****

**AutoMat, Vodičkova 36, Praha 1, www.auto-mat.cz**

**Anna Kociánová, telefon 602 313 221, e-mail:** **anna.kocianova@auto-mat.cz**

**Tisková zpráva spolku AutoMat / výzvy Do práce na kole z 3. 4. 2020**

# **AutoMat mění květnovou výzvu Do práce na kole v „národní zdravotní teambuilding”**

**PRAHA - Výzva Do práce na kole každoročně směřuje k ozdravení měst a motivaci k bezmotorovému pohybu. Jubilejní desátý ročník akce ale prošel pod vlivem aktuálních událostí radikální změnou.**

Velká část zaměstnanců i drobných podnikatelů vyměnila své běžné pracoviště za kuchyňský stůl, péči o děti, šití roušek, karanténu či kombinaci více variant. Úplně všem z nich chce ale spolek AutoMat přinést rozptýlení a v době rušení všech kulturních, společenských i sportovních akcí nabídnout výzvu, která spojuje a přispívá k lepší kondici i dobré náladě.

*„Základní prevencí fyzických i psychických onemocnění je pohyb. To bychom rádi připomínali nejen všem, kteří se pravidelně dopravují do práce, ale také lidem, kteří kancelář nebo dílnu nedobrovolně vyměnili za home office či karanténu,*” říká vedoucí kampaně Do práce na kole Jan Haruda.

AutoMat vyšel ze své pravidelné květnové výzvy Do práce na kole, při které motivoval zaměstnance **nahrazovat cestu autem bezmotorovou dopravou**. Své cesty si pak účastníci zapisovali či nahrávali do systému. „*Letos jsme významným způsobem upravili pravidla tak, aby se v květnu mohl zapojit opravdu každý. Pro ty, kdo nadále cestují na svá pracoviště, je určitě* ***nejzdravější a nejbezpečnější variantou dopravovat se pěšky či na kole****. Ostatní si mohou zapisovat třeba* ***zdravotní vycházky, cesty pěšky či na kole na nákup****. Ti, kteří nevyrážejí z domu vůbec, mohou evidovat své domácí sportovní aktivity jako je* ***jóga, posilování či rotoped****,”* vysvětluje Jan Haruda.

Do práce na kole je týmová výzva, díky které lze zůstat alespoň **virtuálně v kontaktu se svými kolegy, vzájemně se motivovat a hecovat**. Současně ale nevyžaduje společné setkávání, takže se lze účastnit i za aktuálně ztížených podmínek.

Registrační poplatek snížil AutoMat do poloviny dubna na 290 Kč. Každý účastník dostane  **tričko či nákrčník s motivem od Jaromíra Švejdíka** alias Jaromíra 99 a může vyhrát některou z cen.

„*Loni se do výzvy zapojilo* ***20 000 účastníků z celé republiky****. Letos asi nebudou počty takové, ale už teď máme* ***7300 zaplacených registrací*** *a další tisíce nadšenců registraci dokončují,*“ doplňuje Jan Haruda.

**Více informací a možnost registrace najdete na** [**www.dopracenakole.cz**](http://www.dopracenakole.cz/)**.**