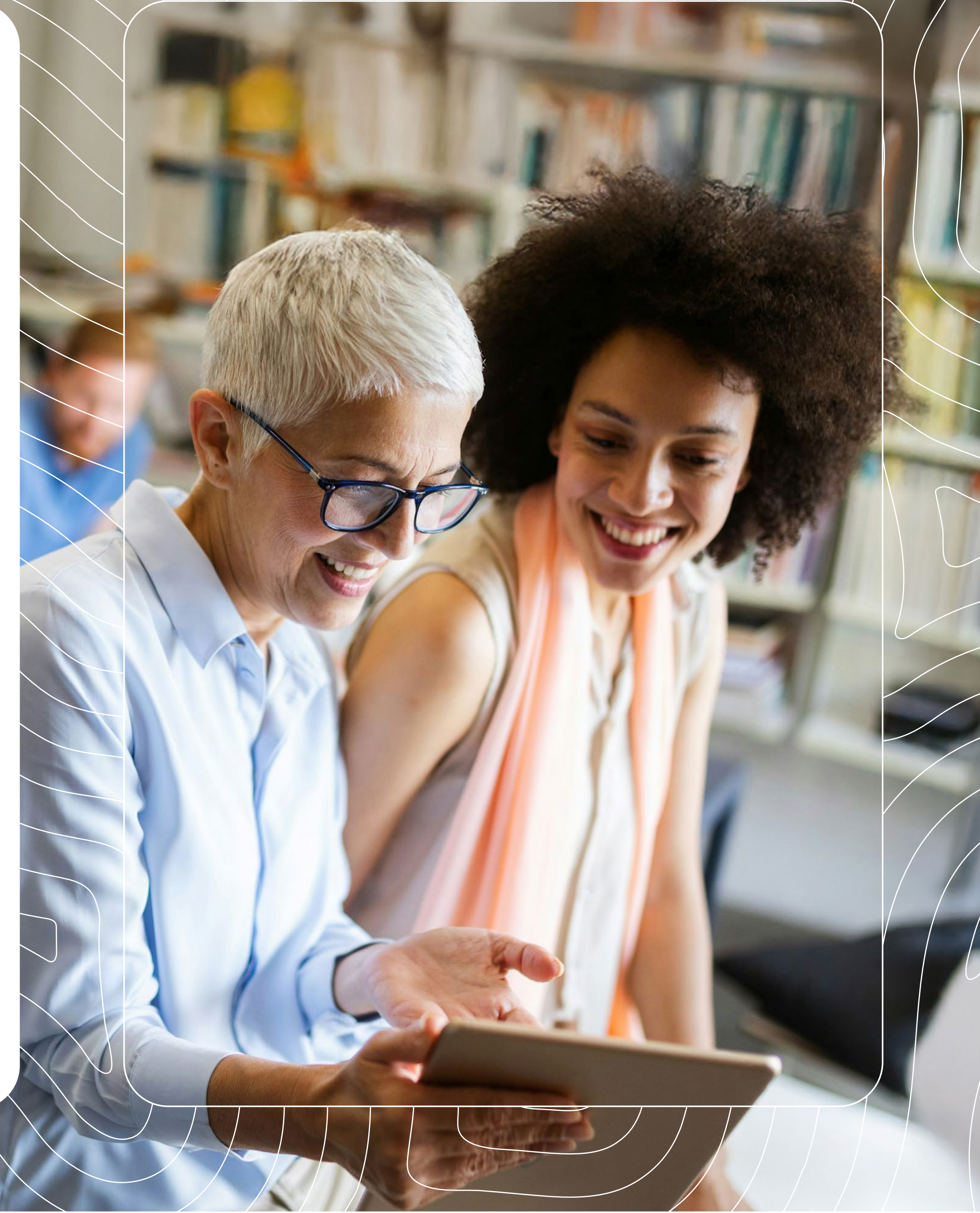
Európa aj svet si za posledné roky prešli nebyvalými krízami, ktoré narušili každodenný život a otriasli dôverou ľudí. Inflácia a zvyšujúce sa náklady na život zvýšili tlak na ľudí. Zrýchlená digitalizácia, demografické zmeny a radikálny posun na trhu práce predstavujú výzvy aj príležitosti, ale môžu tiež zvyšovať pocit neistoty a úzkosti.

Ešte pred vypuknutím pandémie COVID-19 sa problémy s duševným zdravím v Európskej únii dotýkali iba **1 človeka zo 6**. V dôsledku kríz, ktoré sme za posledných niekoľko rokov zažili, sa táto situácia zhoršila. Až **27 %** pracovníkov uviedlo, že za posledných dvanásť mesiacov zažívali stres, depresiu alebo úzkosť súvisiacu s prácou.

Riešenie problémov v oblasti duševného zdravia je preto nevyhnutné na zvýšenie odolnosti a zdravia jednotlivcov i spoločnosti. Duševné zdravie je základný kameň produktívnej ekonomiky a inkluzívnej spoločnosti, ktorá presahuje individuálne/rodinné záujmy. Ak sa v oblasti duševného zdravia nepodniknú žiadne kroky, náklady bývajú značné – dosahujú až **600 miliárd** EUR ročne a predpokladá sa, že táto čiastka bude ďalej rásť.

Faktory, ktoré určujú stav duševného zdravia, kolidujú s existujúcimi nerovnosťami v spoločnosti, vďaka čomu sú niektorí ľudia vystavení vyššiemu riziku zhoršenia duševného zdravia ako iní. Podpora rovnosti v našich spoločnostiach je dôležitým nástrojom prevencie všade tam, kde sa ako príčina zhoršeného duševného zdravia objavuje diskriminácia na základe pohlavia, rasy alebo etnického pôvodu, náboženstva alebo viery, zdravotného postihnutia, veku alebo sexuálnej orientácie.

Aj z tohto dôvodu sa **Európsky mesiac diverzity 2025 zameriava na podporu duševného zdravia a pohody na pracovisku**. Rozmanité a inkluzívne prostredie môže významne ovplyvniť duševné zdravie a celkovú pohodu zamestnancov. Aktívnym bojom proti diskriminácii a podporou začleňovania je možné tieto škodlivé stresové faktory na pracoviskách znižovať. Férové zaobchádzanie a rovné príležitosti prispievajú k pocitu spravodlivosti a rovnosti, ktorý je pre duševnú pohodu nevyhnutný.





Ako môžete podporiť duševné zdravie a pohodu na pracovisku?

- Usporiadajte **seminár o znižovaní stresu**
- Urobte niečo pre fyzickú kondíciu – **zacvičte si spolu**
- **Tiché zóny:** vytvorte tiché zóny alebo relaxačné priestory, kde si zamestnanci môžu oddýchnuť a uvoľniť sa
- Vytvorte výzvu pre zamestnancov organizácie „**Cítim sa dobre**“
- **Ambasadori duševného zdravia:** Vymenujte ambasádorov alebo lídrov duševného zdravia v rámci organizácie, ktorí budú poskytovať podporu svojim kolegom a zvyšovať povedomie o duševnom zdraví
- **Dni duševného zdravia:** umožnite, aby si zamestnanci mohli vybrať voľno z dôvodu starostlivosti o duševné zdravie a neboli pritom stigmatizovaní; podporujte dôležitosť starostlivosti o seba
- **Wellness programy:** zaveďte wellness programy, ktoré by zahŕňali aktivity, ako sú joga, meditácia alebo lekcie fitness s cieľom znížiť stres a podporiť fyzické zdravie
- **Flexibilné pracovné podmienky:** ponúknite flexibilný pracovný čas, možnosť práce na diaľku alebo možnosť prispôbiť si pracovný harmonogram osobným potrebám
- **Flexibilný výber sviatkov:** umožnite zamestnancom vymeniť si štátne sviatky za kultúrne alebo náboženské sviatky, ktoré majú pre nich osobne väčší význam.
- **Teambuildingové aktivity:** usporiadajte teambuildingové aktivity a spoločenské akcie s cieľom podporiť pocit komunity a spolupatričnosti
- **Inkluzívne pracovisko:** zabezpečte, aby všetky pracoviská, vrátane toaliet a relaxačných priestorov, boli genderovo neutrálne a prístupné všetkým, vrátane transgender a nebinárných osôb

Na čo myslieť, keď sa chcete zapojiť do Európskeho mesiaca diverzity

- Zvoľte si termín:** môžete si vybrať konkrétny deň, týždeň alebo celý mesiac, v ktorom sa na diverzitu vo vašej organizácii zameriate.
- V rámci príprav vašich aktivít sa nezabudnite **zladiť s národnými akciami** a hlavne s Národným dňom/týždňom diverzity. Viac informácií získate prostredníctvom vašej národnej charty diverzity.
- Podporte svojich zamestnancov, aby prispeli** svojimi nápadmi a zapojili sa do plánovania. Tým zaistíte, že sa naozaj zapoja a podporíte inovatívnosť.
- Jasne definujte cieľ** každej akcie (napr. zvýšiť povedomie o problematike, zdieľať znalosti, informovať atď.).
- Zorganizujte akcie:** naplánujte a usporiadajte online akcie pre svojich zamestnancov alebo akcie pre verejnosť otvorené všetkým.
- Zapojte zamestnancov** do organizačných, logistických a osvetových aktivít; použítie skutočných ľudí na plagátoch, vo videách či článkoch v ostatných vyvolá silnejšiu odozvu.
- Oslovte expertov**, neziskové organizácie a spoločnosti, ktoré sa zameriavajú na témy rozmanitosti, ktorými sa chcete v rámci svojich školení a workshopov zaoberať.
- Nezabudnite **svoje aktivity zdokumentovať** (fotky, videá, dokumenty atď.).
- Uistite sa, že sa všetci cítia rešpektovaní** a vítaní v plánovaných aktivitách, čo im umožní zúčastniť sa v rozsahu, v akom sa cítia pohodlne.
- Vždy **sa snažte získať spätnú väzbu**.



Praktické nápady, ako podporiť diverzitu na pracovisku

KAMPANE NA ZVÝŠENIE POVEDOMIA A ZAPOJENIE VEDÚCICH PRACOVNÍKOV

- Spustíte celopodnikovú **kampaň na zvýšenie povedomia**, ktorej sa môžu zúčastniť aj iné osoby spojené s vašou spoločnosťou.
- Pripravte **audiovizuálny odkaz alebo blog**, v ktorom **riaditeľ vašej spoločnosti alebo iní členovia vyššieho manažmentu** zdôraznia dôležitosť diverzity a začlenenia.
- Pripravte **kampaň na podporu solidarity**, ktorá zdôrazní a podporí marginalizované alebo nedostatočne zastúpené skupiny vo vašej organizácii alebo miestnej komunite.

ZAMESTNANECKÉ SKUPINY A DUŠEVNÁ/FYZICKÁ POHODA

- Uľahčite na pracovisku zriadenie **zamestnaneckých skupín**, ktoré sa budú venovať rôznym aspektom diverzity.
- Urobte konkrétne kroky na zmenu pracovného prostredia a investujte do **spokojnosti svojich zamestnancov**. Zaistite, aby sa zamestnanci do tohto procesu aktívne zapojili.
- Ponúkajte **mentorské programy zamerané na diverzitu**.

ZDIEĽANIE A POČÚVANIE OSOBNÝCH PRÍBEHOV

- Vytvorte platformu, kde môžu zamestnanci zdieľať svoje **osobné príbehy a skúsenosti** (články na intranete, neformálne diskusné skupiny alebo online workshopy s externými partnermi).
- **Publikujte osobné alebo inšpiratívne príbehy** na tému diverzity a začleňovania od svojich zamestnancov alebo napíšte článok, ktorý zhrnie hodnoty vašej organizácie.
- Pripravte **rozhovory s odborníkmi v spoločnosti**, ktorí sú známi kompetentnosťou na oblasť diverzity. Diskutujte o výzvach, ktorým čelili, o najdôležitejších skúsenostiach, ktoré získali, a o tom, čo sa im podarilo. Podelte sa o tieto príbehy na sociálnych sieťach.

PRIESKUMY A MECHANIZMY SPÄTNEJ VÄZBY

- Usporiadajte prieskum, aby ste **od svojich zamestnancov získali spätnú väzbu** k zásadám vašej spoločnosti pre oblasť diverzity. Zvážte možnosť, že to budete robiť pravidelne, aby ste mali prehľad o skúsenostiach a potrebách svojich zamestnancov.
- Vytvorte a zaveďte **jasné a diskkrétne postupy na hlásenie** prípadov diskriminácie.

VYJADRITE SVOJU PODPORU PRE #EUDIVERSITYMONTH

- Pridajte **k svojmu e-mailovému podpisu propagačný text**, ako napr. „Každý by mal mať právo byť tým, kým je – bez ohľadu na to, kde práve je. Oslavujte rozmanitosť spoločne s nami!“
- **Vytvorte krátke videá**, na ktorých vaši zamestnanci zdôrazia spôsoby diverzity vo vašej spoločnosti, ako diverzitu podporujete a ako ste ju integrovali do vašich zásad pre začlenenie. Zdieľajte tieto videá na sociálnych sieťach, ako sú LinkedIn, Facebook, Twitter alebo Instagram, aby ste oslovili širšie publikum.
- Pridajte **na vaše webové stránky online banner**, napr. „Oslavujme spoločne Európsky mesiac diverzity“.
- **Zdieľajte propagačné odkazy** na sociálnych sieťach spoločnosti. Povzbudte zamestnancov k tomu, aby tak urobili aj na svojich osobných účtoch. Využívajte špeciálne označenie **#EUDiversityMonth**.

KOMUNIKÁCIA A ZDIEĽANIE INFORMÁCIÍ

- Informujte a zapojte svojich zamestnancov pomocou intranetu a zdieľajte **relevantné novinky**, aktualizácie, pozvánky na akcie týkajúce sa rozmanitosti.
- Pripravte špeciálne vydanie **spravodaja, ktorý bude venovaný máju ako mesiacu diverzity**, a ktorý bude zároveň obsahovať tipy a aktivity na podporu inkluzívneho ducha či otvárať diskusiu na túto tému.
- **Vyzvite zamestnancov, aby sa podelili o svoje názory** na inkluzívne postupy na vašom pracovisku a zdieľali svoje príbehy v spravodajcoch alebo na sociálnych sieťach.
- Podporte zamestnancov, aby využili **nástenky** (alebo virtuálnu tabuľu) a podelili sa o to, ako podporujú diverzitu v organizácii. Zdieľajte plagáty z násteniek na sociálnych sieťach alebo vytvorte „múr dobrých myšlienok/prianií“.
- **Vytvorte a distribuuajte brožúry alebo letáky** pre zamestnancov alebo iné osoby spojené s vašou spoločnosťou, ktoré sa budú zaoberať diverzitou a začlenením.
- Vytvorte a propagujte **e-learningový modul** venovaný diverzite a začleneniu. Využite zdroje zo svojej charty diverzity alebo vytvorte nový obsah.

INTERNÉ AKCIE

- Usporiadajte (virtuálne) **stretnutia** alebo „raňajky“ na zvýšenie povedomia o problematike diverzity, na ktorých vystúpia inšpirujúci rečníci.
- Zorganizujte (online) **školenia, workshopy alebo semináre** zamerané na témy z oblasti diverzity, nevedomých presvedčení, diskriminácie na pracovisku alebo inkluzívneho jazyka. Usporiadajte online stretnutia určené špeciálne pre manažment, aby ste sa uistili, že idú príkladom.
- Pripravte (online) **fotografickú výstavu** na tému „Čo znamená diverzita pre vašich zamestnancov?“
- **Pravidelne organizujte online „kaviarenské“ chaty**, kde môže manažment vašej spoločnosti názorne predviesť, ako aktívne podporuje diverzitu na pracovisku.
- **Usporiadajte celofiremnú konferenciu** na tému diverzity a zapojte do akcie vyššie vedenie. Zamerajte sa na všeobecné témy súvisiace s diverzitou alebo na konkrétne aspekty relevantné pre vašu organizáciu.
- **Premietnite film / usporiadajte koncert alebo divadelné predstavenie** o diverzite s následnou skupinovú diskusiou, aby ste prehĺbili pochopenie problematiky.
- Spojte sa so svojimi zamestnancami aj mimo priestorov firmy prostredníctvom **športových aktivít**, napríklad môžete usporiadať „Prechádzku za diverzitou“. Môžete počas nej diskutovať o témach súvisiacich s diverzitou a začleňovaním. Pozvite tiež inšpiratívnych rečníkov zo sveta športu.
- **Usporiadajte pre svojich zamestnancov hry, súťaže a kvízy s témou diverzity** so symbolickými odmenami pre víťazov. Týchto súťaží a kvízov sa môžu zúčastniť aj iné osoby spojené s vašou spoločnosťou.
- Usporiadajte akciu, na ktorej prepojíte rôznych kolegov (**tzv. „buddy“ program**), aby sa bližšie spoznali a mohli sa od seba učiť. Určite sa oplatí pripraviť niektoré otázky alebo spoločné úlohy vopred.
- Usporiadajte **deň na tému „kráčaj v mojich topánkach“**, ktorý umožní zamestnancom zažiť pracovný deň niektorého z kolegov s inou východiskovou situáciou, napríklad zdravotne postihnutej osoby, osoby iného pohlavia alebo pôvodu.
- Usporiadajte **literárny večer**, počas ktorého účastníci môžu preskúmať tému diverzity prostredníctvom knihy zameranej na niektorý z aspektov diverzity. Po spoločnom prečítaní textu môžu účastníci usporiadať skupinovú diskusiu a podeliť sa o svoje myšlienky, ako tento príbeh prehĺbil ich chápanie diverzity.
- **Oslávte Deň kultúrnej diverzity** workshopom o tom, ako zlepšiť medzikultúrne povedomie. Diskutujte o hodnote, ktorú kultúrna diverzita prináša, nad dôležitosťou medzikultúrneho dialógu a nad potrebou bojovať proti stereotypom a predsudkom, aby sa zlepšili porozumenie a spolupráca.
- Poskytnite príležitosť **dozvedieť sa o rôznych kultúrach** (jedlo, náboženstvo, jazyky atď.)
- **Mesiace dedičstva**: oslávte rôzne „mesiace dedičstva“ (napr. mesiac černošskej histórie, mesiac dúhovej hrdosti, mesiac hispánskeho dedičstva), ktoré budú doplnené vzdelávacími akciami, hosťujúcimi rečníkmi a tematickými aktivitami.
- **Dni uctenia tradičných odevov**: usporiadajte tematické dni, počas ktorých budú zamestnanci podporení v tom, aby mali na sebe tradičný odev svojej kultúry.
- Zorganizujte akcie alebo iniciatívy, ktoré **názorne predvedú solidaritu s miestnymi komunitami**. Príkladom je dobrovoľníctvo v miestnej charite alebo účasť na projektoch, ktoré zabezpečujú služby miestnej komunite.

AKCIE A INICIATÍVY ZAMERANÉ NA VEREJNOSŤ

- **Usporiadajte akcie otvorené verejnosti na podporu rozmanitosti a začleňovania, napríklad „Beh rozmanitosti“ alebo „Cenu za rozmanitosť“**, na ktorých sa stretnú vaši zamestnanci a verejnosť.
- **Zorganizujte diskusiu pri okrúhlym stole** za účasti odborníkov z tejto oblasti.
- **Pripravte a predstavte špeciálne výrobky alebo služby** na oslavu Európskeho mesiaca diverzity. Vytvorte špeciálne edície, ktoré budú pripomínať váš záväzok k diverzite a začleňovaniu a zdôrazňovať aktivity vašej organizácie podporujúce tieto hodnoty.
- **Nadviažte partnerstvo s miestnymi neziskovými organizáciami, školami, miestnymi orgánmi a ďalšími spoločnosťami**, aby ste sa mohli podeliť o svoje odborné znalosti a nápady.
- **Podporujte mentoring** v prípade uchádzačov o zamestnanie s rôznymi schopnosťami a zručnosťami.
- **Zapojte sa do dobrovoľníckych aktivít** ako organizácie alebo umožnite svojim zamestnancom zapojiť sa dobrovoľníckych aktivít počas pracovnej doby v priebehu Európskeho mesiaca diverzity.
- **Usporiadajte virtuálne dni otvorených dverí** pre svojich zákazníkov a verejnosť. Využite tieto možnosti na predstavenie vašich iniciatív v oblasti diverzity a začleňovania a oslovte širšie publikum.
- **Sponzorujte akcie a/alebo sa zúčastnite podujatí organizovaných inými organizátormi**, ako sú miestne „Pride“ aktivity.



Niektoré témy, ktorými sa môžete zaoberať

ROVNOSŤ MUŽOV A ŽIEN

- Ženy v biznise
- Rodové stereotypy a sexizmus
- Odstraňovanie rozdielov v odmeňovaní žien a mužov
- Rovnosť pohlaví vo vedúcich pozíciách a pri rozhodovaní
- Bezpečnosť žien
- Inovácie a technológie pre rodovú rovnosť

PODPORA PRE OPATROVATEĽOV

- Flexibilita – stratégia, ako efektívne zvládať pracovné a opatrovateľské povinnosti
- Rodičovská dovolenka bez ohľadu na pohlavie

MEDZIGENERAČNÁ ROVNOSŤ (PODĽA VEKU)

- Perspektívy rôznych vekových skupín
- Ako podporovať medzigeneračný dialóg
- Vekové stereotypy a veková diskriminácia

LGBTIQ

- Ako byť spojencom
- Rodovo neutrálny jazyk
- Príklady dúhových rodín
- Riešenie potrieb transsexuálnych zamestnancov
- Rovnaké zamestnanecké výhody pre partnerov a rodičov LGBTIQ

ZDRAVOTNÉ POSTIHNUTIE A DUŠEVNÉ ZDRAVIE

- Začlenenie zamestnancov so zdravotným postihnutím
- Prístupnosť
- Život s chronickou chorobou
- Znovuzačlenenie na pracovisku po pracovnom úraze / úraze v súkromnom živote
- Prevencia / liečba syndrómu vyhorenia
- Všíímavosť (tzv. mindfulness) v práci

Niektoré témy, ktorými sa môžete zaoberať

RASOVÝ A ETNICKÝ PÔVOD, NÁBOŽENSTVO A VIERA

- Rasa a etnická príslušnosť
- Príbehy a úspechy vedúcich pracovníkov z radov menších
- Antirasizmus
- Medzináboženský dialóg

ZASTREŠUJÚCE TÉMY

- Neurodiverzita na pracovisku a jej prínosy
- Zamestnávanie znevýhodnených skupín, ako sú ľudia so zdravotným postihnutím, mladí ľudia z detských domovov, migranti, väzni/ bývalí väzni a podobne
- Diverzita v športe
- Prelomenie predsudkov na pracovisku

ZASTREŠUJÚCE TÉMY

- Spojenci v rámci organizácie i mimo nej (zamestnanci, združenia, odbory atď.)
- Prevencia diskriminácie pri nábore alebo kariérom rozvoji
- Diskriminácia na základe niekoľkých sociálnych a kultúrnych faktorov naraz
- Inovácie a diverzita
- Talent manažment a diverzita
- Digitalizácia a/alebo umelá inteligencia ako faktor pre zmenu na poli diverzity
- Dôležitosť inkluzívneho jazyka

europe.eu/eu-diversity-inclusion



**MESIAC
ROZMANITOSTI
EU**