Európa protestuje proti drahému životu. Čo by pomohlo zvýšiť kúpyschopnosť Slovákov?

Obed v reštaurácii stojí na Slovensku v priemere už 9,53 eura, no väčšina zamestnancov má na stravovanie podstatne menej. Nový prieskum agentúry AKO ukazuje, že Slováci považujú pomoc s výdavkami na jedlo za jednu z najdôležitejších foriem podpory pracujúcich.

Bratislava, 10. novembra 2026

Európou prechádza vlna sociálnych protestov. Do popredia sa dostávajú otázky dostupnosti bývania, rastúcich životných nákladov a kúpnej sily obyvateľstva. Hoci majú protesty v jednotlivých krajinách odlišné príčiny, **spája ich tlak na životnú úroveň domácností.** Ako vnímajú každodenné výdavky Slováci? Odpovede prináša reprezentatívny prieskum agentúry AKO pre Asociáciu moderných benefitov (AMOBE), realizovaný v auguste 2026 na vzorke 1 000 respondentov.

Ak by si Slováci mali vybrať jedno opatrenie, ktoré by dnes najviac pomohlo pracujúcim, na prvom mieste by skončil príspevok na bývanie **(34,2 %)**. Nasleduje vyššie stravné **(21,3 %)** a príspevok na zdravotnú starostlivosť a lieky **(17,4 %)**. **Kým však bývanie a zdravotníctvo je behom na dlhšiu trať, zvýšenie kúpyschopnosti slovenských rodín prostredníctvom stravného sa dá uskutočniť veľmi rýchlo.**

„Výsledky ukazujú, že pomoc s každodennými výdavkami má pre ľudí vysokú prioritu. Zaujímavé je, že pri konkrétnej možnosti získať viac peňazí na stravovanie vidíme pomerne širokú zhodu naprieč regiónmi aj voličmi rôznych politických strán," uvádza Václav Hřích, Managing Director agentúry AKO.

TEPLÝ OBED SA MNOHÝM ZAMESTNANCOM VZĎAĽUJE

Podľa TRC Indexu dosiahla v auguste 2026 priemerná platba za obed v reštaurácii na Slovensku 9,53 Eur. Aktuálna hodnota poskytovaného stravného pritom často pokrýva iba časť ceny obeda. Podľa modelového porovnania AMOBE predstavuje **pri finančnom príspevku vo výške 4,05 eura doplatok na priemerný obed až 5,48 eura.** Pri účelovom stravnom (stravovacie karty, stravné poukážky, kantíny) v hodnote 7,35 eura je doplatok menší: 2,18 eura.

Prieskum zároveň ukazuje, že pravidelný obed nie je pre všetkých Slovákov samozrejmosťou. Spomedzi respondentov s nárokom na stravné si ho každý pracovný deň dopraje 58,8 %. Ďalších 14,7 % obeduje približne každý druhý deň a 16,6 % raz za tri až štyri dni. Takmer nikdy neobeduje 6,5 % opýtaných z tejto skupiny.

Pri otázke, ako si zabezpečujú obed v práci, si 38,8 % respondentov uviedlo jedlo prinesené z domu. Stravovanie zabezpečené zamestnávateľom uviedlo 23,9 % a reštaurácie alebo donášku 19 %.

Európa protestuje proti drahému životu. Čo by pomohlo zvýšiť kúpyschopnosť Slovákov?

„Stravné by nemalo byť iba formálnym splnením zákonnej povinnosti. Jeho zmyslom je pomôcť zamestnancovi zabezpečiť si počas pracovného dňa plnohodnotné jedlo. Ak jeho hodnota výrazne zaostáva za cenou obeda, tento účel sa postupne oslabuje. Na papieri vyzerá plné stravné na úrovni 9,80 Eur (platí od decembra 2026) dobre, ale v skutočnosti ho dostáva len 8% zamestnancov najbohatších firiem. Väčšina Slovákov dostáva len minimálne stravné, aktuálne len 3,84 Eur pri finančnom príspevku (od decembra 2026 to bude 4,05 Eur)," hovorí Juraj Králik, výkonný riaditeľ AMOBE.

KEĎ STRAVNÉ PRESTÁVA STAČIŤ NA OBED

Predstavte si, že idete na obed počas pracovného dňa. Máte nárok na obedovú prestávku, ale na zaplatenie obeda máte k dispozícii len 3,84 eura vo forme finančného príspevku. To vám dnes vystačí možno na mäso, ale na prílohu už nezostane.

Motivuje vás to dopriať si každý deň plnohodnotný obed? Alebo začnete postupne meniť svoje stravovacie návyky, nosiť si jedlo z domu či obed úplne vynechávať?

Práve takto sa môže postupne oslabovať systém, ktorý sa celé desaťročia budoval na podporu pravidelného stravovania zamestnancov. Najskôr vznikali závodné jedálne a kantíny, neskôr gastrolístky a dnes stravovacie karty. Všetky tieto formy mali spoločný cieľ – zabezpečiť, aby zamestnanci mali počas pracovného dňa dostupné pravidelné a plnohodnotné jedlo.

Zmyslom stravného totiž nikdy nebolo iba poskytnúť zamestnancovi ďalšie peniaze. Jeho skutočnou hodnotou je motivovať ľudí, aby tieto prostriedky využili na stravovanie. Práve v tom spočíva význam účelových riešení – pomáhajú zachovať pôvodný zmysel zamestnaneckého stravovania, podporujú pravidelný obed a smerujú výdavky na jedlo do potravinárstva, obchodu a gastronómie.

Účelové stravné preto nie je prežitkom minulosti. Je to moderný nástroj, ktorý môže súčasne posilňovať kúpyschopnosť zamestnancov, ich stravovacie návyky aj domácu ekonomiku.

AMOBE
ASOCIÁCIA MODERNÝCH BENEFITOV

Európa protestuje proti drahému životu. Čo by pomohlo zvýšiť kúpyschopnosť Slovákov?

VYŠŠIE STRAVNÉ NAMIESTO HOTOVOSTI? VÄČŠINA SLOVÁKOV BY SÚHLASILA

Jedným z najvýraznejších zistení prieskumu je ochota uprednostniť vyššiu hodnotu účelového stravného pred nižším finančným príspevkom. **Až bezmála 80% respondentov, ktorí sú alebo môžu byť v zamestnaneckom pomere, by dalo prednosť vyššiemu stravnému použiteľnému iba na nákup potravín a jedla.** Nižší finančný príspevok v hotovosti by si vybralo len 14,2 %.

PENIAZE NAVYŠE BY SKONČILI NAJMÄ V NÁKUPNÝCH KOŠÍKOCH

Na čo by Slováci použili vyššie stravné? **Takmer 60 % respondentov s nárokom na stravné uviedlo nákup potravín – napríklad kvalitnejších surovín, pestrejšiu stravu alebo častejšie nákupy.** Ďalších 18,1 % by peniaze využilo na častejšie obedy v reštauráciách či donášku jedla. Len 9,4 % by dodatočné peniaze odložilo na úspory a 6,9 % by ich využilo na splácanie účtov alebo splátok.

Silnú podporu má aj samotné zachovanie stravného ako zákonnej istoty. Až 79,1 % respondentov považuje za dôležité, aby Zákonník práce naďalej garantoval príspevok zamestnávateľa na jedno jedlo denne. Ďalším významným zistením je vzťah k domácej ekonomike. **Až 72,4 % Slovákov si myslí, že štát by mal podporovať také benefity, pri ktorých peniaze určené na stravovanie zostávajú v slovenskej ekonomike.**

„Ak chceme pomáhať ľuďom s rastúcimi výdavkami, má zmysel hľadať riešenia, ktoré súčasne podporia ich kúpyschopnosť aj domácu spotrebu. Účelové stravovanie môže byť jedným z nástrojov, pretože smeruje peniaze na konkrétnu každodennú potrebu a zároveň podporuje slovenskú ekonomiku,“ vysvetľuje Juraj Králik.

AMOBE CHCE OTVORIŤ DISKUSIU O RIEŠENIACH BEZ ĎALŠIEHO ZAŤAŽOVANIA PODNIKATEĽOV

Podľa AMOBE výsledky prieskumu vytvárajú priestor na širšiu diskusiu o tom, ako podporiť dostupnosť stravovania, posilniť kúpyschopnosť domácností a zároveň zohľadniť obmedzené možnosti verejných financií. **Asociácia chce o možnostiach účelovej podpory stravovania a adresnej pomoci ohrozeným skupinám rokovať so zástupcami vlády, opozície, zamestnávateľov a ďalších sociálnych partnerov.**

„Európske protesty nám pripomínajú, aká citlivá je otázka životnej úrovne. Slovenský prieskum zase ukazuje, v ktorých oblastiach ľudia očakávajú pomoc. Našou ambíciou je hľadať praktické, dobrovoľné a ekonomicky zodpovedné riešenia, ktoré pomôžu pracujúcim, rodinám aj domácej ekonomike bez zbytočného zaťažovania podnikateľského prostredia,“ uzatvára Juraj Králik.

Európa protestuje proti drahému životu. Čo by pomohlo zvýšiť kúpyschopnosť Slovákov?

O PRIESKUME

Reprezentatívny prieskum verejnej mienky realizovala agentúra AKO v dňoch 17. – 24. augusta 2026 na vzorke 1 000 respondentov. Pri otázkach týkajúcich sa konkrétnych zamestnaneckých nárokov boli použité príslušné podvzorky respondentov.

O AMOBE

Asociácia moderných benefitov (AMOBE) sa venuje problematike zamestnaneckých benefitov, účelového stravovania a možnostiam ich využitia na podporu zamestnancov a domácností.

KONTAKT PRE MÉDIÁ:

Mgr. Janka Čemez
Public Relations & Account Manager

PRime time I Einsteinova 23, Digital Park II.
Blok C I 851 01 Bratislava

+ 421 948 773 340
cemez@primetime.sk