vše důležité nejen z východních Čech

královský magazín

Quartier

léto 2024



Zahrada od A do Z

Pěstujte, zavařujte, sterilujte

Moje vila, můj hrad

Cesta po slavných českých i moravských vilách

Fenomén Adidas

Příběh ikonické značky

Fotbal musíte milovat

Rozhovor s Davidem Horejšem a Lukášem Váchou

ZDARMA



Quartier

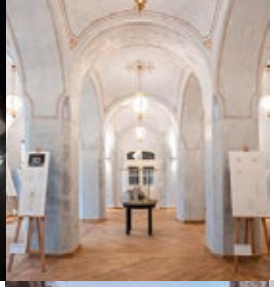
K dostání na vybraných místech uvedených na
qmag.cz/distribuce

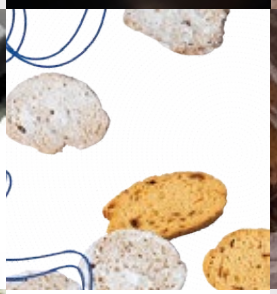
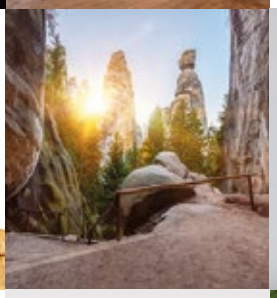
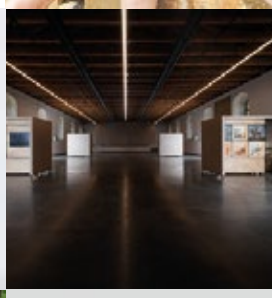
Sledujte nás na sociálních sítích:

@quartiermagazin
@quartiermagazin


www.quartiermagazin.cz
quartier
Zahrada od A do Z
Moje vila, můj hrad
Fenomén Adidas
Fotbal musíte milovat


SVITAP

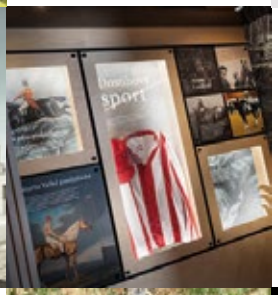

VRBATŮV KOPEC



MAGICKÝ ADR

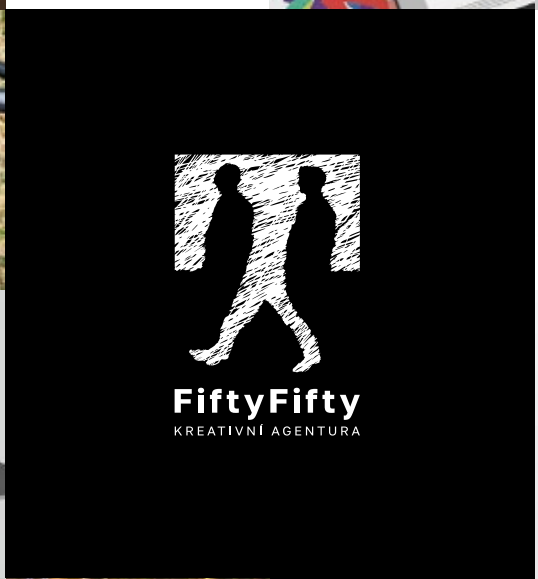

RYCHLOVKA

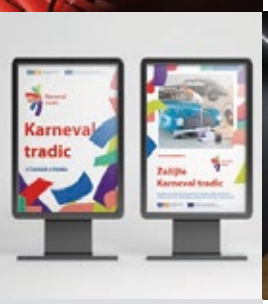
CIRCLE

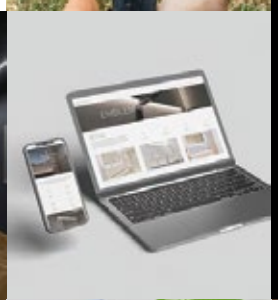


sport




LOMNICKÉ SUCHARY


FiftyFifty
KREATIVNÍ AGENTURA


Karneval tradic

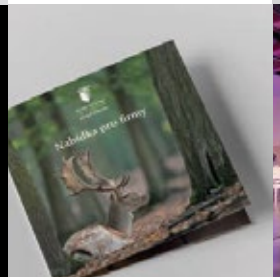
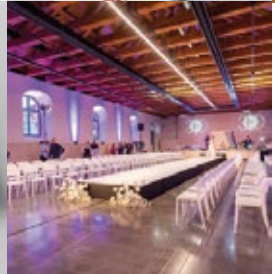


Miele
CENTER
VLÁŠEK



Vánoce

Quartier

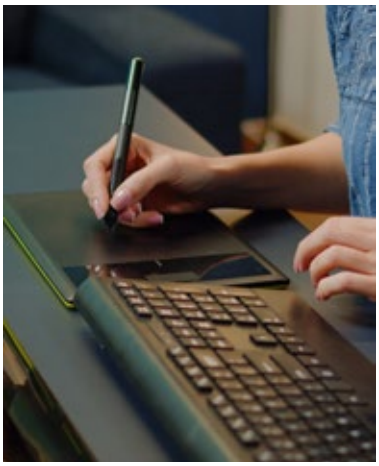



Kinský dal Borgo

Quartier – královský magazín. Vychází čtyřikrát ročně. Registrace MK ČR E 22647. Vydává QUARTIER MEDIA s.r.o., IČ: 05257913, sídlo: Kliceperova 1266/1, 500 03 Hradec Králové.
Vydavatelka: Monika Staňková, Šéfredaktorka: Helena Karanská. Redakce: Michaela Mikysková, Emil Stelinger, Julie Březinová. Manažerka obchodu: Iva Půlpánová.
Grafický koncept & sazba: FiftyFifty kreativní agentura s.r.o., Fotografie: Ondřej Šlambora, Jakub Macháček, Jakub Mišík, Kristýna Čičková, Karolína Hamplová, Pexels.com, Envato.com, Shutterstock.com a archiv. Kontakt: redakce@quartiermagazin.cz,
www.quartiermagazin.cz, www.facebook.com/quartiermagazin.
Vydavatel nenese odpovědnost za případné poškození oprávněných zájmů či práv třetích osob v důsledku uveřejnění informací dříve publikovaných prostřednictvím technologií společnosti Meta Platforms, Inc.
Informace jsou platné ke dni redakční uzávěrky dne 3. 6. 2024. Toto vydání vyšlo dne 21. 3. 2024. Vydavatel neručí za obsah dodaný inzerujícími subjekty. Vychází v nákladu 6 000 ks. Neprodejné. K dostání u všech inzerentů a na vybraných místech uvedených na www.quartiermagazin.cz/distribuce. Jakékoli užití i a šíření části nebo celku magazínu Quartier bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Nevyžádané rukopisy se nevracejí.



Zleva manažerka obchodu Iva Půlpánová, vydavatelka Monika Staňková a šéfredaktorka Helena Karanská





Léto, čas protkaný slunečními paprsky a nekonečným dobrodružstvím. Sezóna, kdy teploty stoupají, dny se prodlužují a život jako by získal nový rytmus. Města ožívají letními festivaly a lesy i hory volají k průzkumu. Vzduch je nasycený vůní čerstvě posečené trávy a večerního grilování. Léto je doba, kdy se příroda ukazuje v plné kráse a my se snažíme trávit každou volnou chvíli venku, ať už na slunci, ve stínu stromů nebo pod hvězdami.

Inspirováni teplem a energií chceme, aby se toto nadšení odráželo na našich stránkách. Chceme vás inspirovat, abyste vyrazili za novými zážitky, aby vám zůstaly vzpomínky, které vás budou hřát i v chladnějším období.

V letním vydání magazínu Quartier najdete tipy, jak si tyto momenty královsky užít. Ať už s knihou v ruce v zahradním křesle na terase nebo se sbaleným kufrem a hlavou v oblacích.

Přechod z jara do léta je připomínkou, že život je plný změn a nových příležitostí. Přinášíme vám tedy obsah, který bude motivovat k prozkoumávání, učení a oslavám těchto teplých dnů. Odvažte se vykročit z běžného denního režimu a nechte se unést letním dobrodružstvím.

Přejeme vám, aby toto léto bylo plné radosti, objevování a nezapomenutelných okamžiků, které si budete pamatovat po zbytek roku.

Vaše

Monika Staňková
vydavatelka

Helena Karanská
šéfredaktorka







OSOBNOSTI ČÍSLA

Fotbal musíte milovat 6

BYZNYS

Chceme být prostě lepší 14

Tuto školu nelze dokončit 16

Plánování bydlení má být příjemná událost 18

Jedeme v tom s vámi už 30 let! 21

Sběratelství je otázkou času 22

Bydlení nové generace 24

ŽIVOTNÍ STYL

Společně skáčeme už 20 let 26

Musí nás to bavit 28

Moje místo 30

Vinyl hlásí comeback 32

Nemůžu žít bez... 36

Ráno dělá den 38

KULTURA & SPORT

Stalo se na východě Čech 42

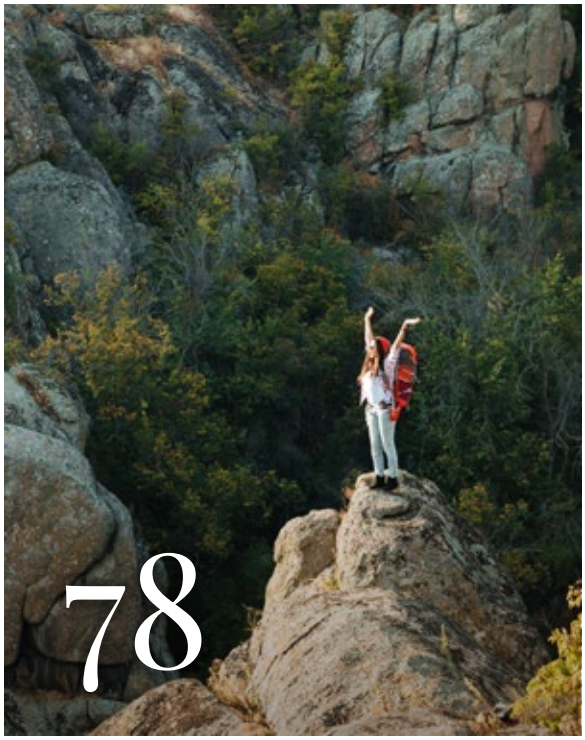
Zažít REGIONY 44

Jaro je fuč 46

Hradecký letorost roste do krásy 48

10 otázek pro... 50









DESIGN, MÓDA & KRÁSA

Inteligentní zahrady – nejen technologie 55
Fenomén Adidas 56
Atraktivní díky úsměvu 61
Interiéry roku 2023! 62
Hýčkejte se 66

LÉTO

Zahrada od A do Z 70
Moje vila, můj hrad 74
Tady je krásně 78
Cool metropole, co by kamenem... 82
Pod letní hvězdnou oblohou 86
Na festival 88
Ve víru bublinek 90
V hlubinách 92

TIPY

Vévodkyně broskvová 96
Léto žije 100
Letní literární lákadla 102
Jdeme do kina 104
Letní hitparáda 106


JAKO
JAKO

DAVID HOREJŠ & LUKÁŠ VÁCHA:

Fotbal musíte milovat

Fotbal je pro mnoho lidí více než sport – je to vášeň, která je provází celým životem. Pro Davida Horejše a Lukáše Váchu to znamenalo začátek jejich profesionální kariéry. V rozhovoru se podělili o své začátky, motivaci, ale také o těžkosti, které museli překonat, aby se stali úspěšnými hráči a nyní trenéry. Jak se jejich láska k fotbalu vyvíjela od dětství až po současnost, jak zvládli přechod z hráčské kariéry na trenérskou a jaké výzvy přináší jejich současná pozice v FC Hradec Králové?

Jako malé vás k fotbalu přivedli rodiče, ale na vás bylo, abyste vydrželi a pracovali na sobě, což se většinou v pubertě láme. Co bylo tou vaší osobní motivací a hnacím motorem, že jste se dostali až na profesionální úroveň?

DH: U mě sehráli významnou roli moji tehdejší trenéři. Právě díky nim mě fotbal naprosto pohltil a hlavně bavil. Nikdy jsem neměl pochybnosti, že bych měl přestat. Věřím, že právě toto bylo rozhodující pro moji profesionální kariéru. Důležitá byla pestrost tréninků, parta a atmosféra, které mě na trénincích držely. První fotbalový světový šampionát jsem sledoval v roce 1986 a mým hrdinou byl nepochybně Diego Maradona. Mezi další velikány, které jsem obdivoval, patřili Lothar Matthäus, Paolo Maldini a Johan Cruyff. Měl jsem rád i Josefa Masopusta a Tomáše Skuhravého.

LV: K fotbalu mě jako malého přivedl hlavně můj táta. Máma měla vize, že jednou budu hrát velký fotbal, a já se s tím ztotožnil. Měl jsem spoustu fotbalových vzorů. Obdivoval jsem Davida Beckhama nebo Cristiana Ronalda a mnohé brazilské hráče. Fascinovaly mě také příběhy Diega Maradony. Z českých fotbalistů mě ovlivnili Pavel Nedvěd nebo Karel Poborský, kteří působili ve Slavii, kde jsem vyrůstal. Tito hráči byli mým hnacím motorem a stejně jako David i já jsem si cenil skvělého kolektivu, který fotbal přináší.

Oba jste bývalými hráči nejvyšší české fotbalové ligy. Jak jste prožívali konec hráčské kariéry?

DH: Konec aktivní kariéry je pro každého fotbalistu těžké období. Já jsem měl v 34 letech problémy s kolenem. Ale bylo pro mě velmi důležité, že jsem dostal nabídku trénovat mládež v Českých Budějovicích. Díky tomu byl přechod snazší, mohl jsem zůstat ve fotbalovém prostředí jako trenér, což mi pomohlo se s koncem hráčské kariéry vyrovnat. Ačkoliv to bylo náročné, přechod do role trenéra mi otevřel nové možnosti.

LV: Moje zkušenost byla velmi podobná. Také jsem se potýkal se zdravotními problémy. Ve Spartě mi nabídli pozici mentora, což mi umožnilo zůstat na hřišti a dohrát kariéru ve třetí lize – úroveň, kterou jsem byl schopen zvládnout. Mohl jsem sledovat i to, jak se trénuje. Nyní jsem velmi rád, že mohu být součástí Davidova týmu v první lize. Je to pro mě obrovská životní zkušenost, která mi otevírá oči v mnoha ohledech, ať už trenérských nebo lidských.

Spousta profesionálních fotbalistů touží zakotvit v pozici trenéra. Je to tím kontaktem s kabinou a celoživotní vášní?

DH: Je to určitě jeden z faktorů. Když fotbal hrajete odmalička, nechcete se s ním jen tak rozloučit.

LV: David mi v tomto ohledu otevřel oči. Aby člověk mohl být dobrým trenérem, musí mít hluboký vztah k fotbalu, musí fotbal opravdu milovat. Pokud lásku k fotbalu nemá, přechod na trenérskou pozici může být skutečným vystřízlivěním. Trenérská práce není jednoduchá a bez nadšení pro hru to může být velmi těžké.

Na jaké momenty své hráčské kariéry nejraději vzpomínáte?

DH: Bylo toho mnoho, i když moje kariéra nebyla tak výrazná jako Lukynova. Rád vzpomínám na vítězství, ať už se Spartou nebo Slávií. Ty chvíle jsou nezapomenutelné. Měl jsem to štěstí být součástí týmů s úžasnou partou kluků. Velmi silným okamžikem pro mě bylo, když jsme s Českými Budějovicemi postoupili do první ligy – to byl opravdu ne-



zapomenutelný zážitek. A samozřejmě, můj první ligový gól je také něco, na co vzpomínám. Lukyn je v tomhle napřed, zvedal i poháry. *(smích)*

LV: Já bych to takhle nebral. Máš dobrou kariéru, Davide. Postoupit z druhé ligy do první je náročné, možná náročnější, než vyhrát ligu s týmem, který je na špici. Každý z nás má své vlastní milníky a osudy. Pokud jde o mě, vždycky jsem chtěl hrát za národní tým, a když jsem se tam dostal, byl to skvělý pocit a splněný sen.

I teď, když si na to vzpomenete, vidím emoce. Co jste cítil?
LV: Hrdost! To je to první slovo, které mě napadne. Je to o té lásce k fotbalu a v tu chvíli, kdy dosáhnete něčeho, o čem jste vždycky snili, to opravdu cítíte. Je to prostě nejvíc.

A trenérské?
LV: Jsem na začátku své trenérské dráhy, ale už mám za sebou první velký úspěch – zachránili jsme se s Hradcem v lize. Je to nová zkušenost, jak z pozice hráče, tak teď trenéra. To, že jsme dosáhli našeho cíle a zachránili se, považuji za malé vítězství.

DH: Věřím, že jsem stále na začátku, a jsem velmi rád, že jsem se vydal touto cestou. V Českých Budějovicích jsem měl skvělé mentory jako Jiřího Kotrbu a Pavla Tobiáše, kteří mě k trénování přivedli. Ze začátku byli velmi nároční, ale to mi oteFOTO

vřelo oči a pomohlo mi být lepším. Začínal jsem s nejmenšími dětmi a postupně jsem se dostal k dorostencům a k A-týmu díky Františku Ciprovi, který mi hodně dal a byl skvělým trenérem, dnes už bohužel není mezi námi, ale rád na něho vzpomínám. Trenérská profese je náročná, je zde jen 16 míst a já jsem si už i zažil, jaké to je být vyhozen, konkrétně v Jablonci. Ale teď jsem velmi spokojený a šťastný, že můžu být v Hradci Králové.

Davide, měl jste vůbec chuť jít opět trénovat, když přišla nabídka z Hradce Králové?
DH: Obrovskou! Po šoku v Jablonci, kdy mi bylo sděleno, že všichni pokračujeme, a pak najednou zavolal Miroslav Pelta, že končím, jsem byl zpočátku velmi překvapen. To byla opravdu rána. Ale poté, co jsem si vše promyslel a ujasnil, co bych mohl udělat lépe, přišla nabídka z Hradce. Když mi zavolal Jiří Sabou, neváhal jsem ani minutu a hned jsme si plácli. Jsem opravdu rád, že můžu být součástí hradeckého fotbalu v nové aréně.

Byl pro vás nový fotbalový stadion velkým lákadlem?
DH: Ano, určitě byl. Sice nabídka trénovat tým v první lize je sama o sobě velká příležitost, ale nový stadion posunul klub na zcela novou úroveň. Jsem nadšený z každého zápasu, který zde můžeme hrát. Fanoušci jsou úžasní. Jsem velmi vděčný za tuto zkušenost a velmi si cením důvěry, kterou jsem zde dostal.

Lukáši, pro vás je to první štace, jaké máte očekávání?
LV: Je to pro mě sice první oficiální trenérská štace, ale půl roku jsem byl také v B-týmu Sparty jako mentor. Všechno je pro mě relativně nové, ale mám výhodu, že jako asistent mám jiné odpovědnosti než hlavní trenér. David má na starost roli manažera týmu, zatímco já se mohu více věnovat práci přímo na hřišti a být blíže hráčům. Je to pro mě momentálně velmi příjemné, protože stále trávím čas na hřišti, mohu se zapojovat do dění a David ve mně hledá pozitivní stránky, které můžu nabídnout celému týmu.

Davide, proč jste si vybral právě Lukáše jako asistenta?
DH: Lukyn je typ člověka, který do týmu vnáší energii. Realizační tým, který jsme poskládali v Hradci, je skvěle vyvážený. Lukáš má blízko k hráčům, ale v mnohých věcech se liší od mého přístupu, což považuji za velké plus. Je to někdo, kdo se neustále snaží učit a rozvíjet se, což je pro nás všechny zásadní. Vím, že se na něj mohu spolehnout.

Jak máte rozdělené kompetence?
DH: Na samém začátku, když jsme se sešli s celým realizačním týmem, jsem se každého zeptal, v čem se cítí silný. Je pro mě důležité, aby každý využíval své silné stránky, což týmu prospívá. Rozdělení kompetencí je jasné a bylo určeno na základě toho, co jsme si všichni sdělili. Taktickou přípravu a hru řešíme společně. Stanislav Hejkal měl specifickou roli v přípravě na soupeře a mapování, zároveň se věnoval standardním situacím. Adrian Rolko a Lukáš Vácha se soustředí na individuální aspekty s hráči, přičemž Adri je zaměřený na defenzivu a Lukyn na ofenzivu. Spolu se Standou jsme se věnovali taktickým otázkám. Cílem je, aby tým fungoval co nejefektivněji a aby každý mohl přispět svými silnými stránkami, což se nám, myslím, daří.

Lukáši, v týmu máte spoustu hráčů, které znáte z B-týmu Sparty, kde jste byl mentorem, ale také ze hřiště. Jak vás berou?
LV: Na začátku jsem si nebyl jistý, jak to bude fungovat, a stejně tak hráči. Ale zpětná vazba, kterou dostávám jak od hráčů, tak od vedení, je pozitivní. Snažím se být fér a upřímný, což si myslím, že oceňují. Vědí, že jim mohu kdykoliv poradit. S každým tréninkem si navzájem dokazujeme, že spolupráce funguje.

DH: Já mám podobnou zkušenost. V Českých Budějovicích jsem trénoval hráče, se kterými jsem dříve byl i spoluhráčem. Klíčové je, aby cítili důvěru a férovost v našem přístupu. Když vás vnímají jako odborníky, kteří jim mohou pomoci, vztahy a spolupráce fungují. Kluci v týmu jsou skvělí a pracovití, máme to dobře nastavené.

Jak se vám navazovalo na práci Václava Kotala, o kterém je známo, že si zakládá na precizní defenzivě? V poslední době se vám daří dávat góly, zaměřovali jste se na to?
DH: Když jsme přebírali tým po Václavu Kotalovi, zdědili jsme skvělou skupinu hráčů s vynikajícím charakterem a pracovitostí. V první fázi jsme měli před reprezentační pauzou tři zápasy, snažili jsme se využít tuto krátkou dobu k tomu, abychom poznali silné stránky hráčů a s čím můžeme pracovat. Měli jsme sice těžký los, ale celý realizační tým odvedl obrovský kus práce. Hráčům jsme vysvětlili, jaké na ně máme nároky a co od nich očekáváme na jednotlivých postech. Každý trénink jsme měli jasně stanovené cíle a hráči dostávali průběžnou zpětnou vazbu. Využívali jsme i drony pro analýzu hry. Vidím obrovský progres v týmu a jsem za to velmi vděčný. Hráči si naši filozofii osvojili a jsou velmi ochotní se učit a zlepšovat.

LV: Jsou schopni reagovat na naše principy a dodržovat je. V ten moment jsou připraveni v tréninku, potom i v zápase.

Na hráčích je vidět větší sebevědomí, pracovali jste i na jejich mentální stránce? Jak se vám to podařilo?
DH: Pro mě je základ, aby v týmu vládla pozitivní atmosféra, a snažím se, aby zde bylo



Lukáš Vácha

Narozený 13. května 1989 v Praze, vystudoval Pedagogické lyceum v Praze. Fotbalovou kariéru odstartoval v SK Slavia Praha, avšak nejvýznamnější část své kariéry strávil ve Spartě Praha. Na mezinárodní úrovni reprezentoval Českou republiku v mládežnických kategoriích a v roce 2012 debutoval za seniorský národní tým. Nyní působí jako asistent trenéra v FC Hradec Králové. Má dceru Kristýnu, partnerku Karin a pejska Tonyho.



David Horejš

Narozený 19. května 1977 ve Vimperku. Vystudoval Střední průmyslovou školu v Českých Budějovicích. Jako hráč strávil většinu své kariéry v klubu SK Dynamo České Budějovice. Po ukončení aktivní hráčské kariéry se začal věnovat trenérské práci a nyní působí jako hlavní trenér v FC Hradec Králové. S manželkou Monikou vychovává syna Davida a dceru Karolínu. Jeho velkou láskou je také zlatý retrívr – šampión Bad.

co nejméně negací. Z předchozích zkušeností vím, jak důležité je hráčům dodávat sebevědomí a víru ve vlastní schopnosti. Klíčovým prvkem je průběžná zpětná vazba, díky které vidí svůj progres. Bylo nám jasné, že máme v týmu kvalitní hráče, a naším cílem je neustále je posouvat dál. Tento proces vyžaduje spolupráci a odhodlání jak ze strany hráčů, tak trenérů, což se nám zatím daří. V neposlední řadě je velkou podporou sebevědomí hráčů i fanouškovská základna, která jim na stadionu dodává sílu.

LV: Hned na začátku jsme hráčům sdělili, že mají náš čas a prostor pro osobní rozvoj. Naše dveře jsou pro ně vždy otevřené, kdykoliv můžou přijít s jakýmkoliv problémem. Když vidí, že s nimi jednáme férově a dáváme jim prostor pro zlepšení, přirozeně se to pozitivně odráží na jejich sebevědomí a celkovém výkonu.

Máte nějaký cíl, kterého chcete v FC Hradec Králové dosáhnout?
DH: Naším základním cílem bylo zůstat v lize, což se nám podařilo. Nyní je důležité, abychom dále tvrdě pracovali a zvyšovali nároky na kvalitu hry. Nejsem si jistý, jak silné budou ostatní týmy, ale mým hlavním cílem je, aby naši fanoušci odcházeli ze zápasů spokojeni. Pokud toho dosáhneme, znamená to, že hrajeme dobře a pravděpodobně se budeme pohybovat v horních příčkách tabulky. Co mohu slíbit, je, že budu společně s realizačním týmem a hráči tvrdě pracovat na tom, aby se naše hra neustále zlepšovala.

LV: Souhlasím s Davidem, naším primárním cílem bylo zachránit se, což se nám povedlo. Nyní se soustředíme na každý zápas zvlášť s cílem vyhrát nebo aspoň být lepší než soupeř. David to shrnul výborně, mít cíle to je fajn, ale musíme koukat hlavně na kvalitu hry.

Máte oblíbené rituály před zápasem?
DH: Vždy zavolám domů manželce, uklidňuje mě to. Jinak se jdu podívat na rozcvičení a potom mám rád čas pro sebe, kde si přehrávám možný průběh zápasu.

LV: Jako hráč jsem měl mnoho rituálů, ale postupně jsem přišel na to, že mě spíše omezují. Měl jsem specifické zvyky, jako je obouvání pravé kopačky jako první, oblékání dresu jako poslední nebo vstupování na hřiště pravou nohou. Časem jsem zjistil, že to vlastně nemá žádný reálný vliv na můj výkon na hřišti, a proto jsem se těchto rituálů zbavil. Teď se snažím o to, aby měl David čistou hlavu a tok jeho myšlenek běžel správným směrem.

Lukáši, v jednom podcastu jste řekl, že toužíte po pozornosti, platí to stále?
LV: V určitých momentech stále po pozornosti toužím, ale nikdy by neměla přerůstat tým. Pozornost je jedna věc, ale důležité je, v jakých fázích mých činností se projevuje. Hlavní je, aby to vždy bylo ku prospěchu týmu, a ne na jeho úkor.

Roli fotbalisty jste překročil, ve spolupráci s návrhářem Lukášem Macháčkem jste měl vlastní módní značku LV6. Stále vlastníte ochrannou známku, jsou nějaké plány?
LV: Je to náročný proces. Když jsem značku LV6 zakládal, nevybíral jsem látky ani střihy, ale i tak mě to velmi bavilo. Mám k módě blízko a baví mě ten přesah mimo fotbalovou bublinu, který přispívá k osobnímu zdokonalování. Momentálně však svou pozornost soustředím jinam. I když si stále držím ochrannou známku, teď se plně věnuji své roli v týmu a trénování. Do budoucna nevylučuji, že bych se k tomu mohl vrátit, pokud se naskytne vhodná příležitost.

Jak vnímáte to, že je po fotbalistech hlad i mimo hřiště, třeba na sociálních sítích v rámci propagace různých značek?
DH: Já například naše hráče na Instagramu nesleduji. Sleduji pouze FC Hradec Králové, ale ne jednotlivé hráče. Chci mít v tomhle ohledu čistou hlavu. Klub nás prezentuje dobře, a to se mi líbí. Myslím, že k dnešní době sociální sítě patří a já to respektuji.

LV: Souhlasím, dnes je to daleko otevřenější a marketing hraje velkou roli. Fotbalista je dnes i produkt, který může značky propagovat. Například Ladislav Krejčí je ambasadorem velké značky a spolupracuje s rapperem. Beru to jako součást dnešní doby. David, i když to nesleduje, nehaní hráče za to, že mají sociální sítě. Není ten typ, co by řekl, že hrají špatně, protože se fotí na Instagramu a mají 55 tisíc sledujících.

DH: Hráči mohou být inspirací, sleduji například Sergia Ramose, který inspiruje mladé lidi tím, jak vypadá život profesionálního sportovce. Každý si může sledovat, co chce, a najít si svou cestu. Vidím v tom velký posun a lidi to opravdu zajímá.

Co vaše mimofotbalové aktivity?
DH: Věnuji se hlavně rodině a našemu pejskovi, zlatému retrívrovi. Veškerou energii dávám do práce a rodiny. Rád si také zahraji tenis nebo vyrazím na kolo.

LV: Moje portfolio je trochu širší. (*smích*) Práce mě baví, takže na ostatní aktivity moc času nezbývá, ale snažím se najít prostor, abych na chvíli vystoupil z každodenního procesu. Rád hraji sporty jako padel, golf nebo jiné míčové hry. Nejvíce času trávím se svou dcerou, mám také psa a samozřejmě hodně času věnuji fotbalu. Rád si zajdu na dobré jídlo nebo se podívám na zajímavou výstavu.

DH: Rádi chodíme na dobré jídlo společně. Máme vytipovaných spoustu fajn podniků. (*smích*)

LV: To je pravda. Nemůžeme si vynachválit Fjaku, kam chodíme na tapas, BICZ Park Golf, kde dělají výborné steaky, nebo Penzion a restaurace U Růže, kde se ubytováváme a chodíme na utopence nebo paštiku pana domácího. Zmínil bych také Casa del Prosecco, kde jsme byli úplně poprvé po příchodu do Hradce a potkali tam skvělé majitele. Objednáváme si také těstoviny z Pasta Cook & Look, a to není zdaleka všechno.

DH: Gastronomicky si Hradec zaslouží velkou pochvalu, je to navíc krásné město. Plánuji se sem s rodinou přestěhovat.

Jak vnímáte rivalitu mezi Hradcem Králové a Pardubicemi?
DH: Hned druhý zápas potom, co jsme přišli do Hradce, bylo derby. V hlavě jsem si neustále opakoval, že tohle musíme zvládnout, jinak to nebude jednoduché. Prohrát v derby prostě neexistovalo. Rivalita mezi Hradcem a Pardubicemi je obrovská a všichni mi říkali, že musíme vyhrát. Jsem rád, že jsme to zvládli, a navíc šlo o první derby v nové aréně, což bylo speciální.

LV: Pro mě bylo derby vždy jen jedno – Sparta vs. Slavia. Ale když jsem tady vnímal tu atmosféru, kdy opravdu každému záleželo na tom, abychom uspěli, a všichni tím žili, tak jsem pochopil, jak důležité to je. Okamžitě to na nás dýchlo a byl to úžasný zážitek.

DH: Myslím si, že to derby bylo pro nás zlomové. Začali jsme cítit důvěru a naše sebevědomí šlo nahoru.

Helena Karanská
foto: Ondřej Šlambora, Barbora Reichová, archiv



Jaro plné umění





Jaro se pro tentokrát rozloučilo a zbývá se jen ohlédnout za tím, co speciálního přineslo. A je nač vzpomínat! Naše tradiční setkání u příležitosti křtu nového vydání magazínu Quartier se tentokrát uskutečnilo v nádherných industriálních prostorách Gočárovy galerie v Automatických mlýnech.



Jarní číslo už snad ani více umělecké být nemohlo, neb jeho titulní stranu zdobila Eliška Jedličková, kurátorka Gočárovy galerie, spolu s krajinářem Zdeňkem Daňkem. Eliška, nejenže se stala jednou z tváří, převzala také roli průvodkyně výstavou, čímž poskytla návštěvníkům unikátní pohled do světa prezentovaných uměleckých děl.



Tímto večerem jsme nabídli našim hostům možnost prohlédnout si galerijní prostory, a rozšířit si tak obzory v oblasti umění i kurátorství. Za tento jedinečný večer patří velké díky všem, kteří se na jeho organizaci podíleli, a samozřejmě i našim čtenářům a příznivcům, kteří se akce zúčastnili.

Těšíme se na další setkání a věříme, že i nadcházející akce budou plné inspirace a příležitostí k potkání zajímavých osobností z našeho regionu.

(red), foto: Jakub Misík

Zveme Vás do klubu...

Quartier Clubu!



O co jde? Quartier Club:

- sdružuje inzerenty, partnery a přátele Quartier magazínu,
- sbližuje je a pomáhá jejich vzájemnému partnerství,
- pořádá pro ně setkání a zajímavé akce.

Chcete být součástí? Napište nám na **redakce@quartiermagazin.cz**



Chceme být prostě lepší

Futurum v Hradci Králové, které funguje od roku 2000, je jedním z nejstarších a nejúspěšnějších obchodních center v České republice. Od svého otevření prošlo několika etapami rozšíření a modernizace, díky čemuž je dnes oblíbeným místem pro nákupy i setkávání. Jeho ředitelka Jana Zbořilová popisuje postupný vývoj a to, které inovace přinesla nedávná modernizace a také plány do budoucna.

Jaký byl vývoj nejoblíbenějšího obchodního centra v Královéhradeckém kraji?
Když se v roce 2000 Futurum otevíralo, bylo to jednopodlažní centrum s hypermarketem, multikinem a zhruba 65 obchody. V roce 2012 došlo k rozšíření. Bylo vybudováno další patro a velkokapacitní parkovací dům. V roce 2019 jsme se rozhodli, že je nutné centrum modernizovat tak, aby odpovídalo aktuálním trendům a potřebám našich zákazníků. První etapu modernizace jsme zahájili v roce 2021 a dokončili na podzim roku 2022. Přemístili jsme food court do horního patra, protože stávající prostory kapacitně nevyhovovaly. Chtěli jsme také zlepšit kulturní úroveň stravování. Bylo to složité rozhodování, protože dostavba centra již není možná, ale nakonec jsme našli místo ve stávajících prostorách centra. Dnes už mám pocit, jako by tam food court byl odjakživa. Designový nábytek, kvalitní materiály a živé květiny vytvářejí prostředí, ve kterém se návštěvníci cítí jako v moderní restauraci a mohou si vybrat ze široké nabídky jídel. Součástí modernizace jsou i potřebné provozní opravy, ty nejnáročnější právě probíhají. Jedná se o kompletní výměny střešního pláště. Už se nemohu dočkat, až na konci tohoto roku bude vše dokončeno. Od roku 2021 jsme provedli i další významné změny. Hypermarket Tesco zmenšil prodejní plochu, uvolněné prostory jsme využili pro vytvoření zábavního parku Toboga JUMP!, což se ukázalo jako skvělý krok, zejména pro rodiny s dětmi. Také multikino Cinestar v roce 2022 dokončilo renovaci všech svých sálů a foyer. Nyní máme 8 moderních sálů s nejnovějšími technologiemi a pohodlnými sedačkami. Pyšníme se také sálem s technologií TDL, které jsou jen 3 v republice, a to je velkým lákadlem. Součástí modernizace byla také kompletní rekonstrukce a rozšíření toalet, které pro nás již byly nedostačující.

Je možné i v obchodním centru využít prvky udržitelnosti a ochrany životního prostředí?
Naše společnost se snaží přistupovat zodpovědně k životnímu prostředí. I u letitých budov, jako je ta naše, lze zavádět opatření, která přispívají ke snížení intenzity emisí skleníkových plynů. V tomto roce vyměníme všechna svítidla za LED světla s regulací podle potřeb centra. Nainstalovali jsme i úsporné baterie a splachovací zařízení. Při opravách střech jsme navíc zvýšili izolační vrstvy. Chystáme také instalaci fotovoltaických panelů a máme k dispozici i nabíjecí stanice pro elektromobily. Třídění vyprodukovaného odpadu je pro nás samozřejmostí již několik let. Snižování spotřeby energie a uhlíkové stopy je pro nás důležité a daří se nám v tom velmi dobře. Za to jsem velmi ráda.

Jaké úpravy bude zahrnovat další etapa modernizace?
Zaměříme se na designové detaily, jako je obnova relaxačních zón, aby si mohli naši zákazníci během nákupů odpočinout či jen tak posedět. Další a zároveň poslední etapa modernizace bude zahrnovat exteriérové úpravy. Do budoucna plánujeme úpravu fasády, par-

kovacího domu a přilehlých venkovních prostor. Máme v plánu znovuoživit venkovní prostory a vytvořit zde krásné parkové prostředí s dětským hřištěm.

Odráží se tyto investice na tržbách a celkové návštěvnosti?
Ano, rok 2023 byl velmi úspěšný, i když jsme návštěvníky během rekonstrukce částečně omezili, tak jsme to společně zvládli a opravdu děkujeme všem za trpělivost a pochopení. I rok 2024 začal výborně, první kvartál dopadl nad očekávání a výsledky jsou opravdu skvělé. Těší nás, že Futurum je i nadále místem setkávání a po modernizaci se nám podařilo vytvořit prostředí, které mají naši zákazníci rádi.

Modernizace přinesla i nové obchody.
Je to tak, otevřeli jsme několik prémiových jednotek. Máme velkou radost, že se nám podařilo získat zpět iStores s Apple produkty. To jen potvrzuje úspěšnost Futura. Nově zde máme také obchody Rituals a Guess. I přes plnou obsazenost stále jednáme s dalšími nájemci. Zájem o pronájem prostor je velký, těšíme se, že v brzké době budeme moci představit další nové značky. V současné době naše centrum nabízí 110 obchodů, 20 restaurací a kaváren, multikino, dětský zábavní park a hypermarket.

Cílíte na zákazníky, děláte něco i pro zaměstnance Futura?
Naše společnost CPIPG založila CPI akademii, která se zaměřuje na vzdělávání zaměstnanců našich nájemců. Pravidelně organizujeme akademii nájemců, která přináší nejnovější trendy v oblasti retailu a nákupních center. Zaměstnanci mají možnost poznat zákazníka v našem regionu a porozumět jeho očekáváním a potřebám. Tento projekt je v České republice zcela unikátní.



Na základě čeho se rozhodujete o typu nových obchodů a služeb?
Snažíme se zajistit, aby v centru byly zastoupeny různé typy obchodů a služeb v optimálních poměrech. Každá značka má svůj vlastní koncept a potřebuje specifické metry čtvereční, což může být někdy složité z pohledu možností nabízených prostor. Naším cílem je vytvořit vyváženou a atraktivní nabídku, která bude vyhovovat všem našim návštěvníkům.

Máte zpětnou vazbu od zákazníků na nově zrekonstruovaný food court?
Ano, máme. Nedávno jsme dokončili velký marketingový průzkum, ze kterého vyplynula velmi pozitivní zpětná vazba. Návštěvníci oceňují příjemné a čisté prostředí. Navíc naši zákazníci ocenili dostatek parkovacích míst, která jsou bezplatná. Velkou výhodou je poloha centra a jeho snadná dostupnost.

Jaké typy pořádaných akcí se ukázaly být nejúspěšnější pro přilákání dalších návštěvníků?
Jsme rodinné centrum s obrovskou spádovou oblastí. Snažíme se vždy připravit atraktivní nabídku eventů a soutěží, aby si každý našel „to své". Jedním z nejúspěšnějších eventů je spotřebitelská soutěž Super soboty, kde si vítěz odveze osobní automobil. V loňském roce jsme výherci předali luxusní vůz Lexus. Nedávno jsme se také například zapojili do projektu Barbie uklízí Česko, kdy jsme společně uklidili část Hradeckých lesů. Mezi další velmi úspěšné akce patří Čokoládový festival a Burger street festival, které pořádáme opakovaně. Na podzim také obnovíme farmářské trhy, které se rovněž těší velké oblibě. Největší akcí letošního roku byla bezesporu NHL Global Fan Tour, kde si návštěvníci mohli vyzkoušet různé hokejové dovednosti. Hřeje nás na srdci, že jsme byli vůbec první obchodní centrum v České republice, které mohlo tuto akci uskutečnit. Spolupracujeme také na různých projektech s městskými organizacemi, ať už je to Městská policie, Hasičský záchranný sbor, Fakultní nemocnice Hradec Králové nebo lokální sportovní kluby. Určitě stojí za zmínku předvánoční akce Darujte dětem úsměv s Hitrádiem Černá Hora, kdy obdarováváme seniory a děti z dětských domovů. Snažíme se přizpůsobit aktuálním potřebám a zájmům našich zákazníků.

Helena Karanská, foto: Ondřej Šlambora, archiv







Tuto školu nelze dokončit

Přiznává Iva Kodrlová, která z pozice ředitelky vede v Pardubicích pobočku nové Partners Banky. Už od roku 2011, kdy se začala věnovat finančnímu poradenství, učí své klienty, jak zacházet s penězi v každé životní situaci. A zároveň se celou dobu vzdělává ona sama, protože pracovat ve financích je nikdy nekončící škola života.

Můžete popsat vaši profesní cestu, která vás dovedla k pozici ředitelky pobočky Partners Banky?
Financím jsem se začala věnovat v roce 2011, kdy mě oslovil můj kamarád s nabídkou spolupráce. Finanční obor jsem dříve předtím nestudovala, vše pro mě v tu chvíli bylo naprosto nové. Cítila jsem tehdy velký tlak z okolí, spousta lidí mě od spolupráce odrazovala, šířily se různé dezinformace. Ale nabídka se jevila zajímavě. Lákala mě práce s lidmi a také jsem se sama chtěla přesvědčit a dozvědět se víc informací. Z toho důvodu jsem smlouvu o spolupráci s Partners podepsala. Po pár měsících jsem si potvrdila, že jsem tzv. na správném místě. Na současnou pozici ředitelky mě dovedly zkušenosti, které jsem za ty dlouhé roky ve firmě získala. Vždy jsem snila o vlastním zázemí pro klienty a věděla jsem, že časem chci budovat i vlastní tým. Když se začalo hovořit o udělení bankovní licence pro Partners Banku, chopila jsem se příležitosti a spolu se svým životním partnerem jsme otevřeli pobočku v Pardubicích.

Proč jste zvolili právě Pardubice?
V Pardubicích žiju s rodinou už několik let, je to krásné město s obrovským potenciálem oslovit nové klienty. Poptávka po našich službách roste, proto jsem se rozhodla svůj sen ve správný čas realizovat. Na pobočce jsme navíc vybudovali i dětský koutek, proto je u nás vhodná návštěva i s dětmi. Sama vím, jak je náročné zabavit děti, když zrovna potřebujete řešit důležité věci a nemáte v tu chvíli jak danou situaci vyřešit. Spousta klientů přichází po práci a nemá hlídání, vybudovat dětský koutek byla jedna z mých podmínek, jak celou situaci vyřešit, aby byli spokojení rodiče i jejich děti.

Vzpomenete si ještě, co přesně vás motivovalo vstoupit do světa finančního poradenství? A co vás u této práce dodnes drží?
Vnímala jsem to jako zajímavou příležitost a pokračování ve studiu. Jen s tím rozdílem, že tuto školu nelze dokončit, neustále se vzděláváte. Co mě na této práci nejvíce baví? Jednoznačně dlouhodobá spolupráce s klienty. Finanční poradenství je totiž hlavně o dlouhodobém vztahu a vzájemné důvěře, klienty jsem vždy ujišťovala, že tu pro ně budu.

Na který úspěch ve své kariéře jste nejvíc pyšná?
Jsem hrdá na to, že jsem součástí velké finanční skupiny a mohu reprezentovat úspěšnou firmu, která roste a já samozřejmě s ní. Jsme první poradenská banka na trhu, jež klientovi dává možnost výběru, spolupracujeme s těmi největšími institucemi na trhu, díky čemuž si udržujeme nezávislost v poradenství. Vnímají nás tak i naši klienti. Stále jsou tu ale lidé, kteří naši společnost neznají nebo nemají ty správné informace o tom, co vše jim můžeme nabídnout. A to je můj hnací motor, společně s mým týmem navazujeme nové spolupráce a pozitivní zpětná vazba od klienta nás společně žene kupředu. Cesta to není jednoduchá, musíme občas překonávat různé překážky. Rozhodně nás čeká ještě hodně tvrdé práce, ovšem i na tu se těšíme.





S jakými prosbami a požadavky k vám aktuálně nejvíce lidé chodí?
Převážně řešíme životní pojištění a pojištění majetku, dále se na nás lidé častěji obracejí s prosbou o radu, jak nejlépe zhodnotit jejich úspory. A řešíme i plánované změny v penzijním spoření a samozřejmě hypotéky. Obrací se na nás i velké množství firem, které často řeší otázku financování investičních záměrů, odpovědnosti, pojištění majetku a zaměstnanecké benefity. Nelze to tedy přesně určit, každý klient má jiné potřeby a každý je pro nás individualita. I to mě na naší práci baví, že je pestrá a denně řešíme zajímavé případy, které se nedají kopírovat.

Jak konkrétně budujete a udržujete důvěru se svými klienty?
Potkáváme se pravidelně. Dlouhodobý servis je klíčem k úspěchu. Je hezké pozorovat, jak se ta spolupráce vyvíjí v čase. Většina klientů vás postupem času vnímá jinak, nejste pro ně cizí a obrací se na vás, když potřebují poradit, z toho mám velkou radost. Pokud máte kvalitního poradce, ušetří vám nejen čas, ale hlavně peníze. A to časem vede k tomu, že naše klienty dokážeme osvobodit od jejich závazků a postupně pro ně vytvářet aktiva, díky nimž mohou vést klidnější a spokojenější život.

Můžete našim čtenářům povědět něco bližšího o Partners Bance, co se pro vás díky ní změnilo a co klientům nabízíte?
Pro mě osobně je to třešnička na dortu, služba, která našim klientům chyběla a ohromně zvedla kredibilitu naší práce. Partners Banka je postavena výhradně jako fintechová banka. Představte si, že z jedné aplikace řídíte celý svůj finanční život. Tedy díky ní spravujete nejen své účty, ale také máte ihned a kdekoliv po ruce všechny své uzavřené smlouvy. Aplikace Partners tedy obsahuje nejen bankovní část určenou k ovládání osobních a spořicích účtů, ale i tu poradenskou. V ní si můžete krom jiného velmi jednoduše porovnat a rovnou sjednat pojištění vozidel, majetku anebo cestovní pojištění. Což se zejména teď před letními prázdninami hodí. Na webu www.partnersbanka.cz naleznete podrobnější informace. A když budete chtít poradit, zda je pro vás vhodnější balíček Pro jednoho, Pro dva nebo Pro rodinu, navštivte nás ideálně osobně na pobočce v Pardubicích, v ulici Na Spravedlnosti. Rádi vám uvaříme dobrou kávu.

(red), foto: archiv

Partners Banka

Spustila své služby veřejnosti 6. března 2024, propojuje moderní technologie s osobním přístupem. Klientům nabízí plnohodnotné partnerské účty s možným rozšířením o dětské účty. Je první bankou, jež dostala od České národní banky možnost být stoprocentně v cloudu. Navíc je mobile only. Lze ji tedy obsluhovat pouze prostřednictvím aplikace, ve které se propojují všechny služby skupiny Partners. Aplikaci je možné zdarma stáhnout v App Store a Google Play.





Plánování bydlení má být příjemná událost

Projektantka, která lidem radí na sociálních sítích? Ano! Michaela Ondřejka Menoušková, jednatelka projekční kanceláře A-styl, vykročila z komfortní zóny. „Chci, aby naše profese byla více otevřená veřejnosti. Přála bych si, aby proces plánování stavby byl příjemným zážitkem, na jehož konci máte nejen samotný dům, ale domov v pravém slova smyslu." Instagram a Facebook jsou jen začátek.

Co vás motivovalo začít sdílet vaše odborné tipy a rady na sociálních sítích?
Inspirovala mě především absence kvalitních a dostupných informací zdarma. Všimla jsem si, že mnoho lidí, kteří sdílí rady na internetu, často nemá dostatečné odborné znalosti. Ze zvědavosti jsem se přidala do facebookové skupiny pro svépomocníky, kde je více než 300 tisíc členů. Někdy jsem zde narazila na zavádějící informace, což mě motivovalo k vytvoření platformy, kde laici mohou dostávat odpovědi přímo od odborníků. Začali jsme tím, že jsme vyhledávali nejčastější dotazy a na ty jsme reagovali krátkými videy. Každý, kdo položí otázku, obdrží také PDF dokument s podrobnějšími informacemi.

Jaké jsou nejčastější dotazy, které dostáváte od svých sledujících?
Nejčastější dotazy, které dostávám, se týkají změn v novém stavebním zákoně. Lidé se často ptají, co konkrétně se změní, pokud začnou stavět v červnu nebo v červenci. Druhým nejčastějším tématem jsou otázky týkající se toho, co lze stavět bez stavebního povolení. Například můžu si postavit bez povolení zahradní domek do 40 m² umístěný dva metry od hranice pozemku, zahradní pergolu, která není připevněná k domu, nebo kryté parkovací stání. Také často odpovídám na dotazy týkající se státních dotací – jaké jsou možnosti, kdy a za jakých podmínek na ně máte nárok.

Jaký typ obsahu má na vašich sociálních sítích největší odezvu?
Nejvíc zhlédnutí a reakcí mají videa, která jsou trošku kontroverzní. Viz obsah, který informuje o tom, že stavby započaté od 1. července musí být realizovány podle prováděcí dokumentace, což může znamenat zvýšení nákladů. Velkou popularitu mají také videa, která situaci odlehčují a záro-

veň informují, například naše série s názvem Na kafe s projektantem. Tento projekt představuje pravidelná online setkání jednou až dvakrát za měsíc, kde mohou lidé položit otázky týkající se novostaveb, rekonstrukcí či dotací. Setkání jsou zdarma a zajišťují vysokou úroveň interakce s našimi sledujícími, což nám umožňuje lépe reagovat na individuální potřeby a zároveň budovat komunitu. Termíny těchto setkání zveřejňujeme právě na sociálních sítích.

Máte příklad, kdy jste pomohla někomu skrze vaše rady nebo díky inspiraci na sociálních sítích?

Máme klienty, kteří k nám přišli v počáteční fázi plánování stavby svého domu. Začali účastí na našem Kafe s projektantem, následovalo individuální sezení a poté se stali našimi klienty. Setkáváme se také s lidmi, kteří se zaseknou v určité fázi projektu. Jako příklad mohu uvést sledujícího, který potřeboval poradit s konceptem zahradního sezení. Pomohli jsme mu navrhnout optimální řešení. Další případ byl, kdy paní potřebovala vybrat stavební firmu, měla tři cenové nabídky, ale nevěděla, jak posoudit jejich kvalitu. My jsme prověřili firmy, zjistili jsme, že na jednu z nabídek byla uvalena exekuce, a pomohli jí tak učinit rozhodnutí. Pro nás to byla otázka na pár kliknutí. Občas pomáháme i vysvětlovat složitější aspekty projektů, jako je inženýring, což lidem umožňuje lépe se orientovat v procesu stavebního plánování.

Pomáháte lidem, kteří nejsou vašimi klienty, to není obvyklé.

Považuji za svou profesní odpovědnost nejen vydělávat peníze, ale také pomáhat těm, kteří si nemohou dovolit zaplatit vyšší stovky korun za hodinu konzultace.



Často se setkávám s jednoduchými dotazy, které mohu vyřešit během několika minut, a nemyslím si, že bych za takovou pomoc měla vždy účtovat. Mám to štěstí, že se v oboru pohybuji dlouho, vyrůstala jsem v něm a jsem dobře zorientovaná, což považuji za privilegium, které bych měla sdílet s ostatními. Kromě toho, že mi to přináší radost a dobrý pocit, když vidím, jak lidem moje rady pomáhají, tak mi to také umožňuje neustále se vzdělávat a zůstat v kontaktu s nejnovějšími trendy a informacemi v oboru. Takto se snažím přinášet hodnotu nejen svým klientům, ale i širší komunitě.

> *„Nejčastější dotazy, které dostávám, se týkají změn v novém stavebním zákoně.“*

Jaké další projekty chystáte?

Aktuálně pracujeme na spuštění projektu Stavařův rádce, což je nová platforma, která bude poskytovat přístupnější variantu našich služeb pro plánování bydlení. Na webu stavaruvradce.cz jsme připravili čtyřtýdenní kurz, který nabízíme ve dvou verzích. První verze je samostudijní, během níž účastníci projdou celým procesem plánování a naučí se, jak komunikovat své představy projektantům. Druhá, upgradovaná verze, zahrnuje živé online konzultace a završí se workshopem. Paralelně k tomu rozjíždíme podcast a plánujeme řadu workshopů, které se budou věnovat různým aspektům plánování bydlení. Cílem je, aby byl celý proces nejen poučný, ale i zábavný a aby účastníci získali cenné zkušenosti a znalosti, které jim umožní realizovat svůj sen o ideálním domově.

Na jakých sociálních sítích vás můžeme najít?

Najdete nás především na Instagramu pod jménem a_styl.cz, který je pro nás primární. Stejný obsah pravidelně sdílíme také na Facebooku na stránce A-styl / Klíč k vašemu „doma“. Nově jsme i na YouTube, kde spouštíme podcast Na kafe s projektantem, který je zaměřen na diskuse o bydlení a architektuře. Kromě toho jsme zahájili aktivitu na platformě Herohero, kde nás najdete na herohero.co/stavaruvradce, kde budeme jak edukovat, tak radit se specifickými dotazy.

Helena Karanská, foto: Ondřej Šlambora, archiv



ZCELA NOVÝ
LEXUS LBX

7 990 KČ
MĚSÍČNĚ BEZ DPH



KINTO ONE

LEXUS

www.lexus-hk.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Průměrná spotřeba paliva a produkce emisí CO2 (WLTP) Lexus LBX: 5,2l/100km; 120g/km. Leasingová splátka KINTO ONE pro leasingovou smlouvu uzavřenou na 48 měsíců s akontací 0 % ceny vozu a limitem najetých kilometrů 60 000 km během doby trvání smlouvy. Součástí kalkulace je finanční splátka, pojištění a zákonné poplatky. Uvedené ceny byly zaokrouhleny. Podrobnosti o leasingu KINTO ONE a konkrétní podmínky financování jsou k dispozici u autorizovaných prodejců Lexus. Tento materiál nepředstavuje nabídku na uzavření smlouvy ve smyslu občanského zákoníku a má pouze informativní charakter. Financující stranou je společnost Toyota Financial Services Czech s.r.o., IČ: 65413261, se sídlem Praha 5 – Stodůlky, Bavorská 2662/1, PSČ 155 00. Vyobrazení vozu je pouze ilustrativní a zobrazuje i prvky příplatkové výbavy. Podrobné informace o výbavách a cenách získáte u autorizovaných partnerů Lexus.

Jedeme v tom s vámi už 30 let!

Původně leasingová společnost vyrostla v největšího dealera automobilů v Královéhradeckém kraji. V loňském roce oslavila 30 let působení, nadělila si nové showroomy a zažila nejúspěšnější rok v historii. „Jen v loňském roce jsme narostli o 800 milionů v tržbách a poprvé v historii překročili 3 miliardy korun. Letos chceme prodat přes 5 tisíc vozů," říká ředitel společnosti OLFIN Car Viktor Kuhn.

Od skromných začátků jste se výrazně rozrostli. Jaké faktory přispěly k takovému úspěchu?
Myslím, že klíčem bylo správné zvolení značek. První byl Volkswagen, který patří mezi největší automobilové výrobce na světě a dlouhodobě se drží mezi třemi nejprodávanějšími značkami. Postupně jsme po pečlivém výběru přidávali další. Dostali jsme se ke Škodovce, nejprodávanější značce v České republice, a dále k Toyotě a Lexusu, což je největší automobilový koncern na světě. Získali jsme také zastoupení prémiové značky Volvo v Trutnově, ale bohužel se nám to nevyplatilo tak, jak jsme očekávali. Máme také Forda, který je pro nás zajímavý jak z pohledu servisu, tak prodeje. A poslední značkou, kterou jsme do naší nabídky přidali, je jihokorejský SsangYong.

Co se stalo v Trutnově?
Získat Volvo nebylo jednoduché – žádal jsem o jeho zastoupení v Hradci Králové, ale názorem Volva bylo, že pokud má dealerství v Pardubicích, nemá smysl ho otevírat i v Hradci Králové. Nakonec jsme se dohodli na stavbě showroomu a servisu v Trutnově. S ohledem na to, že Volvo nabízí SUV a Trutnov je vstupní bránou do Krkonoš, vnímali jsme to jako dobrou volbu. Postavili jsme jeden z nejhezčích showroomů Volva v České republice a začali jsme s prodejem. Nebylo snadné vybudovat kvalitní tým, ale když jsme se přes tyto problémy přenesli, přišla nepříjemná situace – dostali jsme od Volva výpověď z prodeje nových vozů. Důvodem byla restrukturalizace dealerských sítí Volva v Evropě, kde se rozhodli mít dealerství pouze v krajských městech. Servis Volva bude v Trutnově pokračovat dál, protože se nám podařilo do regionu prodat velké množství aut. Co se týče prodeje, našli jsme náhradu v podobě značky Kia a máme již podepsanou smlouvu. Po letních prázdninách začneme s prodejem.

Jaká jsou kritéria výběru značek do vašeho portfolia?
Snažím se vybírat značky, které jsou obchodně zajímavé, dobře prodejné a mají dobrou pověst. Zároveň dbám na to, aby si nekonkurovaly. Cílem je pokrýt co nejširší spektrum – od těch nejdostupnějších, jako je SsangYong, přes fleetové, jako Volkswagen, Škoda, Toyota a Ford, až po prémiové Volvo a Lexus. Díky tomu nabízíme vozy v cenovém rozpětí od 300 tisíc korun až po 5 milionů korun.

Dnes máte provozovny v pěti městech východních Čech – v Hradci Králové, Trutnově, Pardubicích, Kolíně a Choustníkově Hradišti. V loňském roce jste otevřeli showhroomy Toyoty, Lexusu a SsangYongu. Jak se jim daří?
Musím říct, že tyto investice, které nebyly malé, se vyplatily, protože všechny tyto showroomy fungují nad očekávání dobře. Jsme označováni za největší centrum Toyoty a Lexusu v České republice, což se odrazilo v zájmu zákazníků. Nejen prodeje, ale zejména servis výrazně roste. Lexus dosahuje výborných výsledků – původně jsme očekávali prodej kolem 100 vozů ročně, ale tohoto počtu jsme dosáhli již za první kvartál, kdy jsme předali 96 vozidel, a celkem máme v objednávkách 150 kusů. Cíl na letošní rok je 240 vozů a zatím to vypadá, že toto číslo překročíme. Ještě lepší nástup měl jihokorejský SsangYong – za poslední tři měsíce jsme byli nejúspěšnějším prodejcem v České republice.

Za svou historii máte za sebou i celou řadu partnerství a sponzoringů. Které považujete za ty nejvýznamnější?
Je to tak. Sám jsem zapálený sportovec, a tak se i s OLFIN Car soustředíme v oblasti partnerství a sponzoringu hlavně na podporu sportu. V Trutnově funguje velice úspěšný OLFIN Car Ski Team, letos se koná již 9. ročník OLFIN Car Trutnovského půlmaratonu a podporovali jsme i cyklistické závody. V Hradci Králové jsme mnohaletým partnerem hokejového klubu a Hradeckého půlmaratonu. Mezi čerstvější partnerství patří spolupráce s nově vznikající Tenisovou akademií a celým multisportovním areálem v Malšovicích a také s BICZ Park Golf, kde se letos uskutečnil již druhý ročník velice úspěšné akce – Driving Day – což je den plný testovacích jízd, golfu a programu pro celou rodinu. Na této unikátní akci jsou k vidění i vyzkoušení desítky vozů všech značek z našeho portfolia a jsme schopni uskutečnit stovky předváděcích jízd.

Helena Karanská, foto: archiv



Sběratelství je otázkou času

Hodinky a zase ty hodinky. Jejich majitele spojuje jedno – sběratelská vášeň. Propadněte kouzlu hodinářského umění v Hodinářství Bechyně a staňte se součástí tohoto fascinujícího světa.

Byla to touha, která zavedla jeho kroky před výlohu Hodinářství Bechyně v historickém centru Hradce Králové hned vedle katedrály sv. Ducha. Stačilo jen nahlédnout a hned bylo z jeho výrazu patrné, který kousek si odnese dnes. Doplní svoji sbírku o hodinky Hamilton!



Jen co vešel a rozhlédl se po butiku sídlícím v renesančně barokní budově, věděl, že rozhodování nebude jednoduché. Tolik tikavých skvostů značek jako Longines, Tudor, Hamilton, Prim, Tissot a Balmain. Jeho oči se rozzářily před vitrínou, kde na něho čekaly Hamilton Khaki Field, jež jsou mezi sběrateli spolu s Intra-Matic, Ventura nebo Jazzmaster velmi oblíbenými.

„*Hodinky Hamilton mají zajímavou historii a jsou oblíbené mezi sběrateli z několika důvodů. Během druhé světové války Hamilton přehodnotil svůj obchodní model, aby sloužil armádě, a upustil od svých spotřebních výrobků. Dodal přes milion kusů hodinek pro pozemní, letecké i námořní složky. Tato válečná historie přidává hodinkám Hamilton na hodnotě. Nosili je američtí prezidenti i celebrity jako Elvis Presley, Elton John či Jack Nicholson. A to není vše. Vidět jste je mohl ve více než 500 filmech včetně Mužů v černém, Tenet, Marťan nebo Duna: Část druhá. Prostě americká klasika se švýcarskou precizností*,“ vysvětluje Alice Hrbková, vedoucí butiku.

Když si hodinky nasadil na zápěstí, věděl, že budou dalším kouskem, který znásobí jeho sběratelskou vášeň! Zadíval se na všechny detaily, které dokonale kombinují vintage vzhled s elegancí a precizností švýcarského hodinářství. Jeho sbírka se rozrostla o další skvostný exemplář a on věděl, že tohle není jeho poslední návštěva Hodinářství Bechyně.

Helena Karanská, foto: Jakub Macháček







„Nosili je američtí prezidenti i celebrity jako Elvis Presley, Elton John či Jack Nicholson.“



Hamilton

Značka s dlouhou a bohatou historií sahající až do roku 1892, kdy byla založena ve Spojených státech amerických, začínala jako výrobce precizních a spolehlivých kapesních hodinek. Postupem času přešla na výrobu náramkových hodinek, přičemž během první světové války se stala jedním z hlavních dodavatelů hodinek pro americkou armádu. Tento úspěch výrazně posílil její pověst a popularitu. V 50. letech 20. století byla Hamilton jednou z prvních značek, které přešly z výroby kapesních hodinek na výrobu náramkových. Ty se rychle staly ikonami stylu a módy nejen díky svému preciznímu strojku, ale také díky jedinečným designům. Dnes je Hamilton symbolem tradičního hodinářství spojeného s moderním uměním a inovacemi.



Bydlení nové generace

V srdci klidné Bukoviny v těsné blízkosti Hradce Králové vzniká unikátní projekt bydlení, který spojuje moderní technologie, udržitelnost a přátelskou sousedskou atmosféru. Rozhovor s hlavními iniciátory projektu Vandou a Robertem Paulíčkovými odhaluje detaily výstavby, ale i jejich vizi o společném životě v harmonii s přírodou. „Nejsme developeři, jsme lidé, kteří si staví vlastní sen, a chceme ho nabídnout i ostatním," říkají. Jaké výhody a vychytávky přinese nový domov svým obyvatelům? Přečtěte si více a zjistěte, jak se můžete stát jeho součástí.

V jaké fázi je nyní projekt? Jaký je harmonogram výstavby?

RP: Projekt je rozdělen do tří fází. První etapa zahrnuje výstavbu řadových domů a bude dokončena již v létě. Druhou etapou je dokončení bytového domu včetně komunikací a venkovních úprav, která je plánována na konec podzimu. V poslední etapě dokončíme wellness, fitness, mini kino, bezobalový obchod s kavárnou a vnitřní sportoviště pro míčové sporty. Tyto části plánujeme otevřít v roce 2025. Sami se chceme přesunout dříve, abychom mohli dohlížet na dokončovací práce a zajistit hladký průběh.

Především si stavíte vlastní bydlení. Také proto kladete důraz na kvalitu použitých materiálů. Na jaké technologické vychytávky se můžou noví majitelé těšit?

RP: Již polovina jednotek má své nové majitele a pro ně bylo rozhodující, že nejsme developeři, ale budoucí sousedé. To byl jeden z hlavních faktorů, který naše nové sousedy přesvědčil a dodal jim důvěru v tento projekt. Všechny materiály a stan-



dardy, které jsme použili v naší bytové jednotce, jsou využity i ve všech ostatních. Zvolili jsme cihlu a nové stavební materiály, které splňují nízkoenergetické normy. Chceme, aby náš projekt měl smysl i pro další generace, proto se snažíme o maximálně možnou energetickou soběstačnost. Samozřejmostí je fotovoltaika s bateriovým úložištěm v kombinaci s termálními vrty a také efektivní práce s dešťovou vodou. V řadových domech se noví majitelé mohou těšit např. na kvalitní předokenní žaluzie, HS portály, moderní krby a další. Co se oken a dveří týče, vybrali jsme si jako dodavatele firmu Pol-skone, kde jsme od prvního okamžiku cítili souznění v myšlence a hodnotách ze strany vedení i celého týmu. V plánu je také velká terasa se zelenou střechou a nádherným výhledem na hory, na to se opravdu těším.

VP: Celý projekt budujeme tak, aby vyhovoval nám, a tím pádem věřím, že budou spokojeni i ostatní. Proto tolik dbáme na kvalitní provedení a komfortní zázemí. Nechceme být otroky dojíždění, chceme mít vše potřebné na jednom místě, v pohodlí domova.

Projekt je výjimečný svou širokou občanskou vybaveností, ať už jde o společnou zahradu, kde si mohou děti bezpečně hrát, či wellness, kde si jako rodiče můžete nerušeně odpočinout. Co dalšího bude možné využívat a jak to bude fungovat v praxi?

„Celý projekt budujeme tak, aby vyhovoval nám, a tím pádem věřím, že budou spokojeni i ostatní.“

RP: Chceme vytvořit prostor, kde se budeme moci se sousedy potkávat a kde si děti budou společně hrát. My si zatím posedíme v kavárně, skočíme do wellness nebo si v tělocvičně zahrajeme fotbálek. *(smích)* Vstup do těchto prostor bude v praxi fungovat na základě čipové karty a rezervačního systému. Součástí bude také car sharing, rodina tak nemusí vlastnit hned dvě auta, ale třeba jen jedno. Plánujeme také bezobalový obchůdek.

VP: Osobně se těším na to, až budu moci syna vypustit na společnou zahradu, kde si může v bezpečném prostoru hrát s dalšími dětmi ze sousedství, zatímco já si dám v klidu kávu nebo si popovídám s ostatními. Přestože máme rádi vlastní soukromí, nechceme být zavření mezi čtyřmi zdmi. Těším se na další rodiny a věřím, že vytvoříme příjemnou různorodou komunitu. Je skvělé, když jako maminka máte kolem sebe lidi, které znáte a na které se můžete v případě potřeby obrátit.

Měli jste už možnost poznat své nové sousedy, s kterými vytvoříte komunitu?

RP: Ano, měli. Někteří z nich jsou naši přátelé nebo rodina. I jeden z dodavatelů stavby si již koupil byt. Kamarád si zase pořídil jeden z pozemků, které jsou také k dispozici, a přivedl další své přátele. Ty, kteří si bytové jednotky už koupili nebo zarezervovali, jsme přizvali k rozhodovacím procesům. Vytváříme si tak vlastní představu o domově, chceme budovat dobré vztahy a zajistit, aby se nám všem dobře bydlelo.

Kolik jednotek je nyní k dispozici, jak jsou velké a jaká je jejich cena?

RP: Aktuálně máme k dispozici dvě řadové jednotky s dispozicí 4+KK o rozloze 110 metrů čtverečních, každá za cenu cca 8 000 000 Kč. V bytovém domě máme posledních šest jednotek různých dispozic, od 1+KK po 3+KK. Ceny začínají na 2 235 000 Kč. Celkem projekt zahrnuje čtyři řadové domy a jedenáct bytů. V ceně každého bytu a řadového domu je také voucher na realizaci kuchyně od firmy ALIN, lokálního interiérového studia, které nabízí kvalitní provedení a prémiové materiály. Dále k tomuto projektu náleží šest stavebních pozemků pro výstavbu rodinných domů, z nichž tři jsou ještě volné. Veškeré informace jsou k dispozici na našem webu bukovina-living.cz nebo se zájemci mohou obrátit přímo na mě na paulicek@racing-line.cz. Rád zájemce osobně seznámím s naším novým domovem!

Helena Karanská, foto: Ondřej Šlambora







Společně skáčeme už 20 let

Od roku 2004 se Kateřina Drábková Bíbusová a Ilona Šimková věnují pomoci osobám s intelektovým znevýhodněním. Jejich misí je prostřednictvím sociálních služeb vytrénovat a začlenit tyto lidi do pracovního procesu. Organizace Skok do života letos slaví 20 let svého působení.

Můžete prozradit, jaká byla původní vize organizace při jejím založení a jak se vyvíjela během posledních 20 let?

KDB: Organizace Skok do života byla založena s cílem podpořit čtyři naše blízké přátele s mentálním postižením, se kterými jsme pravidelně jezdili na rehabilitační pobyty a různé volnočasové akce. Vznik byl inspirován koncem jejich školní docházky, kdy jsme společně s kolegyní, už během studií na vysoké škole, hledaly řešení pro jejich další životní etapu. Rodiče měli obavy, že stávající služby v Hradci Králové neodpovídají schopnostem a potřebám jejich dětí, a chtěli pro ně zajistit možnost pracovat a postupně se osamostatnit. Původní myšlenka byla zaměřena na trénink a předání do jiných organizací, ale brzy jsme zjistily, že příslušné služby, kam by naši klienti mohli přejít, nejsou dostupné. To nás motivovalo k rozvoji a adaptaci našich služeb tak, aby odpovídaly aktuálním potřebám a možnostem našich klientů až dodnes.

IŠ: Prvních pět let jsme se věnovaly budování a rozvoji základního konceptu naší organizace. Zaměřily jsme se na poskytování služby, kterou nazýváme sociální rehabilitace, což je primárně tréninková služba. Během tohoto období jsme si však uvědomily, že klienti po ukončení tréninku nemají kam dále pokračovat. To nás vedlo k rozšíření našich aktivit, a tak jsme začaly naše klienty nejen trénovat, ale také zaměstnávat. Součástí našeho portfolia se staly i bytové služby, díky kterým mohou naši lidé zůstat v prostředí, které jim je blízké a v němž se cítí bezpečně.

KDB: Tréninkový program je stále základem naší činnosti. Je zdarma, což našim klientům umožňuje zjistit, co chtějí v životě dělat, poznat své schopnosti. Díky zkušenostem, které zde získají, mohou vydělávat a postupně si našetřit na samostatné bydlení. Po letech zdokonalování našeho tréninkového programu jsme otevřely chráněnou dílnu, zaměřenou především na úklidové práce v bytových domech, a nabízíme také pozice pro osoby s nižší pracovní výdrží, například v dokumentové skartaci. Kromě toho jsme založili i Bistro u dvou přátel, které se postupně vyvinulo v krajskou jídelnu. Padesát procent našich klientů, kteří projdou tréninkovým programem, dokáže pracovat alespoň čtyři hodiny denně, což jim poskytuje bezpečný a dlouhodobý zdroj příjmů.

Jaké jsou hlavní zdroje financování vaší organizace a jak ji můžou běžní lidé podpořit?

KDB: Naše organizace čerpá financování z různých zdrojů v závislosti na typu poskytované sociální služby. Rehabilitační programy a sociálně-terapeutické dílny, které nabízíme zdarma, jsou financovány ze zdrojů Evropské unie a doplňkově dotacemi od Královéhradeckého kraje, města Hradec Králové a v případě významnějších finančních potřeb, jako je například zvýšení mezd našich pracovníků, přispívá i ministerstvo. Chráněné bydlení je financováno kombinací dotací od Královéhradeckého kraje, města a ministerstva, přičemž významnou část nákladů hradí sami klienti, protože se jedná o pobytovou službu. Co se týče zaměstnání našich klientů, získáváme

podporu z Úřadu práce na zaměstnávání osob se zdravotním postižením.

IŠ: Běžní lidé mohou naši organizaci podpořit několika způsoby. Finanční a materiální dary od spolupracujících firem výrazně pomáhají zlepšit kvalitu našich služeb a prostředí pro naše klienty. Další formou podpory je využití našich služeb, jako jsou úklidy, šití tašek či catering a další. To nejen pomáhá financovat naše aktivity, ale také poskytuje našim klientům praktické zkušenosti. Organizace firemních večírků nebo oslav u nás je dalším skvělým způsobem, jak podpořit naši činnost.

KDB: Letošní rok pro nás bude výjimečný díky plánované dovolené u moře pro klienty, kteří tam ještě nikdy nebyli. Chceme jim nabídnout zážitek, který si budou pamatovat celý život. Rádi bychom také využili tuto příležitost k navázání nových partnerství s firmami, které by chtěly podpořit tento projekt. Nabízíme reklamní prostor jako poděkování za finanční podporu – konkrétně na papírových podložkách do táců, které se používají v naší jídelně a jsou viditelné pro přibližně 200 lidí denně.

Jaký je přibližný počet lidí, kterým vaše organizace během svého působení pomohla k osamostatnění?

KDB: Během našeho působení jsme pomohli přibližně 100 lidem k osamostatnění. Toto číslo zahrnuje jedince, kteří učinili životní posun, což pro ně znamenalo nejen zlepšení dovedností a sebevědomí, ale v mnoha případech i vstup na trh práce mimo naši organizaci.

IŠ: Jedním z unikátních aspektů je, že lidé s postižením u nás mohou zastávat dvojí roli – jsou zároveň klienty, kterým poskytujeme sociální služby, a také našimi zaměstnanci.

KDB: V naší organizaci je přibližně 160 zaměstnanců, z nichž asi 86 osob má nějaký typ zdravotního znevýhodnění. Toto ukazuje, jak vážně bereme naši misi podporovat integraci lidí s postižením nejen jako klientů, ale i jako aktivních členů pracovního týmu.

IŠ: Celkově je ve Skoku do života přibližně 210 osob, zahrnující jak klienty, tak pracovníky.

Vzpomenete si na příběh nebo moment, který pro vás byl nejvýznamnější nebo nejdojemnější?

KDB: Jedním z nejdojemnějších momentů bylo, když se nám podařilo u soudu dosáhnout obnovení plných práv pro jednoho z našich klientů, který přišel z ústavu s velmi omezenými právy. Představte si situaci, kdy člověk může mít u sebe pouze 200 Kč a nemá možnost rozhodovat o svém zdraví. Po více než ročním úsilí jsme dosáhli toho, že tento člověk nyní může plně rozhodovat o svém životě, včetně správy vlastních financí z práce nebo invalidního důchodu a může se účastnit voleb. To byl velmi silný zážitek.

IŠ: A potom to jsou situace, kdy se naši klienti osamostatní a odstěhují se od rodiny. Když vidíme, že dokážou fungovat sami, je to pro nás jako pro organizaci velké potvrzení smyslu naší práce. Zároveň cítíme velkou úlevu a radost na straně rodičů, když vidí, že jejich děti jsou schopné se o sebe postarat a jsou dobře zabezpečené.

Jaké jsou vaše plány a cíle pro dalších 5 let? Plánujete rozšířit vaše aktivity nebo zahájit nové projekty?

KDB: Chceme, aby každý, kdo přijde k nám, měl možnost rozvíjet své schopnosti a zájmy ve směru, který ho bude bavit a motivovat. Hlavním cílem je zajistit, aby každý mohl chodit do práce, měl kde bydlet a cítil se v bezpečí. S ohledem na rozmanité potřeby našich klientů plánujeme reagovat zaváděním nových služeb a aktivit, které budou odpovídat jejich specifickým požadavkům a situacím. Já jsem takový vizionář a jdu do všeho.

IŠ: Já jsem ten, kdo trochu brzdí a dbá na to, abychom byli opatrní a rozvážní. Káťa má vždy



tendenci být o pět let napřed a vidět možnosti, kam se můžeme posunout. (*smích*)

KDB: Aktuálně se věnujeme projektu chráněného bydlení na vesnici, inspirovaného severskými modely. Zahrnuje osm samostatných modulárních domků, které poskytují klidné prostředí pro lidi s náročnějším chováním nebo pro ty, kteří vyžadují větší míru soukromí. Jde o naši první misi, při které jsme motivovali rodiče našich klientů, aby založili vlastní organizaci a finančně se podíleli na realizaci tohoto bydlení.

IŠ: Odlišuje od běžných forem, jaké jsou v České republice obvyklé. Kvůli stavebním a legislativním omezením jsme nuceni tento projekt klasifikovat jako kemp. To odráží potřebu přerodu myšlení o tom, jak by mělo vypadat vhodné bydlení pro osoby s postižením. Jde o to, aby rodiče měli možnost aktivně se podílet na tvorbě budoucnosti svých dětí a mohli využít své finanční zdroje. V tuto chvíli čelíme situaci, kdy se česká legislativa a společenské myšlení teprve začínají přizpůsobovat potřebám takového modelu. Přesto k tomu přistupujeme s optimismem a věříme, že postupně dojde k nezbytným změnám, které umožní realizaci takovýchto projektů bez větších právních překážek.

Helena Karanská
foto: archiv





Musí nás to bavit

Petra Volenec Němečková a Jiří Volenec, manželský pár, který dokázal najít harmonii nejen v osobním, ale i profesním životě, se podělil o své zkušenosti s podnikáním a životními cestami. Jiří, úspěšný podnikatel v kovovýrobě a nadšený sportovec, a Petra, vnímavá mentální koučka a umělkyně, tvoří dynamické duo, které si zakládá na rovnováze, radosti a vnitřním uspokojení. Společně odhalují, jak důležité je dělat to, co člověka baví, a jak najít balanc mezi pracovním a osobním životem.

Jak byste popsali vlastními slovy vaše podnikání?

JV: V Hradci Králové podnikám už 34 let v kovovýrobě. Jako firma QTS (www.qts.cz) vyrábíme dílenský nábytek, brány, ploty a interiérový nábytek. Dodávám také odmašťovací kapaliny do průmyslu. Kromě toho dělám spoustu dalších věcí, které mě baví, a z nich vzniká další byznys. Před časem jsem začal hrát golf a dnes jsem už 15 let členem správní rady BIZ Park Golf. Jezdím závodně rallye a máme vlastní závodní tým Enjoy Motor Sport. Baví mě také přednášet, třeba na středních školách a na Univerzitě Hradec Králové – management, marketing a start-upy. Jsem člověk, který rád tvoří a potřebuje tvořit. V životě jsem pochopil, že když děláte věci jen pro peníze, radost nepřichází. Ale když děláte to, co vás baví, můžou přijít i finance. Rád dělám věci, které mi dávají smysl a přinášejí radost. Pamatuji si na větu, kterou nám řekl jeden šaman: „Nesměješ? Nedělej! “ Když se člověk necítí dobře při své činnosti nebo práci, výsledky nejsou dobré. A tím výsledkem nemusí být vždy jen finance, ale i vnitřní radost nebo sebeuspokojení. Důležité je jít do toho s nadšením, ne s vybitými baterkami.

PVN: Pro mě znamená moje podnikání náplň dne, která mi přináší obživu, ale zároveň mě naplňuje a dělá mi radost. Slovo podnikatelka se mnou příliš nerezonuje, více se vidím jako koučka a malířka pod značkou La Petien (www.lapetien.cz). Vnímám energii lidí, rozumím jejich prožívání a dokáži to přenést do slov a obrazů. Pomáhám lidem tím, že je nasměruji a rozklíčuji, co se jim v životě děje, aby to přetvořili z nevědomého do vědomého. Pomáhám jim pochopit, kde ztrácí energii, a najít jednoduchost a radost v životě. Pro mě je byznys můj život, je to něco, kde jsem sama sebou a kde otevírám lidem prostor, aby mohli být také sami sebou.

Vidíte spojitost mezi vašimi profesemi?

PVN: Je to ta potřeba tvořit, kreativní přístup k životu, že nás dobíjí dělat to, co nám dělá radost a přináší vnitřní uspokojení. Každý ve svém vlastním tempu. *(smích)*

JV: Jeden je hrrr, druhý je prr, a když se to spojí, je to ideální cesta. Já jsem naspeedovaný a hodně rychlý, kdežto Pétina rozvážnost mi dala životní rychlost. To znamená nebýt moc rychlý a zbrklý, přemýšlet o věcech a možná se na chvíli zastavit a podívat se, kam vlastně běžím. To je to, co mi v životě dala Péťa. Možnost uklidnit svoji mysl, možnost říct si: „Teď nepracuju”. Možnost odpočinku. To jsem dřív nikdy nepřijímal. Dala mi do života harmonii a lásku.

PVN: Je to rovnováha, kreativita, nejen o způsobu fungování v byznysu, ale také o tom, jak smýšlet nad životem, jak kombinovat volný i pracovní čas. Dostáváme se potom k tomu, jak vztah vůbec budovat.

Jak vypadalo to vaše budování vztahu?

PVN: Myslím si, že to začalo s prvními prozřeními, že ne vždy se stoprocentně shodneme a nemáme na všechno stejný úhel pohledu. Začali jsme asi jako většina párů bojovat, a i v tom jsme byli velice kreativní. *(smích)* Zjistili jsme, že tudy cesta nepovede, a přehodnotili ji. Teď to vnímáme tak, že si vždy toho druhého znovu vybíráme, každé ráno, když se probudíme. Aby se vztah mohl udržovat v nějaké amplitudě, je to o každodenním výběru partnera, ochotě nežít dramata a uvědomění, že problém, který se zdál být zásadním včera, nemusí být dnes relevantní. Že dnes je nový den a chceme to mít příjemné.

JV: Pro mě je hlavní tolerance a respekt. Tolerovat toho druhého i s jeho chybami a respektovat jeho potřeby.

Je pro vás důležitý work-life balance?
PVN: Ano. Pro mě je práce zároveň forma relaxace. Zároveň již znám signály svého těla a naslouchám mu. Po psychické stránce mi dělají dobře nové podněty.

JV: Všem bych přál umět odpočívat právě teď. Pro mě je nedílnou součástí podnikání odpočinek. Okamžitě vypnu, když nastoupím do auta a odjíždím na dovolenou. Je důležité nastavit se na to, že když pracuji, tak tvrdě, a když je čas odpočívat, tak vypnu a nic okolo mě nezajímá. Dlouhou dobu jsem měl výčitky, že jsem si dovolil odpočívat. Teď je to jinak – když si odpočinu, jsem výkonnější.

Jak jste to dokázal změnit?
JV: V tom mě právě změnila Péťa.

PVN: Já to tak nevnímám. Stačilo říct odjíždíme. (*smích*) Stalo se to v době, když jsme odcestovali na delší dobu na Bali, tam vás to zkrátka vypne.

JV: Musel jsem se naučit důvěřovat celé své firmě, že to zvládne během mé nepřítomnosti, a také Pétě, protože v tu chvíli jsme byli nonstop spolu.

PVN: Dnes už je to běžná praxe. Nepochybovala jsem nad tím, že by to mělo být jinak.

Zamilovali jste si Bali a cestování obecně. Můžete popsat, jak vás to ovlivňuje?
JV: Hodně se inspiruji jakoukoliv kulturou, ať už je to Indonésie nebo Amerika. Neustále se rozhlížím a pozoruji, jak se věci dělají. Z naší poslední dovolené jsem si přivezl nápady a rozjíždím vlastní kolekci industriálního nábytku inspirovanou Bali.

PVN: Bali je jedinečné tím, že tam funguje balijský hinduismus, což je mindset, který je opravdu unikátní. Hodně mě to ovlivňuje. Ráda zkoumám lidskou kulturu, jak přemýšlejí, jak žijí, a dávám si vše do souvislostí. To mi přináší mnohá uvědomění, že věci nemusejí být tak, jak se říká, že jinde to funguje úplně jinak, čímž přichází zcela jiné úhly pohledu na život.

JV: Bali je pro mě kultura, která mě inspiruje, je odlišná oproti Evropě. Jejich kultura nezná ublížit, závidět nebo ukrást.

PVN: Nemají ve svých vzorcích chování rozčilování se, dramata nebo žít jiným než



přítomným okamžikem. To strategické myšlení a kalkul do budoucna tam není. Obchodní záležitosti tam přináší jiné národnosti. To jejich bytí tady a teď je mi opravdu velmi blízké.

Kde byste si přáli žít?
JV: Já jsem spokojený v České republice. Máme tady čtyři roční období, dobré zdravotnictví, nemáme živelné pohromy a je tu dobrá bezpečnost. Toto všechno si ani spousta Čechů neuvědomuje. Nemáme tu tolik hladu, je tady zkrátka všechno. I tohle mi dalo cestování, vážit si našeho domova.

PVN: Zároveň je to o tom, kde se člověk pohybuje a na co se zaměřuje. Souhlasím, jen nemám ráda zimu a dovedu si představit, že budu tři nebo čtyři měsíce jinde. Umím si představit, že částečně žiji na Bali nebo v Itálii, ale mým domovem je Česká republika.

Jaké aktivity nebo rituály posilují váš vztah? Co nejraději společně děláte?
PVN: Například společné snídaně, což Jíra dřív neznal. Je pro mě nepředstavitelné, že by den měl začínat jinak.

JV: Jsou to i večeře, procházky a již zmíněné cestování.

PVN: Dáváme si také svobodu, abychom trávili čas o samotě. Zároveň je pro nás společný čas důležitý. Je znát, když to vypadne, například kvůli práci. Stačí, abychom si nastavili jeden den společné sauny, a opět to tam je, opět se znovu propojíme. Je to o tom neztratit se v toku událostí a být tu i pro sebe.

JV: To, co jsme se naučili, je dát si prostor – být každý jinde, a přesto spolu.

Vnímáte Petru jako vaši osobní mentální koučku?
JV: Péťu vnímám jako člověka, který mě zachránil, jako mého průvodce. Mám také svoji mentální koučku, což není Péťa, a Péťa má svého kouče. Jsou věci, které člověk nemá do vztahu vnášet. Proto tvrdím, že když si každý udělá pořádek sám v sobě, tak pak přichází domů jako čistý člověk ke svému partnerovi. Stejné je to naopak.

PVN: Zároveň nás rodiče ani žádná instituce nenaučili komunikovat. Nikde jsme se neučili, co to znamená, být šťastný a ne jen vzhlížet k neexistujícím představám o ideálu. Většina vztahů byla postavena na dynamice bojů. Nyní si začínáme uvědomovat, že čas a spokojenost je naší nejcennější komoditou, a buď máme možnost řešit problémy, nebo přijít domů a dělat to, co máme rádi. Proto je fajn odložit si osobní problémy u odborníka a přijít domů s dobrou náladou.

Helena Karanská, foto: Ondřej Šlambora, archiv





Moje místo

Jsou místa, která na vás dýchnou. Místa, která vás chytí za srdce, a potom místa, která se stanou vaší nedílnou součástí. Jakému místu propadla ombudsmanka Univerzity Hradec Králové Veronika Střítecká a proč tomu tak je?

Jaké je vaše oblíbené místo a čím si vás získalo?
Pro mě je těžké najít jedno místo, které bych označila za oblíbené, a vzhledem k tomu, že ráda objevuji nová zákoutí nejen naší české kotliny, se mi příliš nestává, že bych se na jedno místo opakovaně vracela. Mám ráda přírodu, hory, skály a místa, kde je klid. Je to pro mě vždy taková psychohygiena a dobití baterek. V Čechách ráda chodím do pískovcových skalních měst. Ale pokud bych měla opravdu vypíchnout jednu lokaci, která si našla cestu k mému srdci, byly by to hory v Kyrgyzstánu.

Vzpomenete si na jeho první návštěvu?
Vzpomenu si na jeho první a zatím stále i poslední návštěvu naprosto přesně. Bylo to v létě roku 2018 a od prvního dne jsem nevycházela z úžasu. Každé horské údolí bylo něčím jiné, na své si přišel milovník vysokých hor i zelených plání. Byly to pro mě hodně náročné treky, ale výhledy, chybějící signál a dny, kdy jsme se nepotkali s žádným dalším člověkem, to dosyta kompenzovaly.

Co by si tam návštěvník neměl nechat ujít?
Tamější přírodu, samozřejmě. Pokud bych však měla jmenovat, tak například jezero Ala-kol nebo národní park Ala Archa, kde je možné vystoupat na Pik Učitel. Zajímavostí, kterou v Kyrgyzstánu lze jen těžko minout, je mírně slané jezero, takové kyrgyzské moře, Issyk-kul, které je položeno ještě o pár metrů výše nad mořem než Sněžka.

Jaká místa vás mimo to nejvíce zaujala?
Mám ráda anglický venkov a jeho architekturu a velmi mě učaroval Amsterdam. A teď, plna dojmů z posledního výletu, bych ráda prozkoumala i další zákoutí CHKO Labských pískovců.

Vzpomenete si, jaký jste si z cest odvezla největší zážitek?
Těch je mnoho, bohužel ne všechny jsou pozitivní, i když ty samozřejmě převažují. Většina z nich je spojena s místními lidmi a s uvědoměním si, že v naší společnosti žije opravdu hodně dobrosrdečných lidí. Pokud bych zůstala myšlenkami v Kyrgyzstánu, jeden ze zážitků se nám stal přímo v Biškeku. Dorazili jsme po několikahodinovém letu s těžkými batohy na autobusové nádraží, že si zajistíme odvoz k horám. Samozřejmě se na nás sesypala skupina tržeb chtivých taxikářů, když tu zčistajasna jeden z nich promluvil česky, zeptal se nás, kam jedeme, a když zjistil, že tam jezdí hromadná doprava, chtěl nás k ní nasměrovat, a to i přesto, že se tím ochudí o potenciální tržby. My se před cestou ještě chtěli najíst, a proto nás zavedl do zapadlého lokálního bistra, kde by člověk turistu pohledal. Bylo to místo, kde dělají výborná volská oka, která zatím nikdo nepřekonal. Nad vajíčky jsme si pak pověděl-

li, že byl pracovně několik let v Čechách, na které doteď velmi rád vzpomíná.

A jaký jste si dovezla nejzajímavější suvenýr? Bylo to něco neobvyklého?
Osobně jsem spíše přes zážitky a setkávání se s lidmi než na materiální vzpomínky, ale jeden takový „suvenýr“, který byl spíše dárkem, jsme si přivezli z Maroka. Od rodiny, u které jsme bydleli, jsme dostali na závěr pobytu tajine, což je keramická nádoba se špičatým poklopem, která se používá k přípravě pokrmů.

Jsou místa, kam se ráda vracíte, nebo raději objevujete nová?
Raději objevuji nová.

Prozradíte, za jakým dobrodružstvím se vydáte příště?
Chystáme se asi někam do Asie, i když zatím máme jen datum a chuť odletět. A ještě předtím se rýsují nějaké vodácké výlety, a to jak v Čechách, tak nejspíš i na Slovensku. Ale bucket list s místy dalekými i blízkými, která bych chtěla ještě navštívit, se zdá být stále nekonečný.

(red), foto: Jan Drašnar, archiv





Veronika Střítecká

je absolventkou Univerzity Palackého v Olomouci, kde vystudovala Právo a právní vědu a Andragogiku se zaměřením na personální management. V současné době působí na Univerzitě Hradec Králové a zároveň pracuje na Ministerstvu spravedlnosti České republiky, kde se věnuje mediacím. V minulosti několik let pracovala v advokátní kanceláři s generální praxí a zabývala se také primární prevencí na základních a středních školách. Má také za sebou výcvik v transformativní a facilitativní mediaci. Říká o sobě: „Jsem holka, co neposedí chvíli na jednom místě a neustále se vrhá do nových výzev, a to jak pracovních, tak i těch cestovatelských. Jsem tanečnice, milovnice přírody, ombudsmanka a státní úředník se zájmem o lidi a komunikaci.“

inzerce



FRANCE CAR, s.r.o.
Hradec Králové - Pardubice

www.francecar.cz



Vinyl hlásí comeback

Retro je zase in a proniká do všech sfér našeho života – od módy přes design interiérů až po technologie. A právě v retro boomu hraje významnou roli jedno specifické zařízení – gramofon. Ano, tento kus techniky, který měl své zlaté časy v minulém století, hlásí velkolepý comeback. V době digitálních služeb a streamovacích platforem, kde je hudba doslova na dosah ruky, by se mohlo zdát, že pro staré dobré gramofony už není místo. Nicméně realita je úplně jiná.

Thomas Alva Edison, kterému je tradičně připisován vynález fonografu v roce 1877, položil základy technologie záznamu zvuku. Jeho přístroj, který původně využíval válcové médium pro zaznamenávání zvuků, otevřel dveře k dalším inovacím. Na scénu pak vstoupil Emile Berliner, německo-americký vynálezce, který přišel s významným zlepšením – gramofonem, schopným zaznamenávat zvuk na ploché disky. Přechod od šelakových desek k vinylovým ve 20. století znamenal další skok vpřed v kvalitě a životnosti záznamů.

V České republice má výroba gramofonových desek dlouhou a bohatou historii. Jedním z nejvýznamnějších producentů je GZ Media, která se nachází v Loděnici u Berouna. Tato společnost je jedním z největších výrobců gramofonových desek na světě a její historie sahá až do roku 1951.

NÁVRAT K AUTENTICITĚ

Návrat gramofonů a vinylových desek na scénu můžeme chápat jako hlasité prohlášení v éře digitalizace a streamování. Tento fenomén, vycházející z touhy po autentičnosti a originálním zážitku, je podstatně hlubší, než by se na první pohled mohlo zdát. Zvuková kvalita je hlavním rozdílem mezi digitální a analogovou hudbou. Zatímco digitální formáty mohou nabídnout čistotu zvuku a praktickou neomezenou dostupnost, často jsou však kritizovány za to, že jejich zvuk působí sterilně a chladně.

> *„Analogový záznam uchovává všechny nuance nahrávky, včetně malých nedokonalostí a šumu, které hudbě dodávají teplý a živý charakter.“*

Naopak analogový záznam uchovává všechny nuance nahrávky, včetně malých nedokonalostí a šumu, které hudbě dodávají

teplý a živý charakter. Tento rozdíl je obzvláště znatelný při poslechu na kvalitním gramofonu, kde se může plně projevit bohatství zvuku, který analogové nahrávky poskytují.

Dalším důvodem, proč lidé hledají autenticitu ve vinylových deskách, je jejich hmatatelnost a vizuální estetika. V době, kdy je hudba často vnímána jako nehmotný digitální soubor, nabízí vinyl fyzický zážitek. Tato vizuální a haptická složka přidává na celkovém zážitku z hudby, posiluje vazbu mezi posluchačem a umělcem a umožňuje hlubší ponoření se do hudby.

Vinylové desky jsou nositeli historie, každá s vlastním příběhem, který se odvíjí od éry, ve které byla vytvořena, přes umělce, kteří na ní pracovali, až po individuální zážitky posluchačů, které se s ní spojují. Tento historický a sociální rozměr přidává na autentičnosti vinylového poslechu, který se stává způsobem, jak se propojit nejen s hudbou, ale i s lidmi a dobami, které je formovaly.



„Vinylové desky jsou nositeli historie, každá s vlastním příběhem.“

KOLEKCIONÁŘSTVÍ JAKO VÁŠEŇ A INVESTICE

Zájem o vinylové desky často přesahuje prostý hudební zážitek. Pro mnohé se stává vášní, nebo dokonce formou investice. Kolekcionáři hledají raritní vydání, limitované edice, speciální tiskoviny nebo alba podepsaná umělci, které mohou časem výrazně získat na hodnotě. Tato sběratelská vášeň přidává na exkluzivitě a osobitosti každé sbírky a vytváří pevnou komunitu kolem sdílených zájmů a hudebních preferencí.

Obaly desek často slouží jako plátno pro umělce, kde mohou vyjádřit svou kreativitu a doplnit hudební dílo vizuálním rozměrem. Některé obaly se staly ikonickými a jsou považovány za samostatná umělecká díla. Mnozí sběratelé si desky pořizují i na základě vizuální atraktivity, a to i bez předchozího poslechu alba.

ŠPERK KAŽDÉHO INTERIÉRU

Vývoj v designu moderních gramofonů je dalším faktorem, který přispěl k renesanci vinylu. Dnešní gramofony se stávají součástí interiérového designu a odrážejí osobnost svého majitele. Výrobci nabízejí širokou paletu stylů.



Minimalismus a moderní design jsou dnes velmi žádané a gramofony se tomuto trendu přizpůsobily. S čistými liniemi, jednoduchými formami a omezenou barevnou paletou snadno zapadnou do moderně zařízených domovů. Výrobci využívají materiály jako sklo, kov nebo kvalitní dřevo, které dodávají přístrojům luxusní vzhled a zároveň zajišťují vynikající akustické vlastnosti. Minimalistický design neznamená absenci detailů nebo osobitosti, naopak, v detailech a precizním zpracování se skrývá pravá krása.

Na druhé straně spektra se nacházejí retro a vintage modely, které evokují nostalgii. Tyto gramofony jsou často inspirovány designem z padesátých, šedesátých nebo sedmdesátých let dvacátého století, obdobím, kdy byly gramofony a vinylové desky na vrcholu popularity. Retro gramofony se vyznačují bohatou ornamentikou, použitím tradičních materiálů, jako je dřevo a často i manuálními ovládacími prvky. Jsou oblíbené nejen mezi audiofily, ale i mezi těmi, kteří chtějí do svého interiéru vnést kousek historie a tepla domova.

Výrobci moderních gramofonů dnes kladou velký důraz na možnost personalizace a unikátnost. Zákazníci si mohou vybrat z různých povrchových úprav, materiálů, a dokonce si nechat gramofon upravit dle vlastních představ. Gramofon se tak stává uměleckým dílem a centrálním prvkem domova.

MEZI GENERACEMI

Emocionální hodnota, která je spojena s poslechem hudby na gramofonu, je obzvláště silná, když jsou desky a gramofony předány jako dědictví. Vzpomínky a pocity vyvolané specifickými písněmi mohou být silnější, když víme, že naši blízcí v minulosti prožívali podobné emoce při poslechu téže hudby.

Gramofony a vinylové desky umožňují mladším generacím objevovat hudbu, která byla populární dávno před jejich narozením. Tato zkušenost může vést k lepšímu porozumění historických období, sociálních změn a vývoje hudebních stylů. Hudba se stává živým mostem, který překonává rozdíly v čase a prostoru.

Helena Karanská, foto: archiv



inzerce



Moderní salon
v centru
Hradce Králové

salonbein
jednoduše nádherná

Nejmodernější neinvazivní metody v oblasti hubnutí a tvarování postavy

LPG LIPOMASÁŽ
EMS SLIM
BODYWRAPS ZÁBALY
POWER PLATE
LYMFODRENÁŽE
VACUSHAPE V4 INFRA
ENDOSROLLER

Chelčického 320, Hradec Králové

+420 602 941 902
info@salonbein.cz
salon_be_in_hradec
Salon Be In Hradec Králové

www.salonbein.cz

LÁZNĚ VELICHOVKY 1897



LÁZNĚ VELICHOVKY 1897
PŘEDOPERAČNÍ A POOPERAČNÍ LÁZEŇSKÁ PÉČE

- **Řešíte obtíže spojené s onemocněním pohybového aparátu?**
- **Plánujete výměnu kyčelního nebo kolenního kloubu, nebo jinou operaci pohybového aparátu?**
- **Obáváte se operačního zákroku a hledáte pomoc a úlevu od akutního stavu?**

Právě pro Vás máme nabídku **HRAZENÝCH LÁZEŇSKÝCH REHABILITAČNÍCH POBYTŮ.** Informujte se u svého **odborného nebo praktického lékaře, který Vám Lázně 1897, s. r. o. ve Velichovkách může předepsat.**

Zeptali jsme se Ivy Rejlové, obchodní a marketingové manažerky lázní Velichovky.

V čem spatřujete jedinečnost lázeňské rehabilitační péče?

Spatřuji ji především v individuálním přístupu ke každému z Vás. Díky kompletní zdravotní dokumentaci Vám lázeňský lékař sestaví rehabilitační program na míru. Největší výhodou je intenzita odborně vedené péče, během pobytu absolvujete dle indikace až 84 procedur a dalším benefitem, který můžete získat pouze v našich lázních, je aplikace přírodního zdroje-slatiny, která je v české republice ojedinělá díky svému složení. Vedle přírodního zdroje Vám bude pod dohledem lékaře a dalších proškolených specialistů aplikována i tradiční léčba složená z vodoléčby, elektroléčby, termoterapie, fyzioterapie, inhalace atd. A protože držíme krok s dobou, v rámci léčby a rehabilitace využíváme i moderní technologie, které určitě všem doporučuji. Jedním z nich je unikátní molekulární vodík. Vědecké práce z celého světa, dokazují, že tento důležitý antioxidant se vyznačuje silně protizánětlivými účinky a podporuje regeneraci tkání. Dalšími jsou přístroje-specialisti v oblasti rehabilitace WALKER VIEW a PROKIN, kteří zábavnou formou pod odborným vedením fyzioterapeuta přispívají ke správné koordinaci pohybu celého těla a posílení oslabených partií. Ráda bych vyzdvihla i vysokofrekvenční kombinovaný LASER HILL II umožňující přesné zacílení na libovolné bolestivé místo těla zaručující účinnou stimulaci tkání a receptorů bolesti, a to již od první aplikace.

Lázně, ale nejsou jenom o léčbě?

S tím souhlasím, vedle již zmiňované léčby dostávají klienti nutričně vyváženou stravu, která je dalším nezbytným předpokladem vedoucím k léčbě a uzdravení. A sama mohu potvrdit, že v našich lázní vaří výborně.

Nezbytným předpokladem vedoucím k uzdravení je kvalitní ubytování v místě a odpočinek po náročných procedurách, ve kterém můžete relaxovat a věnovat se sami sobě.

Na co dalšího se u Vás mohou klienti těšit?

Po lidské stránce určitě na nově vznikající přátelství a zajímavá setkání v rámci společenských a volnočasových aktivit. Určitě bych vyzdvihla divadelní představení, tanečky, lázeňské kino, odehrávající se v útulné restauraci v Domě pod Kaštanem. Klienty velmi oblíbená je lázeňská kavárna s nádherným výhledem do lázeňského parku. Jsme rádi, pokud u nás zapomenete na všední starosti a užijete si pobyt všemi smysly.

Co byste našim čtenářům doporučila?

Informujte se u svého odborného nebo praktického lékaře na možnost předoperační péče v našich lázních nebo volejte přímo k nám, na telefon: +420 491 889 889, kde Vám naše děvčata poradí.

Z praxe víme, že po absolvování pobytu se všichni klienti cítí lépe, někteří dokonce odkládají operační zákroky. Ucelená lázeňská péče zlepšuje Váš každodenní život.

Pokud na léčbu nemáte nárok, určitě doporučuji vybrat si některý ze samoplátecých pobytů na více než 6 nocí. Nebo vyzkoušet samoplátecký pobyt Lázně na zkoušku s 30 procedurami.

Děkuji za rozhovor a těším se na osobní setkání v našich lázních ve Velichovkách.







Nemůžu žít bez...

Bez čeho a koho si neumí představit svůj život marketingová specialistka vzdělávacího centra Sféra a předsedkyně spolku Podnikavých žen Pardubického kraje Tereza Všetečková? Zeptali jsme se přímo a tady je její sedmička, bez které se zkrátka neobejde.

Rodina

No jasně! Jsem tak ráda, že ji mám. Není to samozřejmost. Když si vezmete ty životní náhody, že někoho potkáte, anebo naopak nepotkáte. A jsou to náhody? Nebo že se životní okolnosti změní ve vteřině a svět se otočí vzhůru nohama. Po intenzivním období mateřství a maminkovství se dvěma dětmi na plný úvazek se nyní doma nenápadně dostáváme do středního věku. Děti, 10 a 13 let, jsou těsně před branami puberty a my s manželem koukáme, jak nám rostou před očima. Už pro ně kupujeme větší boty než pro nás, sdílíme sportovní náčiní jako brusle, helmy, kola, ale i oblečení. Byla to rychlost, pořád to nechápu. Cítím, že bych teď měla být spíš jejich průvodcem a nechávat jim více samostatnosti.

Přátelé

Říká se, že rodinu si nevybíráme, kdežto přátele ano. Přiznávám, že žiji ve své bublině. A je moc hezká. Mám kolem sebe samé inspirativní a šikovné lidi, se kterými jsem na jedné vlně, aniž bych své postoje musela vysvětlovat nebo se před někým obhajovat. Jak roky plynou, někteří přátelé odcházejí a přicházejí do života další. Myslím, že je to tak správně, protože i my se měníme. Některé už nepotkáváme tak často, přesto víme, že tam jsou a spojení stále funguje.

Práce

To je zřejmě moje životní výzva. Uvědomila jsem si, že už mnohokrát jsem stála u spousty nových projektů, tzv. rozjezdovek. Ať už to bylo mé působení v týmu pracujícím na revitalizaci Kuksu, založení soukromé školy ZŠ V Pohybu, převzetí fungování tehdy relativně nového spolku Podnikavých žen z Pardubického kraje, založení Akademie podnikavých žen na CzechInvestu nebo moje současné působení v nově otevřeném inovativním a kreativním Vzdělávacím centru SFÉRA v pardubických Automatických mlýnech, což je asi zatím největší výzva.

Motivace

Motivace mi u nových věcí přichází sama. Zatím nevím, kde je její poločas rozpadu. Závisí zřejmě na mnoha dalších okolnostech, které jsou vždy unikátní. Nicméně v pracovní rovině držím rekord šest a půl roku na jednom místě, ale u Podnikavek jedeme s mým skvělým holčičím týmem už sedmý rok. Baví mě pozorovat, jak ženy u nás ve spolku kvetou, jaké to jsou osobnosti, a nabíjení a dobíjení je oboustranné. Spousta Podnikavek jsou mé kamarádky, kolegyně a staly se důležitými v mém životě. A tak se děje i ve SFÉŘE, kde je po půlročním hektickém rozjezdu náš výjimečný tým pospolu tak často, že ty hodiny už ani nespočítám. Neříká se tomu druhá rodina?

Volný čas

Bylo ho více. Ale já to tak beru. Vše se mění, a že to je nyní tak, neznamená, že to bude i v příštím roce. Vím, že kdybych se nudila, nedělalo by to dobrotu, to mám vyzkoušeno! Volný čas hojně trávím v lese. Máme doma totiž speciálního parťáka – italského vodního psa, který každý den čeká, až si bude moci své bílé tlapičky smočit v bahně, kaluži, stoce nebo potoce. Po třech letech jsem se také vrátila k běhání, protože mě tam už tělo zase pustí, a v zimě se z nás stávají lyžaři. Baví mě jóga, běh, nordic walking, cestování a dost mě berou seberozvojové věci, kterým se věnuji (bylinková škola, aromaterapie, tradiční čínská medicína, duchovno, kameny). Příští týden jdu se psem Tondou poprvé na agility.



Zážitky

Jsou obohacující, posouvají nás a naplňují. Často přemýšlím, jestli bych jich neměla mít víc. Na druhou stranu naše těla potřebují vstřebat jak ty špatné, tak i ty skvělé věci, a tím se snažím řídit. Mezi největší zážitky pro mě vždy patří cestování. Kdybych si zakryla oči a píchla několik špendlíků do mapy, našla bych nespočet míst, kam bych chtěla a která by mě obohatila nebo otevřela oči. Bere mě Itálie, ale i Amerika.



Zdraví

Denně na něj myslím. Patří na první místo. Snažím se neustále balancovat a vyrovnávat výkyvy, které jsou součástí života. Neberu ho jako samozřejmost a snažím se poslouchat své tělo. Čím více toho mám nastudováno, tím více mi připadá, že toho vlastně moc nevím.

(red), foto: archiv

Tereza Všetečková

je marketingová manažerka Vzdělávacího centra SFÉRA v Automatických mlýnech a předsedkyně spolku Podnikavých žen z Pardubického kraje. Průkopnice podpory podnikání žen ve státní agentuře CzechInvest. Milovnice Itálie, ezoteriky, sportů a seberozvojových aktivit i nadšená lyžařka. S manželem Romanem vychovávají dvě děti – třináctiletého Adama a desetiletou Denisu.

inzerce



Nový Hyundai i30 z Nošovic je vůz pro každou velkou příležitost. Nyní přijíždí v inovovaném provedení s vyspělou konektivitou, posílenými asistenčními systémy a nejbohatší základní výbavou v historii, zahrnující 10,25" integrovanou navigaci s Apple CarPlay, vzdáleným přístupem Bluelink a parkovací kamerou, asistenta jízdy v pruhu LFA a další. Připraven pro život. **www.hyundai.cz**

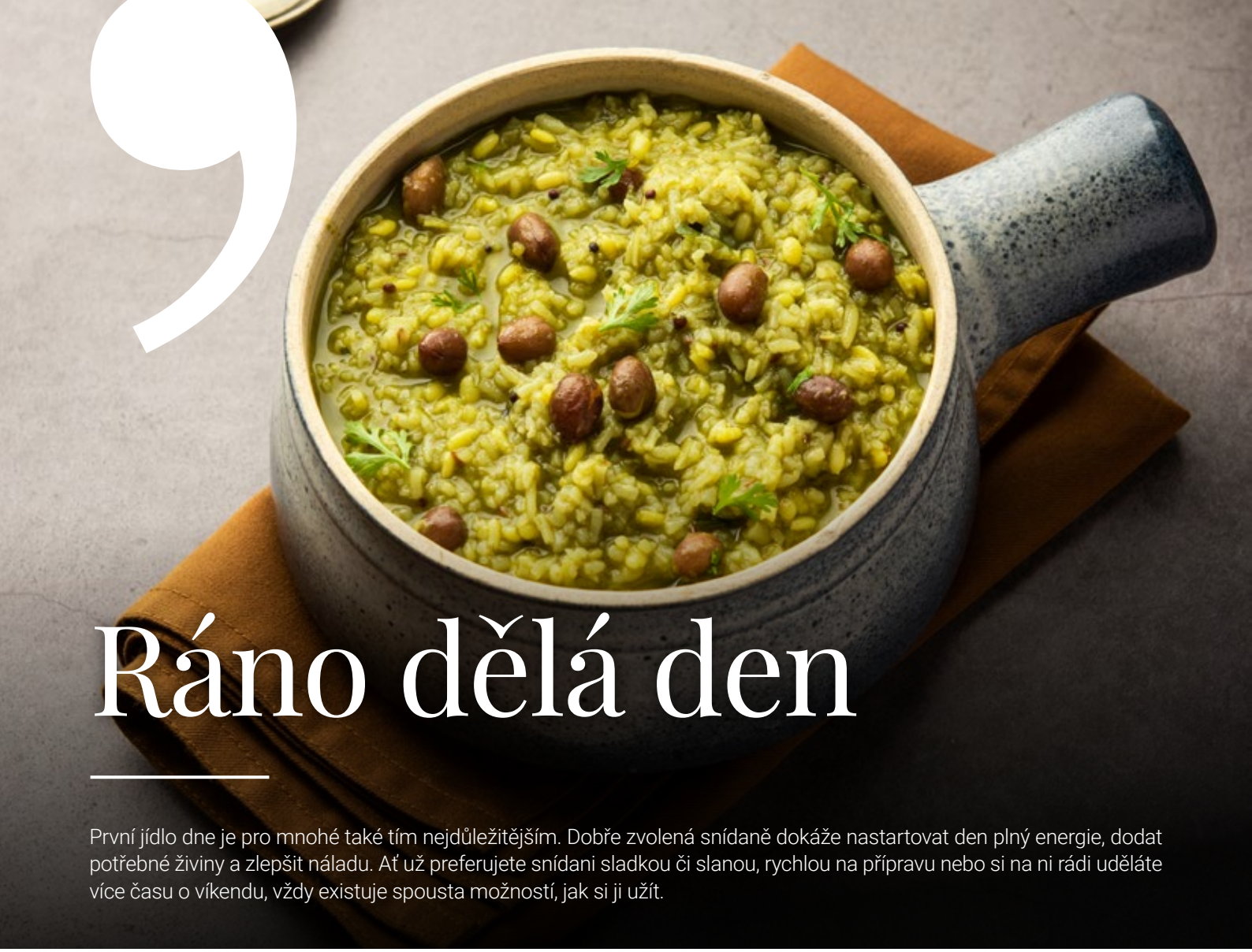
HYUNDAI HRADEC

HYUNDAI Hradec, s.r.o.
Bří Štefanů 978, Hradec Králové
Tel.: 732 881 811
www.hyundaihk.cz

HYUNDAI

5 LET Záruka bez omezení km

Hyundai i30 – kombinovaná spotřeba 5,4–7,0 l/100 km, emise CO_2 122–158 g/km.



Ráno dělá den

První jídlo dne je pro mnohé také tím nejdůležitějším. Dobře zvolená snídaně dokáže nastartovat den plný energie, dodat potřebné živiny a zlepšit náladu. Ať už preferujete snídani sladkou či slanou, rychlou na přípravu nebo si na ni rádi uděláte více času o víkendu, vždy existuje spousta možností, jak si ji užít.

CUKETOVÁ KAŠE S MRKVÍ A VEJCEM

1 středně velká cuketa
1 velká mrkev, nastrouhaná
1/2 šálku bio ovesné mouky
1 a 1/2 šálku vody
2 vejce
sůl a pepř podle chuti
na ozdobu: čerstvé bylinky, např. petrželka nebo pažitka

Nastrouhejte cuketu a mrkev na jemno. Cuketu nechte krátce odstát a poté ji mírně vymačkejte, abyste se zbavili přebytečné vody. V menším hrnci přiveďte k varu vodu, přisypte ovesnou mouku a vařte na mírném ohni asi 5 minut, dokud nezačne bobtnat. Přidejte nastrouhanou cuketu a mrkev, sůl a pepř. Promíchejte a vařte dalších 10 minut na mírném ohni, dokud nejsou všechny ingredience měkké a kaše zhoustne. Občas promíchejte. Přidejte vejce a vše povařte na mírném ohni za stálého míchání ještě 3 minuty. Ozdobte čerstvými bylinkami a případně dochuťte solí a pepřem.

FRANCOUZSKÝ TOUST SE ŠPENÁTEM, UZENÝM KRŮTÍM MASEM A SÝREM

4 krajíce chleba
4 plátky uzeného krůtího masa
1 šálek čerstvého špenátu, hrubě nakrájeného
4 plátky sýra podle výběru
2 velká vejce
1/2 šálku mléka
sůl a čerstvě mletý černý pepř podle chuti
máslo nebo olivový olej na smažení
na dochucení: muškátový oříšek (volitelně)

V misce rozšlehejte vejce s mlékem, solí, pepřem a špetkou muškátového oříšku (pokud jej používáte). Na jednu stranu každého krajíce chleba položte plátek sýra, špenát, uzené krůtí maso a zakryjte dalším plátkem sýra. Přiklopte druhým plátkem chleba, jako když děláte sendvič. Každý sendvič pečlivě namočte do připravené vaječné směsi, aby chléb směs dobře vsákl z obou stran. Na pánvi rozehřejte na střední teplotu trochu másla nebo olivového oleje. Smažte každý toust z obou stran dozlatova, asi 3–4 minuty na každé straně, dokud nejsou vejce pevná a sýr se krásně rozteče. Hotové francouzské tousty podávejte ihned, ideálně se zeleninovou oblohou nebo čerstvým ovocem pro lehkost a svěžest.



KŘUPAVÉ VAFLE

2 šálky celozrnné špaldové mouky
2 lžíce třtinového cukru
1 lžíce prášku do pečiva
1/2 lžičky soli
1/2 lžičky vanilkového extraktu
2 velká vejce
3/4 šálku mléka
1/2 šálku rozpuštěného másla
sirup, ovoce nebo jakékoli jiné oblíbené doplňky pro podávání

V míse smíchejte suché ingredience – mouku, cukr, prášek do pečiva a sůl. V jiné míse dobře promíchejte mléko, vanilkový extrakt, žloutky a rostlinný olej nebo rozpuštěné máslo. Tuto směs pak pomalu přilévejte do suchých ingrediencí, míchejte, dokud nebudou všechny ingredience dobře spojené. Důležité je nemíchat příliš dlouho. V další míse našlehejte bílky, dokud nevytvoří tuhý sníh. Poté jemně vmíchejte sníh do těsta. Pomocí štětce nebo spreje lehce potřete plochy waflovačky rozpuštěným máslem. Na každou plochu nalijte dostatek těsta. Pečte obvykle 4–5 minut, dokud vafle nejsou zlatavé a křupavé.





SMOOTHIE Z AVOKÁDA, ŠPENÁTU A MANGA

1 zralé avokádo
1 šálek čerstvého špenátu
1 zralé mango
1 šálek kokosové vody
med
špetka skořice nebo vanilkového extraktu pro extra chuť (volitelné)

Do mixéru dejte avokádo, špenát, mango a kokosovou vodu. Mixujte na vysoké otáčky, dokud nebude směs hladká a krémová. Pokud je smoothie příliš husté, přidejte trochu více vody a znovu promixujte. Ochutnejte a případně dochuťte medem, skořicí nebo vanilkovým extraktem.

OMELETA S CUKETOU A RICOTTOU

4 velká vejce
1 malá cuketa, nastrouhaná
1/2 šálku ricotty
2 lžíce nasekané čerstvé bazalky nebo petrželky
1 stroužek česneku
sůl a čerstvě mletý černý pepř podle chuti
1 lžíce olivového oleje nebo másla
nastrouhaný parmezán nebo jiný tvrdý sýr pro posypání (volitelné)

Nastrouhejte cuketu na jemno. Pokud je velmi vodnatá, můžete ji nechat chvíli odstát v cedníku a poté mírně vymačkat, aby se zbavila přebytečné vody. V misce rozšlehejte vejce, přidejte nastrouhanou cuketu, ricottu, nasekanou bazalku nebo petrželku, česnek, sůl a pepř. Důkladně promíchejte. Na pánvi na středně vysokém ohni rozehřejte olivový olej nebo máslo. Jakmile je pánvička horká, vlijte směs vejce a cukety. Snižte teplotu na střední a nechte omeletu opékat, dokud spodní strana nezhnědne a vrchní začne tuhnout, přibližně 4–5 minut. Opatrně omeletu otočte a opékejte další 2–3 minuty, než i druhá strana zhnědne a vejce jsou zcela upečená. Omeletu přeneste na talíř, posypte nastrouhaným parmezánem nebo jiným tvrdým sýrem a ihned podávejte.



MRKVOVÉ MUFFINY

2 šálky špaldové mouky
1 lžička prášku do pečiva
1/2 lžičky sody
1/4 lžičky soli
1 lžička mleté skořice
1/2 lžičky mletého muškátového oříšku
3/4 šálku třtinového cukru
2 velká vejce
1/2 šálku rostlinného oleje
1/4 šálku jablečné přesnídávky
2 lžíce mandlového mléka
1 lžička vanilkového extraktu
2 šálky nastrouhané mrkve



Předehřejte troubu na 180°C. Formu na muffiny vyložte papírovými košíčky, nebo dobře vymažte. V jedné misce smíchejte mouku, prášek do pečiva, sodu, sůl, skořici a muškátový oříšek. V jiné misce dobře promíchejte hnědý cukr, vejce, rostlinný olej, jablečnou přesnídávku, mléko a vanilkový extrakt. Přilijte mokré ingredience do suchých a promíchejte, dokud nejsou spojené. Přidejte nastrouhanou mrkev. Míchejte jen do té doby, dokud se vše nespojí. Důležité je směs nepřemíchávat, aby muffiny zůstaly nadýchané. Rozdělte těsto rovnoměrně do připravené formy na muffiny. Pečte 20–25 minut nebo dokud vrcholky muffinů nezhnědnou a špejle vložená do středu muffinu nezůstane čistá. Nechte muffiny chvíli vychladnout ve formě, než je přendáte na mřížku k úplnému vychladnutí.

inzerce

OBALÍME TVOJE
GASTRO PODNIKÁNÍ

TOPPAPÍR

- Dodavatel gastro obalů
- Individuální potisky: tašky, kelímky, ubrousky a další



Přinášíme širokou škálu obalů pro všechny typy gastro podniků
od kaváren přes restaurace až po hotely. Chceš ušetřit? Zavolej si o individuální nabídku!

Tel.: 602 810 868 | Email: info@obalygastro.cz
www.obalygastro.cz | www.toppapir.cz



BAG IN BOX

PŘIPRAVTE SE NA LÉTO

praktické pro každou párty

uchovává kvalitu a svěžest vína

jednoduše se skladuje

jednoduše se obsluhuje

udržuje stabilní teplotu

po otevření **vydrží 4 - 6 týdnů** v chladu

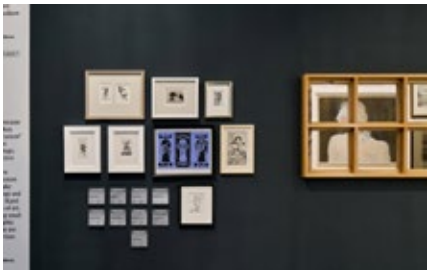
Vinotéka u Mazlíka
Rybova 1904/23,
500 09 Hradec Králové

Tel.: +420 604 734 956
www.umazlika.cz

VINOTÉKA u mazlíka

Stalo se na východě Čech

Skutečně aktivní jaro! A to nejen na východě Čech! Bylo to období plné událostí, na které budeme dlouho vzpomínat. Některé z těchto klíčových momentů z uplynulého čtvrtletí se dokonce staly hlavními tématy zpravodajství celostátních médií. Připomeňte si s námi šest z nich v naší pravidelné rubrice Quartieru.



JEDINEČNÁ SBÍRKA V GALERII MODERNÍHO UMĚNÍ

Galerie moderního umění v Hradci Králové (GMU) rozšířila své sbírky o mimořádnou kolekci děl současného umění, kterou získala od brněnského sběratele Karla Tutsche. Kolekce čítající 1300 uměleckých děl byla zakoupena za dvanáct milionů korun. Sbírka je výjimečná nejen svým rozsahem, ale také obdobím svého vzniku a zaměřením na soudobé umění.



NOVÝ PAVILON V JIČÍNSKÉ NEMOCNICI OTEVŘEL

Oblastní nemocnice Jičín otevřela nový multifunkční pavilon za téměř 650 milionů korun. Tato největší investice v její historii zahrnuje modernizaci laboratoří, transfúzní stanice, onkologického stacionáře, interních ambulancí a dalších pracovišť. Novinkou je také instalace magnetické rezonance, díky které pacienti již nebudou muset dojíždět do Hradce Králové kvůli odběru krevní plazmy.



NEJVZÁCNĚJŠÍ LIDOOP V SAFARI PARKU

Safari Park Dvůr Králové má nového významného obyvatele. Z Madridu přicestoval chovný samec šimpanze čego. Příchod nového samce zlepší složení skupiny tak, aby více odpovídalo přirozenému stavu v přírodě. V budoucnu by mohl s některou z místních samic přivést na svět mládě. V lidské péči patří k nejvzácnějším velkým lidoopům – evropské zahrady chovají kolem 30 šimpanzů čego.



OBLÍBENÁ LETECKÁ SHOW V PARDUBICÍCH

Dvaatřicátý ročník Aviatické pouti přilákal do Pardubic tisíce návštěvníků. Hlavními lákadly byly nejen moderní vojenské stroje a letecké dynamické ukázky, ale také prezentace historických letounů, které fascinují fanoušky na celém světě. Armáda České republiky se prezentovala řadou letových a statických ukázek letecké i pozemní techniky.



STUDENTI OŽIVÍ CENTRUM HRADCE KRÁLOVÉ

Studenti Vysoké školy uměleckoprůmyslové v Praze (UMPRUM) se zapojí do oživení labských náplavek, Ulrichova náměstí a dalších veřejných prostor v Hradci Králové. Město plánuje také zapojení dalších odborníků z Česka i ze zahraničí. Na tuto spolupráci vyčlenilo z rozpočtu 2,4 milionu korun.



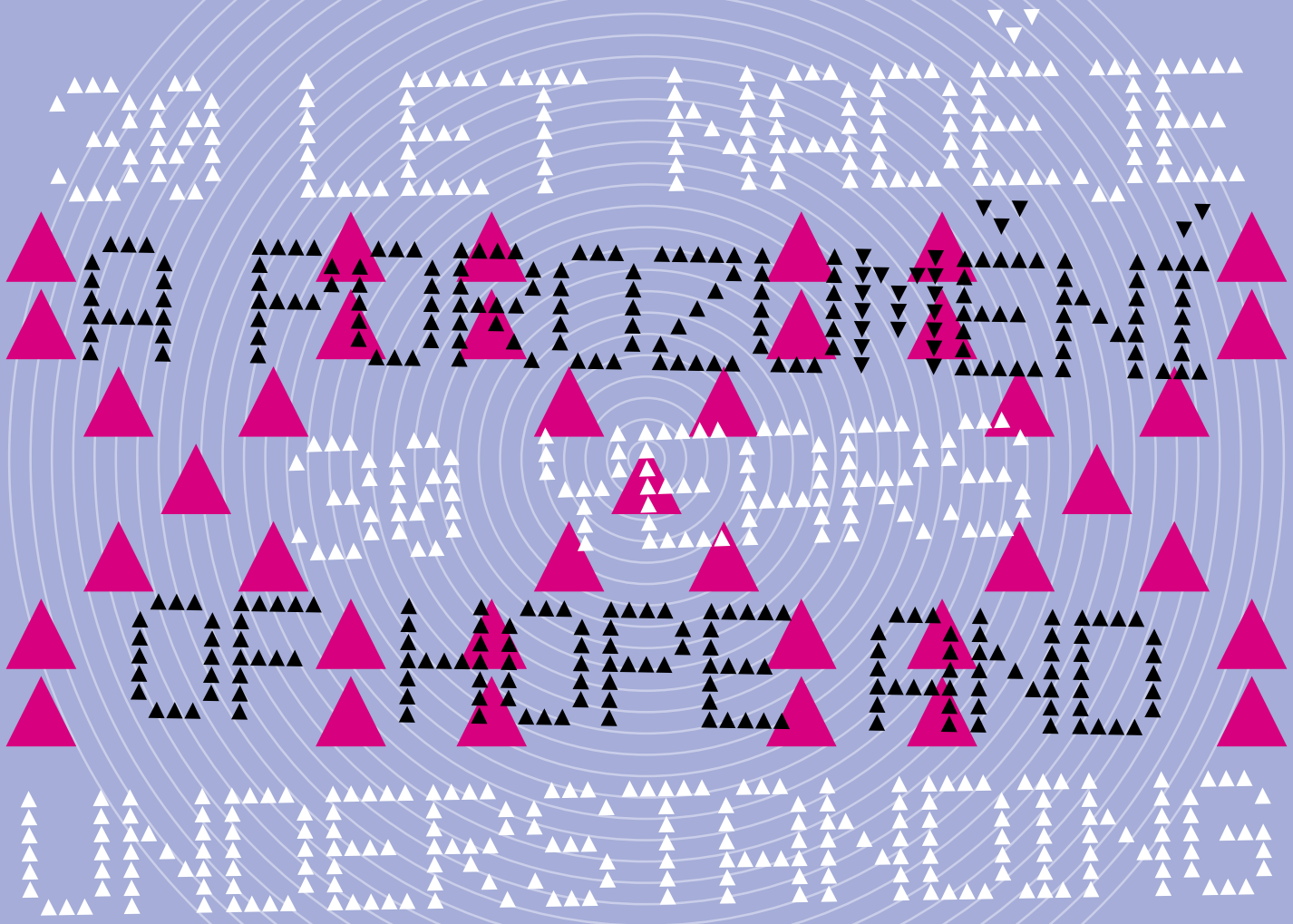
NESTARŠÍ STUDNA BUDE MÍT SVOJI REPLIKU

Dřevěná neolitická studna objevená archeology v roce 2018 během výzkumu před stavbou dálnice D35 u Ostrova na Chrudimsku se dočká repliky. Východočeské muzeum zadalo její výrobu experimentálním archeologům z Archeoparku ve Všestarech. Ti ji vytvořili pomocí dobových nástrojů a původních postupů.

XXX. mezinárodní festival

JAZZ GOES TO TOWN

8.–12. 10. 2024 hradec králové



PETER EVANS EXTRA feat. PETTER ELDH & JIM BLACK /US/SE/
AMIRTHA KIDAMBI'S ELDER ONES /US/ · KAJA DRAKSLER /SI/ · MAJA S. K. RATKJE & STIAN WESTERHUS /NO/ · HORSE ORCHESTRA /DK/IS/NO/SE/
PHILIPP GROPPER / PHILM /DE/AT/ · DORŮŽKA–FISCHMANN–NOVÁK TRIO /CZ/ · MANIUCHA & KSAWERY /PL/ · FRANTIŠEK UHLÍŘ TEAM /CZ/UK/ · THE SHAPE OF JAZZ TO COME VOL. 5 /CZ/GR/PL/
TONGU /BR/CZ/ · HOT BREW /CZ/RO/ · BLUES BOND /CZ/

jgtt.cz

Předprodej: GO OUT

Generální partneři: HRADEC KRÁLOVÉ

Partneři: MINISTERSTVO KULTURY · Státní fond kultury ČR

Pořádá: kontrapunkt

Zažít REGIONY

Od 21. do 28. června 2024 se Hradec Králové opět stane centrem českého divadla. V tomto posledním červnovém týdnu totiž tradičně probíhá Mezinárodní divadelní festival REGIONY. Co návštěvníky čeká, nám prozradila Barbora Hodonická z kulturní neziskovky kontrapunkt, která je zároveň jednou z pořadatelek.

Co nového přináší 29. ročník festivalu REGIONY?

V loňském roce jsme poprvé uvedli vlastní festivalovou produkci, na kterou v letošním roce navážeme. Jsem moc ráda, že se podařilo založit tradici a že dostáváme našemu cíli a záměru dlouhodobě podporovat českou nezávislou scénu a umělce. Festival tak může sloužit jako inkubátor a platforma, která dává vzniknout netradičním a neotřelým formátům a inscenacím, které pak v budoucnu reprezentují celý festival za hranicemi našeho města, a to je myslím opravdu skvělé. Na velkolepou interaktivně-didaktickou performanci K Prameni Jakuba Gottwalda navazuje trio scénografek – Berta Doubková, Josefína Holcová a Iva Ščerbáková – které si pro nás připravily výtvarnou interaktivní instalaci oživenou hravými performancemi. Projekt krásně pracuje s veřejným prostorem a je přesně tím, co do divadelních hradeckých ulic na konci června patří.

Můžete popsat, jak festival odráží letošní téma „Chvění, Tekutost, Rovnováha" prostřednictvím konkrétních představení?

Není rovnováhy bez chvění, vln, proudění… Abychom došli nějaké rovnováhy, musíme balancovat, procházet si určitým procesem. Takovým procesem, za který lze určitě považovat i divadelní zážitek vrcholící katarzí. A tak je vlastně celý festival i jeho jednotlivé části (jednotlivá divadelní představení) odrazem toho tématu jako takového. Jakkoliv je nemožné, aby téma prostoupilo do každičkého bodu programu, který je opravdu rozsáhlý, máme ho při sestavování festivalového programu na zřeteli. Například autorská trojice letošního tvůrčího festivalového projektu (výtvarná interaktivní instalace Hemžení) se tématem přímo inspirovala, a jak konkrétně jej uchopili, budete moci zjistit už velmi brzy.

Jaká jsou nejvíce očekávaná zahraniční vystoupení tohoto roku?

Určitě jím bude velmi aktuální a originální interpretace Krále Oidipa portugalského uměleckého kolektivu SillySeason nebo brilantní nekompromisní inscenace Tíha duše – Vše je dočasné založená na syrovém, a přitom intimním výkonu jedné herečky (Chiara Marchese). Slovensko bude v letošním roce reprezentovat bratislavské Divadlo NUDE, mladý kolektiv nejčastěji zpracovávající aktuální celospolečenská témata. V Hradci Králové představí konkrétně inscenaci Emily. Celkem letos na festivalu vystoupí umělci z osmi zemí včetně České republiky.

Festival zdůrazňuje spojení tradice s nejnovějšími trendy. Jak se vám podařilo udržet tuto rovnováhu při sestavování programu?

Myslím, že právě to propojování je pro hradecký festival už historicky příznačné. O tom svědčí samotný dramaturgický záběr, kdy můžou diváci na festivalu zhlédnout vše od klasické činohry a loutek přes pohybové inscenace, objektové divadlo, performance až po interaktivní instalace ve veřejném prostoru. Co se týká zahraničí, zaměřuje se festival na menší regionální scény s kvalitním uměleckým repertoárem. Z českého programu se pak snaží představit průřez toho nejlepšího napříč výše jmenovanými žánry, co za uplynulou sezónu vzniklo jak v kamenných regionálních divadlech, tak na nezávislé scéně.

S jakými výzvami se setkáváte při organizaci venkovních scén a performancí v historickém centru Hradce Králové?

Na REGIONECH se setkáváme se dvěma typy inscenací ve veřejném prostoru. S takovými, a těch k naší velké radosti stále přibývá, které pro veřejný prostor přímo vznikají, a s takovými, které se běžně hrají ve více či méně tradičních divadelních prostorách a na festivalu jsou přizpůsobeny právě pro ulice. V obou případech je zajímavé sledovat nejen to, jak se s plenérem popasují soubory a umělci, jak ho přijmou za svůj, jak využijí přirozené kulisy města, parků a dalších míst, ale také diváky, kteří jsou svým způsobem vtaženi do děje, přirozeněji představení vnímají a komunikují. Inscenace ve veřejném prostoru můžete navíc často vidět



nespočetněkrát. Kulisy ulic se postarají vždy o unikátní zážitek. No, a pak se samozřejmě coby organizátoři venkovní akce musíme popasovat s často turbulentními změnami počasí. Open air část festivalu je opravdu specifická v tom, že se veškerý program odehrává v prostorách technicky nevybavených. V místech, která jsou kompletně pro festival vybavena, vybudována a vztyčena. V případě nepřízně počasí musíme řešit nejen samotný přesun pod střechu, ale také dobrou komunikaci, aby k nám dorazili diváci, bezpečnost, zakrytí už připravené scény, techniky a řadu dalších věcí. Myslím ale, že za ty roky máme v tomto celkem zajeté mechanismy, díky kterým rušíme opravdu minimum programu.

Jaká představení z letošního programu si osobně nenecháte ujít?

Pro mě osobně jsou festivaly o objevování. Proto se moc těším na netradiční formáty, jako budou například Boxy italského souboru UnterWasser. Určitě si nenechám ujít netradiční perspektivu, kterou nabídne Cirkus TeTy v inscenaci Ke zdi. Moc doporučuju participativní divadelní inscenaci Anny Datiashvili Vzpomínání. Určitě stihnu inscenovaný koncert sboru Veselé chvíle Beracha. A v neposlední řadě se těším na výsledek letošní festivalové rezidence, už dříve zmiňované Hemžení.

Helena Karanská, foto: archiv

CIFY

city for you HRADEC KR.



www.cify.cz

Jaro je fuč

Jaro je jistojistě za námi a nám nezbývá, než se ohlédnout za zážitky a událostmi, které nám přineslo. A že je nač vzpomínat. Připomeňme si období rozpuku v pravidelné rubrice Quartieru.



HRADEC KRÁLOVÉ MÁ SPORTOVCE ROKU

Na slavnostním večeru v hradecké filharmonii byl sportovcem roku za rok 2023 vyhlášen juniorský mistr světa v orientačním běhu Jakub Chaloupský. Ocenění pro nejlepší sportovní kolektiv loňského roku získal stříbrný hokejový tým Mountfield HK. Vítězem kategorie Naděje královéhradeckého sportu, která je určena největším sportovním talentům z řad mládeže, se stal hokejista Adam Novotný. Do Síně slávy byl uveden atlet a sprinter Jaroslav Nohejl.





CIRK-UFF OVLÁDL TRUTNOV

Trutnovský festival nového cirkusu Cirk-Uff letos spojil australský a český nový cirkus a oslavil patnácté výročí Cirku La Putyka. Čtrnáctý ročník festivalu, který proběhl od středy 29. května do neděle 2. června, nabídl 35 představení a dva koncerty. V rámci koprodukce trutnovského společenského centra Uffo a australských kaskadérů vzniklo představení The Veil, které mělo premiéru 31. května. Na festivalu se představily také soubory z novocirkusové školy CZirkidz a umělci z Maďarska a Izraele.

Helena Karanská, foto: archiv







inzerce

HRADECKÝ LETOROST
KONEC LÉTA V ŠIRÁKU

31. 8. 2024
OD 13:00 DO 23:00
LETNÍ KINO ŠIRÁK HRADEC KRÁLOVÉ

DRUHÁ TRÁVA & KATEŘINA GARCÍA
NEREZ & LUCIA SPIRITUÁL KVARTET
MARIEN & VÍŤA TRONÍČEK IVAN HLAS TRIO
WILD WEST TONY JOCH & PŘÁTELÉ
PETR BROUSIL DOU NABOSO

Country KOVO JOCH HRADEC KRÁLOVÉ HRADECKÁ KULTURNÍ A VZDĚLÁVACÍ SPOLEČNOST Hradecké služby Marius Pedersen Group Hradec Králové Český rozhlas LETNÍ KINO ŠIRÁK

www.hradeckyletorost.cz



Hradecký letorost roste do krásy

Třetí ročník festivalu Hradecký letorost, který se koná na závěr prázdninové sezóny v Letním kině Širák, připravuje Hradecká kulturní a vzdělávací společnost za podpory města Hradce Králové. Pořadatelé slibují všem návštěvníkům emocionálně nabitý zážitek díky promyšlené dramaturgii v kombinaci s přírodním prostředím areálu.

Myšlenka dát Hradci Králové nový letní hudební festival, opírající se převážně o folkový žánr, vznikla sice teprve v roce 2019, přesto však jeho obliba rychle roste. Dramaturgie letošního ročníku se pořadatelům opravdu povedla a slibuje zvučná jména. Hlavní hvězdou bude Robert Křesťan & Druhá Tráva, kterou mimořádně doplní i podmanivý dívčí hlas česko-španělské interpretky převážně irské muziky, Kateřiny García, vnučky Alfonse Muchy.

Dalším vrcholem festivalu bude vystoupení Tria Ivana Hlase, který letos slaví své 70. jubileum koncertním turné „Pramínek času“ za doprovodu špičkového kytaristy Norbi Kovacse a violoncellisty Jaroslava „Olina“ Nejezchleby.

Neméně zajímavé bude vystoupení Spirituál kvartetu, pokračovatelů legendárního Spirituál kvintetu. Jejich úspěch potvrzují vyprodané sály po celé republice. Nedávno například vyprodali pražský Obecní dům při společném koncertu se skupinou Marien, která se také může pochlubit stálou přízní fanoušků. Jejich plánovaný výroční koncert v Lucerně byl vyprodán už měsíc po zveřejnění termínu koncertu, který se uskuteční až v prosinci.

Známé trio Neřež se v letním kině rozroste o zpěvačku Luciu Šoralovou do sestavy Nerez & Lucia. Spojení původní tvorby s čerstvými hudebními aranžmá přinese autentický a emocionální zážitek, který posluchače vtáhne a nepustí. „*Je snadné nechat se unést kouzlem jejich hlubokých textů a melodických skladeb, které reflektují životní zkušenosti a dotknou se vaší duše. Chtěli jsme tímto také připomenout, že letos v prosinci to bude 20 let, co nás opustila hradecká rodačka, zpěvačka, skladatelka a textařka Zuzana Navarová*“, popisuje Ivan Kurtev, ředitel pořádající organizace.

V programu dále zahrají: Wild West, mladí Dou NaBoso a o závěr festivalového dne se postará stálý host festivalu Tony Joch & Přátelé. „*Zásadní výjimečnost festivalu spočívá ve zcela odlišné tvorbě dramaturgie. Hlavním cílem není dosažení rekordní návštěvnosti, jde nám spíše o výchovné poslání a především o celkový dojem a zážitek. Chceme také podávat pomocné ruce mladým umělcům a autorům, proto se festival stal i postupovým místem pro talenty východočeského kola soutěže Porta, které také v letošním roce přešlo do Hradce Králové pod křídla Hradecké kulturní a vzdělávací společnosti. Z letošního ročníku soutěže se představí nadějný písničkář Petr Brousil,*“ doplnil.

Hradecký letorost má ambice vrýt se do povědomí posluchačů folkové muziky stejně jako úspěšné formáty Prázdniny v Telči, Mohelnický FolkFest nebo oblíbený festival Folkové Chvojení – festival člověčí muziky ve Vysokém Chvojně též z dílny Ivana Kurteva. Vstupenky jsou k dispozici na www.hkpoint.cz.

(red), foto: archiv



Bonusovka

Akční nabídka na všechny modely Suzuki



Právě teď Vitara a S-Cross s bonusy až 88 000 Kč



+ **Sleva** NYNÍ AŽ **48 000 Kč** + **Prémie** MIMOŘÁDNÁ NABÍDKA **25 000 Kč**

Přijďte si k nám pro svůj **akční bonus** bez háčků a nesplnitelných podmínek a odvezte si nový vůz Suzuki i s **pětiletou zárukou***.

www.suzuki.cz facebook.com/suzukimotorczech Instagram.com/suzuki_czech

5 LET GARANCE

Emise CO_2 v g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba v l/100km – Suzuki Vitara 1.4: 119–121 g/km, 5,3 l/100km. Suzuki S-Cross 1.4: 119–120 g/km, 5,3 l/100km. Fotografie jsou pouze ilustrativní. Nabídka platí do vyprodání zásob. * Pět let garance se skládá z tovární záruky (3 roky / 100 000 km) a následně ze smluvní záruky Suzuki Premium (2 roky / 150 000 km), která je poskytována podle záručních podmínek společnosti Real Garant Versicherung AG.

SUZUKI

AUTOREGINA

REGINA,a.s.

Bratří Štefanů 492, Hradec Králové, tel: 495845304,
prodej.suzuki@autoregina.cz, www.autoregina.cz

Autorizovaný prodej a servis vozů SUZUKI



10 otázek pro...

Jak dobře znáte osobnosti našeho regionu? Pár otázek jsme jim položili za vás v tradiční rubrice Quartieru. Co nám na sebe prozradila ředitelka Klicperova divadla Eva Mikulková?

S čím máte spojené léto?
Pro mě je léto spojené s přírodou, pobytem venku, v lese, na horách, u vody. Mám ho spojené s plaváním, jízdou na kole a večery strávenými s rodinou a přáteli. V létě se snažím věnovat svým dvěma dcerám a vnučkám, na které během roku nemám moc času. Je to období, kdy si můžu dopřát čas jen pro sebe a načerpat novou sílu do příští divadelní sezóny.

Jaký byl váš největší zážitek uplynulého jara?
Byl to divadelní zážitek, činoherní představení Národního divadla ve Státní opeře v režii Mariana Amslera – Mefisto. Přestože představení trvalo déle než tři hodiny, bylo stále na co se dívat. Fantastická scénografie a kostýmy, nápaditá práce s kamerou, krásná hudba. Byl to herecký koncert Roberta Mikluše, ale i výkony všech ostatních herců, kteří jej skvěle doplňovali. Opravdu skvělé představení, které mohu vřele doporučit všem milovníkům divadla.

Které cestovatelské místo je vaše nejmilejší? A proč?
Cestuji velmi ráda a těch krásných míst je spousta. Pokud bych měla vybrat jedno, byla by to Itálie. Jedno z nejúžasnějších míst, které jsem měla možnost poznat. Je doslova poseta památkami a uměleckými poklady z různých období, od antiky přes renesanci až po baroko. Každé město, každá ulice mají svůj příběh a kouzlo. Mám ráda malá starobylá městečka, která jsou rozmístěna na všech větších kopcích, mají nepopsatelnou atmosféru. Dalším lákadlem jsou přírodní krásy. Itálie je velmi rozmanitá země, každá její část je odlišná od té druhé. Úchvatná pohoří a jezera v severní Itálii, nádherná toskánská krajina, pobřeží Amalfi na jihu – krajina Itálie je prostě dechberoucí. A také miluji italskou kuchyni, která patří mezi moje nejoblíbenější.

Jaký je váš dosud největší zahradnický úspěch?
Musím se přiznat, že nemám vlastní zahradu, takže mým největším „zahradnickým počinem“ je péče o pokojové rostliny v mém bytě a v létě o květiny na balkoně. Mám čtyři balkony, takže na jednom mám i mini zahrádku s rajčaty, okurkami a bylinkami. Velice ráda však obdivuji zahradnické úspěchy ostatních.

Na který moment své kariéry nejraději vzpomínáte?
Asi žádný konkrétní moment není. Mám radost ze všech úspěchů divadla i našich herců a právě tyto momenty jsou ty, na které ráda vzpomínám.

Jaký je vás největší kulinářský zážitek?
Svíčková mojí maminky.

Jaké místo v České republice na vás nejvíc zapůsobilo?
Narodila jsem se v Náchodě a mám ráda místa v okolí. Jsou to především skalní města Adršpach a Broumovské skály.

Jaký je váš vztah ke sportu?
Sport mám ráda, jen není tolik času se mu věnovat. V létě hodně plavu, jezdím na kole a chodím po horách. V zimě lyžuji a občas zajdu do posilovny.

Jaký je váš největší adrenalinový zážitek v životě?
Nejsem moc adrenalinový typ. Asi největší adrenalin pro mě byl bungee jumping z jeřábu ve výšce 75 metrů, ke kterému mě přemluvili moji přátelé. Když jsem se nahoře podívala dolů, chtěla jsem se vrátit zpátky, ale protože se všichni dívali, bylo mi to trapné, tak jsem skočila. Byl to spíše šok než adrenalin. Musím ale říct, že potom jsem na sebe byla docela pyšná.

Jaká je vaše představa ideální dovolené?
Ráda poznávám nová místa, takže moje dovolená bývá poznávací a musí být spojená s aktivním pohybem. Miluji hory, horské potoky, vodopády a hlavně místa, kde je co nejméně lidí. Bohužel, takových míst je dnes už velmi málo.



(red), foto: archiv

Kdo je Eva Mikulková?

Narodila se v Náchodě a pochází z dvojčat. Společně se svou sestrou absolvovaly Vysokou školu ekonomickou v Praze. Před příchodem do Klicperova divadla pracovala na několika ekonomických pozicích v soukromém i veřejném sektoru a několik let působila i jako ekonomický náměstek hradecké scény. Klicperovo divadlo vede jako ředitelka od roku 2014 a za uplynulých deset let jej transformovala v prosperující kulturní instituci, která nejenže překonává výzvy, jako byla nedávná pandemie, ale i nadále nabízí inovativní a oslovující repertoár pro své diváky. V osobním životě je matkou dvou dcer a pyšnou babičkou dvou vnuček.

inzerce

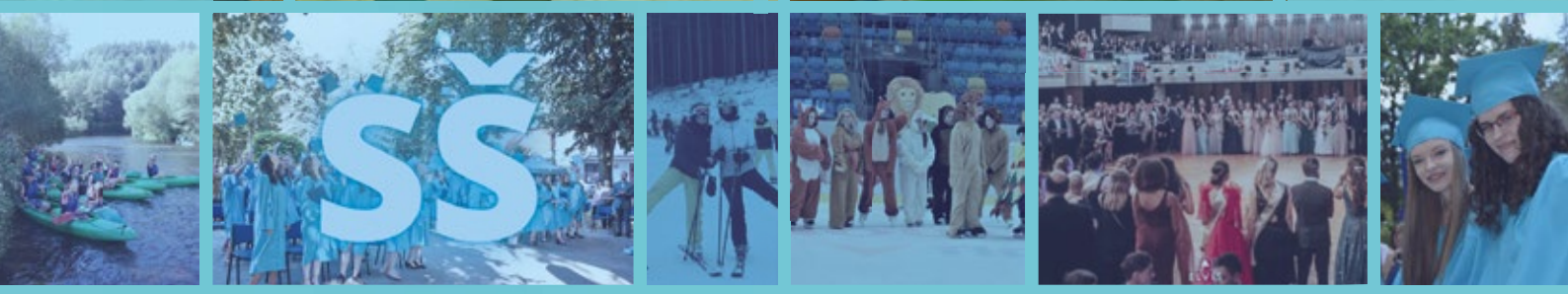


Sion

ŠKOLY A DDM

to nejlepší pro Vaše děti





sion.cz

každé z dětí je u nás

TÍM NEJDŮLEŽITĚJŠÍM

Zaměřujeme se na jejich talenty, nadání i rozvoj charakteru.

Jsme rádi za jejich názory i nacházení jejich vlastních originálních řešení.

Chyba není ostuda, naopak je povzbuzujeme, aby se nebály dělat chyby a zkoušet nové věci.

Ve školce jsou skoro jako doma, v rodinném prostředí, kde paní učitelky jsou tety.

Do školy nechodí jen proto, že musí, není to nutné zlo - skutečně je to u nás baví.

Učí se nikoli pro učení, ale aby se dozvídaly nové věci a přicházely na kloub tomu, jak věci fungují.

Zažívají, že škola je pro ně užitečná, že má skutečně smysl - nezískávají averzi k učení.

Nejsou ze školy otrávené a apatické, naopak jsou aktivní a zvídavé.

Středem naší školy je každé z dětí a vždy hledáme, jak právě jeho naučit maximum,
k tomu užíváme různorodé metody učení, vždy tu, která je právě nejefektivnější.

To vše vede k tomu, že jsou skvěle připravené na další studium.

Na střední škole vyučujeme tak, aby to studentům dávalo smysl, aby chápali souvislosti
a byli schopni samostatně přemýšlet.

Vytváříme prostředí, kde je vítané projevovat své názory, kde se studenti rozvíjejí jako osobnosti.

Chceme, aby se studenti rozvíjeli všestranně.

Zásadně neděláme přepadová zkoušení u tabule, namísto toho máme mnohem spravedlivější
a komplexnější písemné testy.

Celkovým pojetím Sion High School jsou její studenti připravenější na vysoké školy lépe
než studenti jiných škol.

Sion
Mateřská škola
Škola, která má ráda děti

Sion
Základní škola
SiON ELEMENTARY

Sion
High School
Gymnázium a pedagogická SŠ

Sion
Dům dětí a mládeže
Volnočasové aktivity
a kroužky pro Vaše děti



new visit

krajina · města · zahrady

navrhujeme
realizujeme
vybavujeme

Inteligentní zahrady – nejen technologie

Současné technologie jsou součástí našeho každodenního života, a to nejenom uvnitř našich domovů, ale i venku, v prostoru kolem. Díky chytrým pomocníkům získáváme více času na rodinu, odpočinek, zkrátka na to, co nás baví. „Inteligentní zahrada nejsou jen robotické sekačky, jde o „holistickou medicínu" v krajinářské architektuře a zahradním designu," říká krajinářský architekt a urbanista Tomáš Jiránek z New Visit.

Popíšete koncept inteligentní zahrady?
Trend doby mít vše inteligentní nemůže zůstat pouze u technologického pojetí. Náš přístup je komplexní. Jde nejen o zjednodušení péče a úsporu času. Technologií ale biologickou matérii, kterou zahrada stále je, nepřelstíme. Zahrada je živý organismus, který se v čase dynamicky vyvíjí a mění. Inteligentní zahrada je kombinace znalostí, přirozenosti a oněch chytrých technologií. Podobně jako celostní medicína, která spojuje tělo a duši, i my vidíme zahradu jako síť vztahů. Dům bez zahrady, sídliště bez parku nikdy domov nevytvoří. Domov je vztah s místem. S lidmi. Spojení technologických procesů a relaxace. Nezastavitelná automatizace, jako je například robotické sekání trávy, které má navíc i další pozitivní přínosy pro půdu i vegetaci, nám dává více času pro prožití zahrady a odpočinek. Nadto v tichu, které nám technologie nabízí. Tento přístup musí začít už ve fázi návrhu, kde klademe důraz na udržitelný design. Trend automatizace a inteligentního zacházení se týká nejen soukromých zahrad, ale i veřejných parků a městských prostor. Proto je součástí také úsporné svícení nebo zavlažovaní. Chytrá zahrada coby komplement k chytré domácnosti, chytrému městu. Například použití robotických sekaček v Centrálním lázeňském parku v Poděbradech umožňuje tichou údržbu města, která tak neobtěžuje ani pacienty, ani rezidenty. To je fajn, ne?

V čem se liší návrh inteligentní zahrady od té tradiční?
Zpravidla musí umět pojmout zmíněné technologie. Architektonický koncept a detail, avšak nesmí plakat nadmírou technologické závislosti. Pořád hrají hlavní roli rostliny, terén, voda. A lidé nebo pes. To je stejné, jako když stavíte dům. Inteligentní přístup skutečně začíná už u projektování. I odpad z listí je součást inteligentního přístupu. Místo jeho shrabávání ho můžeme ponechat v keřích jako součást designu zahrady. K inteligentní zahradě patří i hnojení správnými hnojivy a prvky pro život rostlin nezbytnými. Robotické sekání, používání elektrických strojů v zahradě, světelná scéna, aniž by se jednalo o světelný smog, a mnoho dalších vrstev. To znamená, že zahrada má být dobře navržena. Tlak na znalost všech vrstev stavby je veliký. Stále se vzděláváme.

Zahradničení je spojené s relaxací, neokrademe se tedy o tu radost z práce?
Naopak. Inteligentní technologie nám dovolují získat čas na obyčejné věci, které jsme opustili. Přivonět, utrhnout, přivázat, ostříhat, zasadit, sklidit, prostě se dotknout. O to přece jde. Technologie nám dodává čas na zážitky, které k lidem patří a neopustí je. Lidé je stále více vyhledávají. Zajímavé, že? Hledáme tradice pod svícnem úprku dopředu. Pořád je pro člověka přirozené hledat odpočinek dotekem s krajinou, rostlinou, přírodou. Takže inteligentní zahrada je inteligentní tehdy, když je harmonická a zdravá. Zkrátka radost z práce může být i duševní hygienou. Ale na takovou práci potřebuji mít správnou míru bezstarostného klidu. A to je inteligentní koncepce zahrady či bydlení.

Jaké rady byste dal někomu, kdo chce začít integrovat inteligentní technologie do své zahrady, ale neví jak?
Doporučil bych začít konzultací s krajinářským architektem, který vám pomůže zmíněné prvky správně poskládat do prostoru. Nejde jen o úsporu času díky technologii, ale o to, jak může zlepšit celkovou kvalitu vašeho života a prostředí. Architekt vám může navrhnout, jak technologie začlenit, aby byly ve shodě s celkovým designem a funkcí zahrady. Při plánování je důležité zaměřit se nejen na samotná zařízení, ale přemýšlet o tom, jaké další přínosy a efekty může jejich použití přinést. Architektonický přístup může zahrnovat redesign nejen prostoru, ale možná i vašeho nahlížení na život se zahradou.

Helena Karanská, foto: archiv





Fenomén Adidas

Co se vám vybaví, když se řekne Adidas? Jistojistě to bude jeho známé logo, nekonečné řady sportovní obuvi a oblečení či obrazy vrcholových atletů a módních ikon. Adidas je kulturní fenomén, který od svého založení překročil hranice módní značky. Jak se ale tento gigant vyvíjel od skromných začátků až po globální dominanci?





SPORTOVNÍ OBUV, KTERÁ MĚNÍ HRU

V srdci Bavorska, v malém městečku Herzogenaurach, položil Adolf „Adi“ Dassler základy jedné z nejúspěšnějších sportovních značek světa. Jeho cesta začala v roce 1924 v prádelně jeho matky, kde společně se svým bratrem Rudolfem pracovali na svém snu – vytvořit sportovní obuv, která by měnila hru. Dasslerův inovativní přístup vedl k vývoji treter, což byla revoluční novinka umožňující atletům lepší adaptaci na různé povrchy. S tímto vyrazil na olympijské hry v Berlíně, aby nabídl své nejnovější výtvory atletům z celého světa. Jesse Owens, který se stal jedním z nejslavnějších atletů všech dob, si pro své závody vybral právě Dasslerovu obuv. Owensova vítězství na 100 metrů, 200 metrů, ve štafetě 4x100 metrů a ve skoku do dálky nejenže mu získala čtyři zlaté medaile, ale také dokázala světu význam správné sportovní obuvi.

Vztahy mezi bratry Dasslerovými se však postupně zhoršovaly, což nakonec vedlo k jejich rozdělení. V roce 1949 Adi založil Adidas, zatímco Rudolf stál u zrodu konkurenční firmy Puma. Tento rozkol položil základ jedné z největších rivalit v historii sportovního oblečení a obuvi. Po odloučení se Adi plně věnoval rozvoji Adidasu. Jeho schopnost inovovat a přizpůsobit produkty potřebám sportovců mu rychle získala uznání na mezinárodní scéně. Jedním z prvních a nejviditelnějších úspěchů (již značky Adidas) byla podpora německého fotbalového týmu během mistrovství světa v roce 1954, kdy tým, obutý v obuvi Adidas, zvítězil. Tento triumf, známý jako „zázrak z Bernu“, výrazně zvýšil povědomí o značce a potvrdil její místo jako lídra v oblasti sportovního vybavení.

ROZŠÍŘENÍ IMPÉRIA

S rostoucím vlivem značky v oblasti sportu Adidas rozšířil svůj sortiment daleko za hranice běžeckých drah a fotbalových hřišť. Přelomovým momentem bylo, když Adidas vstoupil do světa streetwearu a začal spolupracovat s umělci a designéry. Spolupráce s Kanye Westem a vytvoření řady Yeezy zásadně ovlivnila trh s teniskami a stala se kulturním fenoménem. Další významná partnerství zahrnují spolupráce s Pharellem Williamsem, jehož kolekce Human Race oslavuje rozmanitost, nebo s Yohji Yamamotem, zakladatelem značky Y-3. Také spolupráce mezi Adidasem a Stellou McCartney je významným milníkem, který dokonale ilustruje, jak může spojení sportovní funkčnosti a vysoké módy vytvořit úspěšnou a udržitelnou kolekci. Stella McCartney, britská módní návrhářka známá svým důrazem na ekologickou udržitelnost a etickou výrobu, se spojila s Adidasem v roce 2005, aby společně vytvořily Adidas by Stella McCartney. Tato spolupráce byla jednou z prvních, která představila koncept vysoké módy v oblasti sportovního oblečení a ukázala, že funkční sportovní vybavení může být zároveň stylové a udržitelně vyrobené. Tím, že Adidas přijal streetwear jako neoddělitelnou součást své identity, dokázal oslovit nejen vrcholové sportovce,

> *„Spolupráce s Kanye Westem a vytvoření řady Yeezy zásadně ovlivnila trh s teniskami a stala se kulturním fenoménem.“*





ale i milovníky módy a širokou veřejnost hledající vyváženost mezi funkcionalitou a stylem. V oblasti sportu Adidas spolupracuje s některými z největších jmen včetně fotbalisty Lionela Messiho, který se stal tváří značky. V tenise značka podporovala hvězdy jako je Simona Halepová. Basketbalový svět obohatil o spolupráci s Jamesem Hardenem, jenž se stal klíčovou postavou pro linii basketbalových bot.

TECHNOLOGICKÁ REVOLUCE

V roce 2004 představila značka první inteligentní běžecké boty na světě. Adidas_1 byly navrženy tak, aby se automaticky přizpůsobovaly běžeckým podmínkám a specifickým potřebám nohou běžce, což představovalo značný posun v personalizaci a komfortu sportovního vybavení. Klíčovým prvkem byl mikroprocesor schopný 20 000 čtení za sekundu, který monitoroval tlak podrážky během běhu a automaticky upravoval polstrování v reálném čase. Mikroprocesor, umístěný v patě boty, spolupracoval s motorem, který upravoval mechanismus polstrování na základě získaných dat. Tato technologie umožňovala běžecké obuvi, aby byla pevnější nebo měkčí v závislosti na stylu běhu, povrchu a osobních preferencích běžce, čímž poskytovala optimální podporu a zvyšovala výkon. Cena této obuvi odrážela pokročilou technologii, výzkum a vývoj – pohybovala se okolo 250 dolarů. Šlo o jedny z nejdražších běžeckých bot v době svého uvedení na trh.

PRŮKOPNÍK V RECYKLACI

Ve své dlouhé historii se Adidas, podobně jako mnohé globální značky, setkal s řadou výzev a kontroverzí. Patřila mezi ně obvinění z neetických pracovních praktik a otázky udržitelnosti. Značka proto zavedla řadu iniciativ, které měly za cíl nejen zmírnit negativní dopady její činnosti na životní prostředí, ale také posunout celý průmysl k udržitelnějším postupům. Jedním z přelomových kroků bylo experimentování s recyklovanými materiály, zejména s plastovým odpadem z oceánů, který byl transformován na vysoce kvalitní sportovní obuv a oblečení. Vedle snah o zlepšení vlastní udržitelnosti se Adidas stal také hlasem propagujícím změnu v celém odvětví. Spoluprací s organizacemi, jako je Parley for the Oceans, Adidas nejen zvýšil povědomí o možnostech recyklace plastového odpadu, ale také inspiroval ostatní značky a výrobce k přemýšlení o tom, jak mohou změnit své výrobní procesy, aby byly šetrnější k planetě.

SOUČASNÉ POSTAVENÍ ZNAČKY NA TRHU

Společnost investuje do výzkumu a vývoje nových technologií a materiálů, které zlepšují výkon a pohodlí. Revoluční podrážka Boost, která poskytuje nevídanou úroveň odpružení a návratu energie, zásadně změnila průmysl sportovní obuvi. Experimentuje se 4D tiskem a udržitelnými materiály, jako je recyklovaný plast, což umožňuje výrobu ekologicky šetrnějších produktů bez kompromisů. Hledá nové způsoby, jak přinést inovace do svého sortimentu. Jedním z příkladů je personalizovaná obuv, kde zákazníci mohou mít produkty přizpůsobené svým specifickým potřebám a preferencím. V digitálním světě využívá aplikace a sociální média k vytváření komunity mezi svými zákazníky. Nabízí aplikace pro trénink, běh a životní styl, které pomáhají uživatelům sledovat jejich pokrok a dosahovat jejich fitness cílů. Adidas si udržuje pozici lídra na trhu díky strategii, která kombinuje inovace, udržitelnost a digitální marketing.

Helena Karanská, foto: Jason Mavrommatis, Amanda Vick, archiv

Tenisky roku 2024?

Adidas Samba



adidas.cz
2 799 Kč

Adidas Gazelle



adidas.cz
2 799 Kč

Adidas Spezial



adidas.cz
2 699 Kč

Moderní důchodový účet **DIP** od Portu

Investujte na stáří efektivně.
Začněte ještě dnes na portu.cz.

NOVINKA

Investování není bez rizika.



portu | Lepší místo pro peníze

Atraktivní díky úsměvu

Sníte o dokonalém a zářivém úsměvu? A chodíte pravidelně na dentální hygienu? Pokud ne, je nejvyšší čas to změnit! Odbornice na ústní zdraví, dentální hygienistky Denisa Pavlíková a Karolína Šebestová z Dental Office Collinova, se shodují: důkladná péče o zuby je základem krásného úsměvu a bělení je třešničkou na dortu. V rozhovoru prozradí, jak si udržet zdravý a bílý úsměv po dlouhou dobu.



Jaký vliv má dentální hygiena na zdraví zubů?
DP: Mnoho lidí ji považuje spíše za kosmetický zákrok, který nemá na zdraví zubů a dásní významný vliv. Opak je ale pravdou. Má své opodstatnění především jako léčba a prevence nejrůznějších onemocnění v dutině ústní, jako je zánět dásní nebo paradentóza. Dále také na estetiku zubů, protože během návštěvy odstraníme pigmentace, zubní kámen a plak.

Můžete krátce popsat úkony, které jsou s ní spojeny?
DP: Na naší klinice provádíme dentální hygienu pomocí efektivního a šetrného GBT (Guided Biofilm Therapy) protokolu. Začínáme vyšetřením stavu chrupu, dásní a parodontu. Následně použijeme detektor k obarvení plaku, což pacientům umožňuje lépe vidět místa, která vyžadují lepší péči. Na základě toho pak doporučujeme specifické techniky čištění a vhodné pomůcky. Dalším krokem je použití airflow (stlačený vzduch, voda a prášek) k odstranění zubního plaku a pigmentací. Poté ultrazvukem a ručními nástroji odstraníme zubní kámen, zkontrolujeme, zda byly všechny povlaky účinně odstraněny, a aplikujeme fluoridační gel. Součástí je také výběr správných pomůcek a demonstrace efektivních technik domácí péče o zuby.

Jak má vypadat správná domácí péče?
DP: Samozřejmě je nutné si zuby čistit pravidelně, a to správně vybranými pomůckami a nejlépe technikou čištění, která byla nacvičena v ordinaci. Večerní používání mezizubních kartáčků je rovněž nezbytné. Čištění by mělo být doplněno o přípravky obsahující fluoridy, které pomáhají předcházet vzniku zubního kazu. Nejdůležitější je však mechanické očištění, protože čisté zuby se nezkazí. Doporučuji i používání detekčního roztoku nebo tablet pro kontrolu, zda jsme vše provedli správně.

Jak často by lidé měli navštěvovat dentální hygienistku?
DP: Ideální frekvence návštěv se liší podle individuálních potřeb a stavu ústního zdraví jednotlivce. Pro ty, kteří pečlivě dodržují domácí péči a následují pokyny své hygienistky, obvykle postačí dvakrát ročně. V případě, že má ale pacient větší sklon k tvorbě zubního kazu, je u něho přítomna paradentóza, má zhotovené větší množství protetických prací, ortodontický aparát nebo například jde o pacienta s handicapem či jiným onemocněním, je vhodné chodit na dentální hygienu každé tři měsíce.



Mnozí touží po zářivě bílém úsměvu. Jaké metody bělení považujete za nejbezpečnější a nejefektivnější?
KŠ: Jsou to ty metody, které jsou prováděny přímo v ordinaci dentální hygienistky či stomatologa. Účinnost bělení závisí na několika faktorech, včetně počáteční barvy zubů a životního stylu, jako je kouření. Přesný výsledek nelze předem stanovit, doporučuji však bělení kombinované, kdy pacient nejprve podstoupí ordinační bělení a následně bělí ještě doma pomocí zhotovených nosičů a bělících gelů. I samotné domácí bělení přináší skvělé výsledky.

Jaké jsou nejčastější mýty o bělení zubů, se kterými se setkáváte v praxi?
KŠ: Nejčastěji se setkávám s přesvědčením, že bělení zubů je škodlivé. To však platí pouze v případech, kdy se používají nevhodné materiály, jako je například jedlá soda, která může sklovinu abrazivně poškodit. Důležité je uvědomit si, že účinně a bezpečně zuby vybělí pouze látky jako peroxid vodíku a karbamid peroxid. Tyto chemikálie jsou v přípravcích na bělení zubů, které však nejsou volně prodejné.

Jakou roli hraje strava v udržování zdravých a bílých zubů?
KŠ: Barevné změny zubů můžou ovlivnit pigmentace způsobené častým pitím kávy, bylinných čajů, červeného vína či kouření. Lze je však jednoduše odstranit u dentální hygienistky. Během bělení však doporučujeme dodržet tzv. bílou dietu. Obecně je strava pro zdraví dutiny ústní důležitá, protože bakterie v zubním plaku metabolizují cukry přijímané z potravy na kyseliny, které narušují povrch zubu. Prevencí vzniku kazu je odstraňování zubního plaku a pravidelná návštěva dentální hygieny.

Helena Karanská, foto: archiv



Interiéry roku 2023!

Soutěž Interiér roku, kterou každoročně pořádá Institut bytového designu, zná své vítěze. Tím absolutním se stala rekonstrukce domu v Kutné Hoře od studia Jana Holuba a Tomáše Hanuse, Byró architekti. U veřejnosti bodovala nízkonákladová rekonstrukce bytu od Jakuba Žohy a Štěpána Mareše, zatímco Cenu novinářů získal ateliér skláře od studia A1 Architects. Odborná porota vyhlašovala vítěze celkem deseti kategorií.



DŮM V KUTNÉ HOŘE

Autor: Jan Holub, Tomáš Hanus

Kompletní rekonstrukce domu v historickém centru Kutné Hory získala nejvyšší ocenění v kategorii Rekonstrukce a stala se i absolutním vítězem. Původní středověká stavba byla zničena požárem a na jejím místě vznikl objekt z konce 19. století. Ten však prošel nevhodnou a nešetrnou rekonstrukcí v sedmdesátých letech 20. století, což výrazně změnilo jeho původní charakter. Současní autoři renovace se snažili obnovit autenticitu a původní ráz domu. Centrem života domu se stalo točité schodiště zakončené světlíkem, které díky novým otvorům přináší světlo do nitra domu a propojuje jednotlivé vnitřní prostory. Vnější vzhled domu je minimalistický, zatímco interiér je barevně výraznější. Převládají tlumené odstíny, které jsou místy kombinovány s výraznějšími barevnými plochami a akcenty.

GARDEN VILA U PRAHY

Autor: Michal Kunc, Petr Tesař, Pavol Sojka, Michal Sůva

Vítěz kategorie Novostavba. Bungalov je koncipován tak, aby se zcela otevíral do zahrady, zatímco směrem do ulice zůstává uzavřený. Část domu je vyvýšená a tvoří oddělené ložnicové patro. Jednotlivé funkční prostory jsou uspořádány v liniové kompozici. Do detailu vyladěná kuchyňská část s kuchyňským ostrůvkem, masivní jídelní stůl orámovaný černými ikonickými židlemi, který je možné od části se sedací soupravou oddělit posuvnou lamelovou stěnou. Prostorná vstupní hala s atriem odděluje pracovnu s garážemi a technickým zázemím od obytných částí domu, které zahrnují i hlavní ložnici. Atmosféru interiéru dotvářejí jemné přírodní materiály, jako jsou dubové podlahy, béžové stěrky, travertin a medové lamelové podhledy.





BYT S MODRÝM SCHODIŠTĚM

Autor: Jakub Žoha

Vítěz kategorie Nízkonákladové bydlení. Architekt se rozhodl navrhnout byt odlišně od klasické garsonky, kde je spaní viditelné hned od vstupu. Místo toho prostor rozdělil na spodní část pro denní aktivity a horní část určenou ke spaní. Důraz byl kladen na nalezení správného poměru mezi velikostí nového patra a prostorem pod ním, aby celkový prostor zůstal vzdušný. Architekt navrhl vložené patro jako dvě na sebe položené a pootočené desky, které jsou podepřeny jen jedním subtilním sloupkem. Obytná část je propojena s terasou, která v létě slouží jako další místnost. Vybavení, nábytek a doplňky jsou kombinací úplně nových věcí a věcí, které již majitel měl.

HOTEL PERK

Autor: Lucie Koldová

Vítěz kategorie Veřejný interiér I. Rekonstrukce zachovala původní exteriérové rysy budovy v Šumperku, přičemž v interiérech zvolila moderní design a prostorovou vzdušnost, kterou zvýrazňuje řada atmosférických světelných instalací. Restaurace v přízemí je laděna do tmavších barevných tónů a navozuje ležérní atmosféru. Hlavním záměrem otevřeného prostoru lobby bylo nabídnout návštěvníkům hotelu místo k relaxaci a inspiraci, které svou atmosférou připomíná galerii, prosvětlenou sluncem díky velkoformátovým oknům po celém obvodu. Barevná typologie stěrek v pokojích – cihlová, nugátová, olivová a šedomodrá má zvýraznit dispozice a geografickou orientaci jednotlivých podlaží.





OBNOVA ČERVENÉHO KOSTELA

Autor: Miroslav Pospíšil, Daria Johanesová, Denisa Kubíčková Strmiskoová, Jan Košátko

Vítěz kategorie Veřejný interiér II. Obnova olomouckého kostela a nová přístavba byly realizovány současně, aby se zajistily provozní potřeby a dosáhlo barevného i materiálového propojení obou prostor, které nyní tvoří jednotný celek. Přesto si atmosféra interiérů zachovává odraz různých období, ve kterých vznikly. Kovové prvky byly natřeny černou matnou barvou, betonové prvky jsou kombinací šedé a růžové, což odkazuje na barvu kostela. Dřevěné prvky mají medově-hnědý odstín, který ladí se zachovanými prvky chóru a kazatelny. Prostor kostela byl co nejvíce navrácen do původního stavu, ale doplněn o moderní osvětlení a mobiliář, jelikož původní prvky se nedochovaly.

ATELIÉR ARCHSTYL A STUDIO WOOW

Zoltán Horváth, Zuzana Horniaková, Ivana Gajdariková, Matej Raučina

Vítěz kategorie LD Seating (kanceláře a cowork). Interiér v industriálním stylu, který je podpořen technickými litými podlahami a odhalenými stavebními materiály. Nábytek je vyroben z bělené překližky a smrkového masivu, přičemž popisovatelné plochy nahrazují při jednáních klasické tabule. Pro strop byla zvolena perforovaná plechová krytina nebo heraklitové desky, které poskytují vynikající akustickou absorbci. Skleněné příčky umožňují klientům při konzultacích cítit se jako součást dění a vnímat prostor za nimi, zatímco závěsy zajišťují dostatek soukromí pro citlivější schůzky. Pro relaxaci a denní potřeby zaměstnanců slouží bývalé kancelářské prostory ve stejném patře doplněné o venkovní obytnou terasu.



LÉKÁRNÍKŮV DŮM

Autor: Martin Petřík, Matěj Šebek

Vítěz kategorie Cena generálního partnera. Tento poctivě postavený řadový dům si v roce 1911 nechal zrealizovat místní lékárník. Dům je charakteristický kvalitními materiály, precizními detaily, prostorovou velkorysostí a romantickým historismem. Avšak jeho původní dispozice neodpovídaly potřebám současné pětičlenné rodiny. Autoři vložili do přízemí jasné úzké žluté jádro koupelen a šaten, které rozdělilo prostor. Přízemí, dělené schodišťovou halou, bylo propojeno otvory podél nově vzniklého jádra, které funguje jako filtr pro přechod do noční zóny domu. Dominantním prvkem obytného prostoru je mohutný pilíř, kdysi zeď, obklopený sedacím nábytkem a původními kachlovými kamny, která jediná vystupují z linie nového jádra.





DUCH ATELIÉRU SKLÁŘE

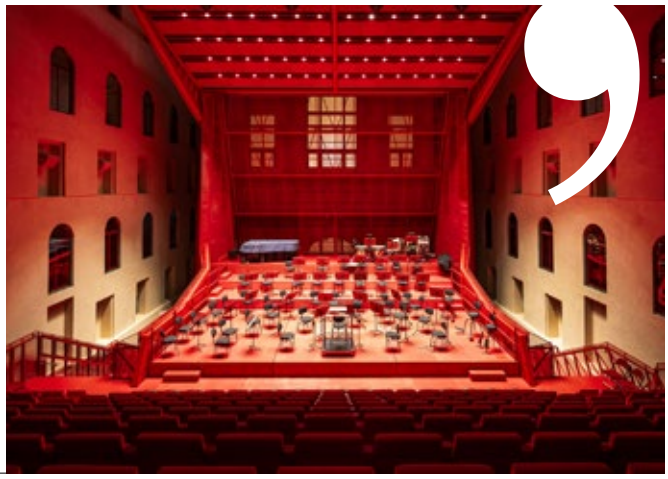
Autor: Lenka Křemenová, David Maštálka, Zuzana Sagitáriová, Tereza Schneiderová

Vítěz kategorie Cena novinářů. Spojením dvou ateliérových prostor z roku 1968 vytvořili autoři prostorný obytný prostor, jehož dominantním prvkem je oheň – betonový krb s otevřeným ohništěm, který slouží také jako akumulační kamna a prostor pro plynový sporák. Součástí návrhu je nová venkovní „pavlač“, která spojuje obytný prostor s dolní zahradou a nově vytvořenou terasou na úrovni patra. Vedle ateliéru byla postavena kajuta pro hosty a nové schodiště uprostřed dispozice propojuje hlavní prostor s menším ateliérem v podkroví. V úrovni severní zahrady byl dům výrazně přestavěn s cílem vytvořit individuální pokoje pro děti, ložnici pro rodiče i hygienické a technické zázemí.

CÍSAŘSKÉ LÁZNĚ

Autor: Petr Hájek

Vítěz kategorie Cena zahraničních médií. Multifunkční sál je umístěn v atriu historického objektu národní kulturní památky Císařských lázní v Karlových Varech. Budova před revitalizací již nesloužila svému původnímu účelu a byla ve špatném technickém stavu, proto se hledalo nové využití pro atrium objektu. Sál byl navržen tak, aby mohl být kdykoli demontován bez jakéhokoli zásahu do objektu Císařských lázní. Ocelová konstrukce tvořící kostru sálu a jeho opláštění byly navrženy tak, aby jednolité části mohly být do atria vloženy pomocí speciálně vytvořených otvorů ve střeše. Vrchní část sálu je určena pro požádání pro kulturních a společenských akcí, zatímco prostory pod sálem budou sloužit pro společenská setkání, výstavy nebo respirium.





JAK BYDLÍME MY

Autor: Jakub Žoha, Štěpán Mareš

Vítěz kategorie Hlasování veřejnosti. Mladý pár se rozhodl přeměnit svůj pronajatý byt na prostor odpovídající jejich životnímu stylu. V rámci úprav odstranili staré malby a obnovili parkety, čímž dosáhli harmonického interiéru plného přírodních odstínů a barevných kontrastů. Kuchyně nyní poskytuje dostatek prostoru pro pracovní plochu, velký jídelní stůl, kredenc po babičce, a dokonce i růžové piano. Propojení s obývacím pokojem vytváří vzdušný a příjemný prostor, kde je dostatek místa pro každodenní potřeby i pohodlné stolování s více hosty.

(red), foto: Facebook

CASA

BAR & BISTRO & BED

OCHUTNEJTE ITÁLII









WWW.CASADELPROSECCO.CZ

WWW.PENZIONCASA.CZ

Hýčkejte se

Quartier Ladies Club má za sebou večer plný péče a rozmazlování v Institutu krásy Hradec Králové. Přítomné dámy si mohly vyzkoušet procedury jako maderoterapie obličeje i celého těla, spa rituály nebo se nechat nalíčit rukama zkušené make-up artistky. A to rozhodně není vše, co v salonu na Baťkově náměstí nabízí.

Oáza klidu a relaxace – napadne vás hned, když vkročíte do salonu, který je laděný do posledního detailu. Uvolňující atmosféru dokresluje jemná hudba a příjemná vůně. Zkrátka ideální prostředí pro hlubokou relaxaci a načerpání nové energie.



„Jsme tým šesti žen, které mají dohromady přes 40 let praxe v kosmetickém oboru a rozhodly se povznést svoje služby na vyšší úroveň otevřením tohoto luxusního Institutu krásy v Hradci Králové. S profesionalitou, individuálním přístupem a nadšením k práci se staráme o potřeby svých klientů,“ říká Aneta Lišková, zakladatelka Institutu krásy Hradec Králové.

Během večera se účastnice mohly zapojit do workshopů zaměřených na péči o pleť a tělo. Profesionálky z Institutu krásy se podělily o tipy a triky. Představily také procedury, které v salónu nabízí. *„Jsme špička v oboru kosmetiky, chemických peelingů, pedikúry, masáží, spa rituálů, maderoterapie těla a obličeje, manikúry a nehtové modeláže, depilace, lash liftingu, laminace obočí a prodlužování řas. V oblasti duševního zdraví se specializujeme na metodu Access Bars,“* dodává.



Nechyběla ani degustace vybraných pochoutek a osvěžujících nápojů. Na závěr každá dáma obdržela malý dárek a s úsměvem na tváři odcházela s novou energií a pocitem naprosté péče. Celý večer se nesl ve znamení relaxace, luxusu a profesionální péče, což je přesně to, co Institut krásy Hradec Králové nabízí svým klientkám každý den.

Helena Karanská, foto: Jakub Macháček





Omrkněte své nové já

Plastické operace víček v Estele

Přes 25 let zkušeností

Spolupráce se špičkovými
očními mikrochirurgy sítě VISUS



ESTELA
estetické laserové centrum

www.estela-hk.cz

E. Beneše 1549 (PK III), 500 12 Hradec Králové | estela-hk@email.cz | +420 776 871 808




Léto
ve varu

Zahrada od A do Z

Léto přináší nejen teplé sluneční paprsky a dlouhé večery strávené venku. Je to také období, kdy naše zahrady mohou doslova plodit chutě a vůně. Představte si zahradu jako zdroj čerstvých ingrediencí pro vaše kulinářské experimenty – od angreštu po zeleninu.



Už naše babičky věděly, že zahrada není jen oáza klidu a místo pro relaxaci, ale také nevyčerpatelný zdroj potravin přímo z přírody. Koncept jedlé zahrady má však kořeny ještě hlubší, sahající do dávných civilizací, kde spojení člověka s půdou bylo základním stavebním kamenem společnosti. V historii se setkáváme s rozmanitými přístupy k zahradničení, které odrážejí kulturní, ekonomické i klimatické podmínky jednotlivých období. Například ve středověku byly zahrady klášterů místem meditace a především zdrojem léčivých bylin a základních potravin pro mnišskou komunitu.

V 19. století pak průmyslová revoluce a urbanizace změnily vztah lidí k pěstování potravin. Zahrady se staly spíše luxusem a estetickým prvkem než nutností. Přesto se v různých obdobích historie vždy našli ti, kdo udržovali tradici jedlých zahrad, ať už z ekonomických důvodů nebo jako prostředek k udržení spojení s přírodou.

Dnešní obrození zájmu o jedlé zahrady lze chápat jako návrat k těmto kořenům. Lidé hledají cesty k udržitelnějšímu životnímu stylu, který respektuje přírodní zdroje a zároveň poskytuje prostor pro kreativitu a seberealizaci. Moderní jedlé zahrady kombinují tradiční zemědělské postupy s novými poznatky o ekologickém zahradničení, aby vytvořily systémy, které jsou produktivní, esteticky přitažlivé a v souladu s přírodou.



CO VŠE MŮŽE JEDLÁ ZAHRADA OBSAHOVAT?

Aromatizujte svůj život

Bylinky jako bazalka, oregáno, majoránka, kopr a máta jsou nejen základními stavebními kameny mnoha kulinářských děl, ale také dokáží nádherně provonět celou vaši zahradu. Tyto rostliny nevyžadují mnoho prostoru, a proto je lze snadno pěstovat i na menším kousku země nebo v květináčích na balkoně. Jejich přítomnost v jedlé zahradě přináší nejen užitek v kuchyni, ale také estetickou hodnotu díky jejich různorodé textuře a barvě listů.

Základ zdravých letních salátů

Zelenina jako cibule, saláty, špenát, rukola, cuketa nebo kapusta poskytují nekonečné možnosti pro přípravu rychlých a zdravých letních salátů. Tyto druhy zeleniny rychle rostou a nejsou příliš náročné na péči, což z nich činí ideální volbu pro začínající zahrádkáře. S trochou plánování můžete mít čerstvou zeleninu k dispozici po celé léto. Také rajčata, okurky, papriky, mrkev, česnek a brambory jsou jasnými favority pro každou letní jedlou zahradu. Tyto plody nabízí široké spektrum využití v kuchyni, od čerstvých salátů až po grilované pochoutky. Plodová zelenina vyžaduje více slunce a vody, ale odměnou za vaši péči bude bohatá úroda, která může zásobovat vaši kuchyni po mnoho týdnů.

Přivoň a sněz mě

Jedlé květiny přináší do kuchyně nový rozměr, ať už jde o vizuální krásu nebo o netradiční chutě. Mohou být použity k dekoraci pokrmů, přidání svěžesti a barvy na talíři, nebo dokonce jako hlavní ingredience v některých receptech. Například květy boráku s lehce okurkovou chutí jsou skvělé ve studených letních polévkách nebo jako ozdoba koktejlů. Měsíček lékařský s jeho mírně pepřovou chutí může oživit saláty nebo být použit jako náhražka šafránu pro přidání barvy do rizota.

Sladká tečka

Jahody, maliny, borůvky, meruňky nebo třeba angrešt jsou jen některé z možností, jak do vaší zahrady přidat sladkou tečku. Můžou být skvělým doplňkem nejen jako dezert, ale i jako originální součást slaných jídel. A co když se vám podaří vypěstovat více, než dokážete okamžitě spotřebovat? Žádný problém. Přebytky lze snadno zpracovat zavařením nebo proměnit v lahodnou domácí marmeládu.







JAK NA TO?

Zvažte, co rádi jíte, a zkoumejte, kterým rostlinám se bude ve vašem lokálním klimatu nejlépe dařit. Není nic více frustrující, než když vaše tvrdá práce nepřinese očekávané plody. Ujistěte se, že vaše zahrada odpovídá vašim gastronomickým preferencím i klimatickým podmínkám. Nemusíte hned převracet celý svůj zahradní prostor vzhůru nohama. Začněte s několika vybranými druhy zeleniny nebo bylinek, které často používáte v kuchyni. To vám umožní postupně se učit a přizpůsobovat bez nekonečného množství práce najednou. Jakmile získáte více zkušeností a sebevědomí, můžete postupně rozšiřovat vaši jedlou zahradu. Kvalitní půda je základ. Využitím domácího kompostu zlepšíte její strukturu a obsah živin. A co víc, přispějete k snížení domácího odpadu.

STERILUJTE

Dočkali jste se bohaté úrody? Skvěle. Nyní vás čeká její zpracování. Kvalitu potravin zachováte pomocí sterilace. Existují různé metody, z nichž každá je vhodná pro specifické druhy potravin. Jednou z nejběžnějších je sterilace pomocí tepla. Potraviny se plní do sklenic nebo lahviček a poté se tepelně zpracovávají v hrnci s vroucí vodou nebo ve sterilizačním zařízení. Tím se zajišťuje, že veškeré mikroorganismy, které by mohly být přítomny, jsou zničeny. Další možností je sterilace pomocí páry, která je často používána v průmyslovém zpracování potravin. Pára je účinná při zničení mikrobů a bakterií a umožňuje rychlé a efektivní sterilizování potravin a obalů. Moderní technologie také zahrnuje sterilizaci pomocí mikrovlnného záření nebo ultrafialového záření, které poskytují rychlou a účinnou sterilizaci bez potřeby ohřívání potravin.



ZAVAŘUJTE

Zavařování je tradiční metoda konzervace potravin, která umožňuje zachování čerstvosti ovoce, zeleniny a dalších potravinových produktů po dlouhou dobu. Tento proces spočívá v konzervování potravin ve sklenicích nebo lahvičkách naplněných sirupem, octem nebo jiným nálevem a následném tepelném zpracování, čímž se zajišťuje sterilizace potravin a zabránění jejich zkáze.

Proces zavařování zahrnuje několik kroků. Které to jsou?
Ovoce nebo zeleninu důkladně očistěte a nakrájejte na požadované kousky. Připravte si nálev z vody, octa, cukru a případně koření nebo bylinek podle receptu. Naplňte sterilizované sklenice nebo lahvičky připravenými potravinami a zalijte je horkým nálevem. Sklenice s potravinami umístěte do hrnce s vroucí vodou nebo do sterilizačního zařízení a zahřívejte je po určitou dobu, aby byly potraviny sterilizovány a sklenice uzavřeny. Po dokončení tepelného zpracování sklenice zchlaďte na pokojovou teplotu a poté uložte na temné a suché místo.

PRVOREPUBLIKOVÁ MERUŇKOVÁ MARMELÁDA

1 kg zralých meruněk
750 g cukru
šťáva z jednoho velkého citronu
100 ml vody

V hrnci smíchejte připravené meruňky s cukrem, citronovou šťávou a vodou. Nechte postát asi 1 hodinu, aby se cukr rozpustil a meruňky pustily šťávu. Směs postavte na mírný oheň a pomalu přiveďte k varu.





Během vaření pravidelně odstraňujte pěnu z povrchu. To je důležitý krok pro dosažení krásně čisté marmelády. Po zhruba 30 až 40 minutách vaření proveďte zkoušku ztuhnutí – kapku marmelády kápněte na studený talířek a nechte chvíli v chladu. Pokud se marmeláda stáhne a nestéká, je hotová. Hotovou marmeládu ihned plňte do předem sterilizovaných sklenic. Naplňte je téměř až po okraj, pečlivě uzavřete a nechte obrácené dnem vzhůru vychladnout.

ANGREŠTOVÝ KOLÁČ

200 g hladké mouky
100 g studeného másla
50 g cukru
1 vejce
špetka soli
500 g čerstvého angreštu
100 g cukru (případně více podle chuti)
2 lžíce kukuřičného škrobu
1 vanilkový cukr
Na drobenku:
100 g hladké mouky
50 g másla
50 g cukru

V míse smíchejte mouku s cukrem a špetkou soli. Přidejte nakrájené studené máslo a pracujte s ním, dokud směs nepřipomíná hrubou strouhanku. Přidejte vejce a rychle zpracujte do hladkého těsta. Těsto zabalte do potravinové fólie a nechte v chladničce odpočívat alespoň 30 minut. Angrešt omyjte, očistěte a odstraňte stopky a smíchejte ho s cukrem, kukuřičným škrobem a vanilkovým cukrem. V míse smíchejte mouku, cukr a máslo. Prsty udělejte drobenku. Těsto rozválejte a vložte do formy na koláč, vytvořte okraje. Na těsto rovnoměrně rozprostřete náplň z angreštu a posypte ji rovnoměrně drobenkou. Pečte v předehřáté troubě na 180 °C asi 45 minut, dokud drobenka nezíská zlatavou barvu. Před podáváním nechte koláč vychladnout, aby náplň ztuhla. Podávejte jako vynikající letní dezert, ideálně s kopečkem vanilkové zmrzliny nebo se šlehačkou.

OLEJ Z JARNÍHO ČESNEKU A ROZMARÝNU

50 ml olivového oleje (extra panenského)
1 hrst čerstvých listů jarního česneku (medvědího česneku)
2–3 větvičky čerstvého rozmarýnu
1 lžička černých pepřových zrnek pro dodatečnou chuť (volitelně)

Listy jarního česneku důkladně omyjte a nechte oschnout. Rozmarýn opláchněte a jemně osušte. Ujistěte se, že obě bylinky jsou zcela suché, aby se předešlo tvorbě plísní v oleji. Aby olej vydržel co nejdéle, je důležité použít sterilizovanou sklenici. Tu sterilizujte vařením ve vodě po dobu 10 minut nebo pečením v předehřáté troubě na 160 °C po dobu 10-15 minut. Do sterilizované sklenice vložte připravené listy jarního česneku, rozmarýnové větvičky a případně černá pepřová zrnka. Olivový olej jemně zahřejte v hrnci na středně nízkou teplotu. Olej by měl být teplý, ale ne horký, aby nedošlo k poškození bylinek (ideálně do 60 °C). Teplý olej opatrně nalijte do sklenice s bylinkami. Ujistěte se, že bylinky jsou zcela ponořené v oleji. Sklenici uzavřete a nechte olej odpočívat na tmavém a chladném místě nejméně 1 týden. Tím se chutě bylinek plně uvolní do oleje. Po týdnu olej přeceďte přes jemné síto nebo gázu do čisté sterilizované sklenice, aby byly odstraněny veškeré bylinné materiály. Olej uchovávejte na chladném a tmavém místě. Používejte pro ochucení pokrmů.

Helena Karanská, foto: archiv





Moje vila, můj hrad

Připojte se na cestu po výjimečných vilách, které jsou perlami Čech i Moravy, a objevte příběhy domovů, kde každá zeď vypráví vlastní historii. Vezmeme vás na fascinující putování po architektonických skvostech, od secesní elegance po funkcionalistický minimalismus.



JURKOVIČOVA VILA

Architekt Dušan Jurkovič postavil tuto vilu pro svoji rodinu v roce 1906 v obci Žabovřesky. Po jejím připojení k Brnu v roce 1919 se stala jednou z nejmodernějších budov ve městě. V průběhu let se vila dočkala mnoha majitelů, až v roce 2006 přešla pod správu státu a byla přidělena Moravské galerii v Brně, která zde zřídila expozici Dušan Jurkovič. Architekt a jeho dům. Mezi lety 2009 a 2011 prošla rozsáhlou rekonstrukcí, přičemž cílem bylo co nejvíce obnovit její původní vzhled. Vila představuje unikátní syntézu britské a vídeňské moderny s lidovými motivy a vyniká originálním použitím materiálů jako kámen, dřevo a korek. Mezi výrazné prvky patří kamenná vstupní lodžie, řezbovaná dřevěná brána a skleněná mozaika na fasádě. Od dubna 2011 je vila otevřena veřejnosti a stala se významnou kulturní památkou.

BÍLKOVA VILA

Vila v Praze na Hradčanech v ulici Mickiewicza byla vybudována mezi lety 1910–1911 dle návrhu architekta a sochaře Františka Bílka. Bílek, hluboce věřící umělec, vtiskl do svého díla silný ideový podtext, díky němuž vila reflektuje motivy obilného pole a zdůrazňuje vztah mezi přírodou a uměleckým tvořením. Stavba se segmentovým půdorysem evokuje otisk kosy v obilí, zatímco kamenné pilíře připomínají obilná stébla a klasy. Její plochá střecha, která měla představovat pole, byla první svého druhu v hlavním městě. Od roku 1963 má vilu ve správě Galerie hlavního města Prahy, která zde představuje nejen původní Bílkovo vybavení a ateliér, ale také výstavu jeho počátečních náčrtů a studií. Právem je tato budova považována za jedno z významných děl české architektury.





VILA STIASSNI

Dílo architekta Ernesta Wiesnera bylo postaveno v letech 1927–1929 v brněnských Pisárkách pro textilního průmyslníka Alfreda Stiassniho a jeho manželku Herminu. Rodina zde bydlela pouze devět let, než v roce 1938 uprchla před nadcházející nacistickou okupací nejdříve do Londýna, poté do Brazílie a nakonec se usadila v Kalifornii, kde žijí jejich potomci dodnes. V povědomí veřejnosti se vila etablovala jako vládní díky návštěvě Edvarda Beneše krátce po druhé světové válce. Následně začala sloužit jako ubytování pro významné hosty města Brna, včetně údajného pobytu bývalého kubánského prezidenta Fidela Castra a většiny českých prezidentů. Dnes je tato vila nejen kulturní památkou, ale také místem, které hostí řadu významných kulturních a společenských akcí, čímž nadále obohacuje kulturní dědictví města Brna.

ROTHMAYEROVA VILA

Architekt Otto Rothmayer navrhl a postavil Rothmayerovu vilu pro svoji vlastní rodinu v letech 1928–1929 v pražském Břevnově. Jako žák Josipa Plečnika, významného slovinského architekta, Rothmayer v projektu čerpal inspiraci ze středomořských tradic. Kombinuje tvary kvádru a válce s centrálně umístěným spirálovým schodištěm. Interiéry, i když ne velké, vynikají precizním řemeslným zpracováním dřevěných prvků a detailů. Rodina Rothmayerů vilu obývala až do roku 2008, kdy ji architektův syn předal městu Praha za podmínky její rekonstrukce a následného otevření pro veřejnost. Po revitalizaci se vilový komplex transformoval na domovní muzeum s expozicí Příběh jednoho domu a jedné rodiny, reflektující architektonický styl Otto Rothmayera a vliv jeho mentora Josipa Plečnika.



MÜLLEROVA VILA

Vila v pražských Střešovicích, vystavěna pro Miladu a Františka Müllerovy mezi lety 1928–1930, je dílem architekta Adolfa Loose a jeho spolupracovníka Karla Lhoty. Tato stavba představuje vrcholný počin Adolfa Loose, který zde uplatnil koncept prostorového uspořádání známý jako Raumplan, harmonicky propojující luxus, jednoduchost a praktičnost. Müllerova vila je tak považována za významný mezník v historii moderní architektury a designu. Po roce 1948 došlo k jejímu znárodnění, avšak Milada Müllerová se snažila uchovat umělecké sbírky a mobiliář, z čehož se podstatná část po roce 1989 vrátila zpět do vily. Po sametové revoluci Praha zakoupila vilu od dědiců a na základě dochovaných fotografií ji nechala věrně rekonstruovat pro veřejnost. Od roku 1995 je správou objektu pověřeno Muzeum hlavního města Prahy.





VILA TUGENDHAT

Nejznámější meziválečná vila světa byla postavena v letech 1929–1930 v Brně v části Černá Pole na objednávku Fritze a Grety Tugendhatových. Za jejím návrhem stojí legendární architekt Ludwig Mies van der Rohe. Tugendhatovi zde žili pouze devět let předtím, než museli v obavách před válkou opustit Československo a odejít do Švýcarska. Po druhé světové válce sloužila vila různým účelům, včetně soukromé taneční školy nebo rehabilitačního centra. Od roku 1995 je vila národní kulturní památkou a v letech 2010–2012 prošla rozsáhlou renovací, která jí vrátila vzhled z 30. let 20. století. Dnes je vila Tugendhat přístupná veřejnosti jako součást světového dědictví UNESCO. Vzhledem k její historické hodnotě a unikátní architektuře přitahuje vila návštěvníky z celého světa, kteří oceňují její estetický a historický význam.

WINTERNITZOVA VILA

Vila na pražském Smíchově byla postavena v letech 1931–1932 pro Jenny a Josefa Winternitzovy. Architektonický tým tvořili Karel Lhota a Adolf Loos, přičemž Loos se již na dalších projektech nepodílel. Rodina Winternitzových zde žila do roku 1941, kdy byli nuceni vilu předat Vystěhovaleckému fondu pro Čechy a Moravu, který administroval konfiskované židovské majetky. Poté vilu zakoupila pražská obec a zřídila zde mateřskou školu, která zde fungovala až do roku 1997. Pouze část rodiny se po holokaustu vrátila do Prahy, avšak do vily se již nikdy nepodívala. Díky vnukovi Josefa Winternitze – Stanislavu Cysařovi, se podařilo vilu renovovat. Nyní je vila chráněnou kulturní památkou a funguje jako galerie otevřená veřejnosti.





VOLMANOVA VILA

Tuto perlu funkcionalistické architektury ve středních Čechách si nechal postavit Josef Volman v období 1938–1939. Byla navržena tehdy mladými architekty s levicovými ideály – Karlem Janů a Jiřím Štursou, jejichž práce byla silně ovlivněna Le Corbusierem. Josef Volman zde bydlel se svou dcerou až do své smrti v roce 1943. Po komunistickém puči a následném znárodnění areálu byla vila používána pro reprezentativní akce a později sloužila jako mateřská škola. V roce 1979 byla vila označena jako kulturní památka, ale po roce 1990 začala upadat kvůli nejasnostem okolo restitucí. V dezolátním stavu ji zakoupila skupina podnikatelů z Čelákovic a kompletně ji zrenovovala.

(red), foto: Romana Indrová Semelková


MIRCO VISCONTI
VALENZA. SINCE 1947.
KARLOVY VARY
T.G.MASARYKA 21
HRADEC KRÁLOVÉ
DUKELSKÁ TŘÍDA 1713
ORONICO
KLENOTNICTVÍ



Tady je krásně

Léto v České republice je jako stvořené pro pěší turistiku. Zelenající se krajinou, skrze historické parky, po vrcholcích hor a údolími řek se vine nekonečné množství turistických stezek. Tady je průvodce těmi nejkrásnějšími pěšími trasami, které byste v letošním roce neměli minout.



TAM, KDE SE SKÁLY DOTÝKAJÍ NEBE

Český ráj, často nazývaný klenotem České republiky, se pyšní rozsáhlými pískovcovými skalními městy, které vábí milovníky přírody a fotografování z celého světa. Geopark nabízí nejen nádherné výhledy, ale také pestré turistické trasy vhodné pro začátečníky i zkušené turisty. Trasa z Hrubé Skály k hradu Valdštejn je jako cesta skrze čas vedoucí srdcem skalního města. Cestou narazíte na úchvatné skalní útvary, tajemné jeskyně a romantické vyhlídky, z nichž nejznámější, vyhlídka Mariánská, nabízí dechberoucí panoramatický pohled na celý region.

PODZEMNÍ DIVY A POVRCHOVÉ KRÁSY

Moravský kras, oblast plná podzemních jeskyní, propastí a říček, je skutečným rájem pro dobrodruhy a milovníky přírody, kteří hledají netradiční zážitky. Tato krasová oblast je domovem jedinečných geologických úkazů, jako je propast Macocha a spletitý systém Punkevních jeskyní, které jsou dostupné díky dobře značeným turistickým stezkám. Avšak mimo tyto známé pamětihodnosti se Moravský kras může pochlubit i méně profláklými, ale neméně úchvatnými trasami, jež vedou skrze bujné lesy, skrývají tiché kouty a otevírají návštěvníkům klidná zákoutí přírody. Trasa z Vilémovice do Sloupu vyniká svou krásou zejména na jaře a na podzim, kdy měnící se barvy listí proměňují krajinu v živý obraz, chybu však neuděláte ani v létě.

NEZKROTNÁ PŘÍRODA A TAJEMNÉ LESY

Šumava nabízí nekonečné možnosti pro obdivovatele nezkrotné přírody a tajemných lesů. Pěší trasa z Modravy na Březník je jako cesta do minulosti, kdy příroda a divoká zvěř byly neoddělitelnou součástí každodenního života. Cesta vás zavede skrze ticho prastarých lesů, kde může každý krok odhalit setkání s divokými obyvateli těchto míst, jako jsou jeleni nebo vzácní ptáci. Jezero Černé a Čertovo jezero, dvě z nejhlubších a nejtajemnějších vodních ploch v regionu, přidávají k magii Šumavy svým tajemným půvabem a příběhy, které se kolem nich vznášejí.

HISTORIE MÍSÍCÍ SE S KRAJINOU

Jižní Morava, srdce slunných vinic a místo, kde se historie prolíná s přírodními krásami, je opravdovým klenotem pro každého cestovatele. Oblast Pálavy a Lednicko-valtického areálu, jakožto dvou perel této regionální koruny, nabízí jedinečnou kombinaci přírodních scenérií a architektonických majestátů. Vinice rozkládající se na slunných svazích Pálavy vás zvou k degustaci místních vín, která jsou stejně pestrá a obohacující jako krajina samotná. Historické památky UNESCO včetně zámků Lednice a Valtice představují vrcholné příklady evropského zahradního a architektonického umění, zatímco rozlehlé parky a zámecké zahrady nabízí místo pro klidné procházky a odpočinek v náručí přírody. Trasy v okolí této oblasti jsou tak ideálním spojením fyzické aktivity s možností kulturního obohacení.

TRADICE SE SETKÁVÁ S DIVOČINOU

Beskydy, s jejich rozlehlými lesy a tradičními valašskými osadami, jsou skvělým místem pro ty, kteří hledají spojení s přírodou a chtějí se zároveň seznámit s místní kulturou. Turistická trasa z Rožnova pod Radhoštěm na







Pustevny a dále na vrchol Radhošť nabízí nejen výjimečné výhledy na okolní krajinu, ale také možnost navštívit slavnou sochu Radegasta a dřevěnou architekturu Pusteven. V zimních měsících se navíc Beskydy proměňují v ráj pro milovníky zimních sportů.

NA STŘEŠE ČESKÉ REPUBLIKY

Krkonoše jsou nejvyšším pohořím Česka a domovem našeho nejznámějšího vrcholu, Sněžky. Trasa z Pece pod Sněžkou na Sněžku je jednou z nejoblíbenějších, ale Krkonoše nabízí mnohem více. Objevte tajemnou krásu Pančavského vodopádu, nejvyššího v ČR, nebo vydejte se na túru po Červenohorském sedle a prozkoumejte jedinečné alpské ekosystémy. Krkonoše jsou ideální pro turisty hledající výzvy a nezapomenutelné výhledy.

SRDCE NAŠÍ DOMOVINY

Vysočina, charakteristická svými zvlněnými kopci a čistými řekami. Oblast nabízí množství turistických tras, které vedou skrze historická města, jako je Telč s jejím zachovalým historickým centrem, nebo Žďár nad Sázavou s moderní architekturou Santiniho. Trasy jako Javořice nebo okolí Třebíče vás zavedou do klidnějších částí Vysočiny, kde si můžete užívat přírodu daleko od hlavních turistických tras.

ÚZEMÍ PŘÍBĚHŮ A LEGEND

České Švýcarsko s jeho ikonickým Pravčickým obloukem je považováno za jednu z nejkrásnějších oblastí v České republice. Trasy vás zde zavedou skrze hluboké lesy, tichá údolí až k bájným skalním útvarům. Prozkoumávání soutěsek Kamenice na lodičce je nezapomenutelným zážitkem, který kombinuje dobrodružství s klidným pozorováním přírody. České Švýcarsko je dokonalým únikem pro ty, kteří hledají klid a inspiraci v neobyčejně krásné přírodě.

VYBAVTE SE

Dobrodružství začíná výběrem oblečení, které vás udrží v pohodlí bez ohledu na počasí. Nutností je prodyšné tričko, které rychle schne a pomáhá zůstat v suchu. I v letních měsících může být po ránu a večer chladno, proto nezapomeňte lehkou fleecovou mikinu nebo větrovku. Nepředvídatelné počasí vyžaduje také nepromokavou bundu, která vás ochrání před nečekaným deštěm. Důležitá je volba nohavic nebo kraťasů z materiálu, který je odolný a zároveň umožňuje pohyb. Ochrana hlavy před sluncem je nezbytná, a proto by v batohu neměla chybět čepice nebo klobouk a kvalitní sluneční brýle. A samozřejmě, na nohou pohodlné, dobře sedící turistické boty, které s vámi udrží krok po celý den.

Hydratace je základ! Proto s sebou nezapomeňte láhev s dostatkem tekutin. GPS bude vaším průvodcem po neznámých stezkách, zatímco základní sada první pomoci vás udrží v bezpečí při menších úrazech.

Ve slunečných dnech nezapomeňte opalovací krém s vysokým ochranným faktorem a repelent proti hmyzu. V batohu by také neměla chybět lehká svačina, jako jsou energetické tyčinky nebo oříšky, které rychle zasytí a dodají energii. Šťastnou cestu!

Helena Karanská, foto: archiv



Turistická obuv



zalando.cz
3 890 Kč

Sluneční brýle



zalando.cz
4 260 Kč

Batoh



zalando.cz
2 290 Kč

Kryoterapie vlasů

Revoluce v péči o poškozené vlasy poprvé v České republice

Hlavním důvodem pro podstupování kryoterapie vlasů je hloubková regenerace a obnova vlasů.

Nízká teplota pomáhá uzamykat živiny ze speciálně vyvinutých produktů pro léčbu uvnitř vlasových vláken, což vede k obnově jejich síly, elasticity a lesku. Živiny jsou do vlasů aplikovány a následně "zmrazeny" speciálním přístrojem.

Ošetření probíhá v jedinečných privátních prostorech určených pouze pro Vás a Vašeho specialistu.



PERFEKT
KADEŘNICKÝ SALON

Kadeřnický salon Perfekt v Hradci Králové je výhradním distributorem pro ČR.
V případě zájmu o ošetření volejte na **+420 605 309 866.**



Cool metropole, co by kamenem...

Poznejte město plné historie a energie, město známé historickými památkami i novodobým mainstreamem. Okuste jeho kulturní i noční život a rozmanitou kuchyni. Sbalte kufry a zažijte Berlín, to místo, které nikdy nespí.

Hlavní město Německa je plné historie, ale stále na cestě vpřed. Když se procházíte jeho ulicemi, uvidíte staré budovy vedle moderních skvostů a cítíte energii, která tu všude pulsuje. Berlín je jako kniha plná příběhů – od těch, co se staly dávno, až po ty, co se píšou právě teď. Co dělá Berlín tak jedinečným a proč lidé z celého světa přijíždějí, aby se s ním seznámili? Jsou to památky, kultura nebo gastronomie?

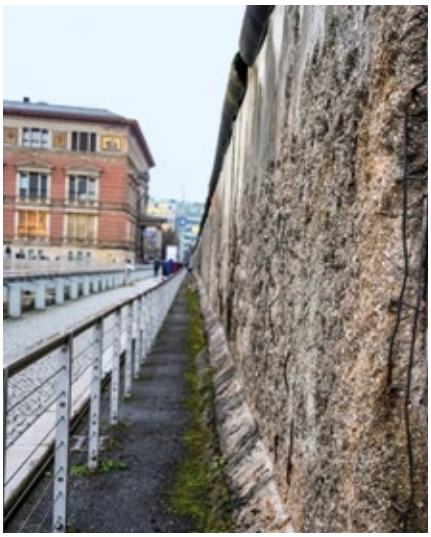


HISTORICKÉ PAMÁTKY A UMĚNÍ NA KAŽDÉM KROKU

Braniborská brána – s jejími majestátními sloupy a charakteristickým čtyřspřežím, které se tyčí na jejím vrcholu – je ikonou Berlína i symbolem německého sjednocení. Byla svědkem mnoha momentů německé historie, od napoleonských válek až po pád Berlínské zdi. Dnes je místem setkání pro oslavy a demonstrace.

Jen kousek od Braniborské brány se nachází Reichstag, budova Říšského sněmu a sídlo německého parlamentu Jeho impozantní skleněná kupole, navržená slavným architektem Normanem Fosterem, je nejen architektonickým skvostem, ale také symbolizuje transparentnost a otevřenost německé demokracie. Návštěvníci zde mohou sledovat politické debaty nebo se vydat na prohlídku, která nabízí úchvatné výhledy na město a zároveň poskytuje hluboký vhled do německé politické historie.

Možná nejdojemnějšími památkami Berlína jsou zbytky Berlínské zdi a slavný kontrolní bod Checkpoint Charlie. Ačkoliv většina zdi byla zbourána, několik segmentů bylo zachováno jako připomínka temnějších časů studené války. East Side Gallery, nejdelší zachovalý úsek zdi, je dnes otevřenou galerií, kde jsou na zdi namalována díla mezinárodních umělců vyjadřující naději a svobodu. Checkpoint Charlie, bývalý hraniční přechod mezi Východním a Západním Berlínem, slouží jako muzeum a připomínka rozdělení města a jeho obyvatel.





KULTURA A ŽIVÝ NOČNÍ ŽIVOT

Berlín je metropolí, kde se prolíná bohatý kulturní život s nekonečnými možnostmi zábavy, což město činí živoucím duchem umění a svobody. To přitahuje návštěvníky z celého světa, kteří hledají jak hluboké kulturní zážitky, tak nezapomenutelné noční dobrodružství.

Muzejní ostrov je jedním z nejvýznamnějších kulturních areálů na světě, zapsaným na Seznamu světového dědictví UNESCO. Toto místo uprostřed řeky Spree hostí sbírku muzeí, která pokrývají široký záběr historie, umění a archeologie. Mezi jejich klenoty patří Pergamonské muzeum s jeho monumentálními rekonstrukcemi antických architektonických děl, Staré muzeum s klasickou antickou sbírkou a Nové muzeum, kde najdeme slavnou bustu Nefertiti.

Berlínská filharmonie, domov světoznámého orchestru Berliner Philharmoniker, je považována za jednu z nejlepších koncertních sálů na světě. Její unikátní architektura a akustika poskytují dokonalé prostředí pro hudební vystoupení. Koncerty zde nabízejí nezapomenutelný zážitek, který překračuje jazykové a kulturní bariéry a přináší posluchačům čistou radost z hudby.

Když padne noc, Berlín ožívá novou vlnou energie. Jeho noční život je legendární, se širokou škálou klubů a barů, které oslovují různé hudební a společenské preference. Berghain, považovaný za jeden z nejlepších technoklubů na světě, je známý svou striktní vstupní politikou a avantgardními DJ sety. A to rozhodně není všechno. V Berlíně najdete živé hudební kluby, jazzové bary a intimní koncertní prostory, které hostí umělce z celého spektra hudebních žánrů.



ZELENÉ OÁZY A KULINÁŘSKÉ ZÁŽITKY

Park Tiergarten, rozprostírající se na ploše přibližně 210 hektarů, je plícemi centrálního Berlína. Tento rozsáhlý objekt nabízí idylické stezky pro pěší a cyklisty, mnoho památníků, jezírek, a dokonce i pivní zahrádky, kde si můžete odpočinout a vychutnat atmosféru města.

Zoologická zahrada, známá jako Zoo Berlin, se nachází na okraji parku Tiergarten a je nejstarší v Německu. S více než 20 000 zvířaty z přibližně 1 400 druhů je to jedna z nejrozmanitějších zoologických zahrad na světě. Zoo Berlin a přilehlé akvárium nabízejí návštěvníkům možnost blízkého setkání s exotickými a ohroženými druhy, což je zážitek, který ocení jak děti, tak dospělí.

Kulinářská scéna v Berlíně je stejně pestrá jako jeho obyvatelé. Město slibuje gastronomické zážitky, které uspokojí jak hledače tradičních německých chutí, tak milovníky mezinárodní kuchyně. Currywurst, považovaný za jeden z berlínských kulinářských symbolů, je nutností pro každého návštěv-





níka. Tato jednoduchá, ale chutná klobása podávaná s kari kořenící omáčkou se stala ikonou berlínského rychlého občerstvení.

Berlín je také městem, kde můžete prozkoumat chutě z celého světa. Díky své multikulturní populaci je zde snadno dostupná autentická kuchyně turecká, vietnamská, italská, ale i mnoho dalších mezinárodních kuchyní. Restaurace a stánky s jídlem nabízejí od tradičních jídel až po moderní fúze, což odráží kulturní rozmanitost města.

NAVIGACE MĚSTEM

Rozlehlé město s dobře organizovaným a rozsáhlým systémem veřejné dopravy, který zahrnuje U-Bahn (metro), S-Bahn (příměstský vlak), tramvaje a autobusy, tak to je Berlín. BVG (Berliner Verkehrsbetriebe) je hlavním operátorem veřejné dopravy a nabízí různé druhy jízdenek, které odpovídají potřebám jak krátkodobých, tak dlouhodobých návštěvníků. Aplikace jako BVG FahrInfo Plus poskytují aktuální informace o spojích a pomáhají s plánováním cest.

Berlín je rovněž městem přátelským k cyklistům, a to díky své rozsáhlé síti cyklostezek a cyklopruhů. Půjčení kola je snadné vzhledem k různým službám sdílení kol, což je výborný způsob, jak prozkoumat město z blízka a ve vlastním tempu.

Jaro a léto jsou tradičně považovány za nejlepší období pro návštěvu, kdy město ožívá různými kulturními festivaly, trhy a koncerty pod širým nebem. Teploty jsou příjemné a dny jsou delší, což poskytuje ideální podmínky pro procházky městem a vychutnávání venkovních akcí.

RÁJ SHOPAHOLICŮ

Módní scéna je živým odrazem městského ducha – svobodná, experimentální a nebojácně avantgardní. Berlín je domovem pro širokou škálu módních návrhářů, od nezávislých až po mezinárodně uznávané značky, a nabízí nekonečné možnosti pro milovníky módy, aby prozkoumali nejnovější trendy.

Jednou z nejvýraznějších atrakcí pro nákupní nadšence je Kaufhaus des Westens, největší nákupní centrum v Evropě nacházející se v srdci města. Na sedmi patrech nabízí nejen luxusní módu, ale i gurmánské delikatesy, které lákají návštěvníky z celého světa.

Berlín je také známý svými četnými trhy s oblečením a vintage obchody, které se nacházejí po celém městě, zejména v trendových čtvrtích, jako je Kreuzberg a Prenzlauer Berg. Tyto trhy a obchody poskytují ideální příležitost pro hledání unikátních kousků a vintage pokladů, které přidávají osobitý nádech každému šatníku.

Helena Karanská, foto: Claudio Schwarz, archiv







Pod letní hvězdnou oblohou

Letošní léto nabídne obdivovatelům noční oblohy mimořádné vesmírné jevy. Od tajemných nočních svítících oblak přes tanec umělých družic až po kosmické představení planet a meteorů. Ponořte se prostřednictvím Quartieru do hloubky každého z těchto jevů, které bude možné pozorovat v České republice během letních měsíců, a odvažte se nejít brzy spát.

PLACHTY NOČNÍ OBLOHY

Na přelomu června a července se můžeme těšit na noční svítící oblaka. Tento fenomén je nejlépe pozorovatelný dvě hodiny před půlnocí, resp. dvě hodiny před východem Slunce. Objevují se jako vějířovité útvary se stříbřitým, někdy perleťově modrým odstínem, které vytváří kontrast s tmavou noční oblohou. Úkaz je způsoben mikroskopickými prachovými částicemi pokrytými ledem, které se v atmosféře ocitnou díky vulkanickým erupcím, nebo jako mikrometeority z kosmického prostoru. Výskyt nočních svítících oblak je nepředvídatelný, ale právě v tom je to pravé kouzlo.

POUTNÍCI NOČNÍHO NEBE

S nástupem letních nocí se otevírá opona pro další úchvatný jev – pozorování umělých družic. Tyto objekty, vypadající jako světlé body klouzající tiše mezi hvězdami, jsou viditelné díky odrazu slunečního světla. Kolem letního slunovratu, kdy Slunce zůstává těsně pod obzorem, jsou podmínky pro pozorování družic ideální. Většina objektů se pohybuje právě na nízké oběžné dráze do šesti set kilometrů nad Zemí, proto zahlédnete na letní obloze i několik desítek satelitů za hodinu.

NEJDÁL OD SLUNCE

5. července přesně v 7:06 ráno dosáhne Země svého největšího odstupu od Slunce, kdy se vzdálenost mezi středy těchto dvou těles zvětší na 152 099 968 kilometrů. Tento moment, známý jako aphelium nebo česky odsluní, připomíná, že dráha Země kolem Slunce není kruh, ale mírně vypouklý elipsoid. I když se může zdát, že vzdálenost od Slunce by měla mít zásadní vliv na změny ročních období, ve skutečnosti tomu tak není. Rozhodující je úhel dopadu slunečních paprsků na povrch Země. Během letních měsíců jsou oblasti severní polokoule natočeny přímo ke Slunci, což způsobuje, že sluneční světlo dopadá přímo a po delší dobu. Ačkoli se po letním slunovratu začínají dny postupně zkracovat, teploty v mnoha oblastech severní polokoule ještě nějaký čas pokračují ve stoupání, neboť oceány a pevniny potřebují čas na to, aby se ochladily.

BALET OBŘÍCH TĚLES

Na sklonku července se na nebeském plátně objeví představení planetárních velikánů. Během letního zenitu se bez nutnosti dalekohledu naskytne pohled na výrazný trojúhelník složený ze Saturnu, kotvícího v souhvězdí Vodnáře, a Marsu s Jupiterem,





jež se rozprostřou v souhvězdí Býka doprovázeném hvězdokupami Plejády a Hyády. Tento kosmický tanec bude ještě umocněn přítomností Měsíce, který se v průběhu tohoto období postupně přiblíží k jednotlivým planetám – 25. července zakotví u Saturnu, 30. července se přesune k Marsu a následující den zakončí svou cestu u Jupitera. Tato planetární sestava, rozkládající se před našima očima v ranních hodinách, nabídne působivou podívanou, pro kterou se vyplatí vstát dříve.

JEDINEČNÁ VZPOMÍNKA NA SVATÉHO VAVŘINCE

Každoročně od 17. července až do 24. srpna oblohu zdobí průlet prachových částic, které kreslí na nočním nebi tanec padajících hvězd známých jako Perseidy. Vrcholným momentem tohoto nebeského divadla je noc z 12. na 13. srpna. Vybrat si místo daleko od městského osvětlení, s jasným výhledem směrem k jihovýchodu znamená odměnu v podobě možnosti spatřit desítky meteorů za hodinu. Perseidy jsou považovány za nejpozoruhodnější meteorický roj, fascinují lidstvo už více než dva tisíce let s prvními spolehlivými záznamy datovanými do 18. a 19. století. Zlomovým rokem byl 1862, kdy astronomové Lewis Swift a Horace Tuttle objevili komentu, jejíž oběžná dráha přesně kopírovala dráhu Perseidů, čímž byl odhalen jejich pravý původ. Když se tato kometa, známá jako Swift-Tuttle, v roce 1992 vrátila blízko k Slunci, pozorovatelé byli svědky mimořádného nárůstu aktivity Perseidů.

SOUBOJ VELIKÁNŮ

Během srpna se otevře vzácná příležitost pozorovat kosmický souboj mezi dvěma významnými členy naší sluneční soustavy – zářivým Jupiterem a menším, avšak stále výrazným Marsem. Obě tělesa se budou v noci od půlnoci do úsvitu pyšnit na pozadí souhvězdí Býka, kde nabídnou fascinující představení. Tento astronomický duet přibližující se k sobě až do kritického bodu ve čtvrtek 15. srpna 2024, kdy bude jejich vzájemná vzdálenost menší než průměr měsíčního disku, slibuje být vrcholem letošního roku pro všechny nadšence vesmírného pozorování. V tento magický moment se Mars, vzdálený od nás 228 milionů kilometrů, ukáže v celé své kráse, zatímco cesta k Jupiteru, té největší planetě naší sluneční soustavy, by při rychlosti světla trvala více než trojnásobek tohoto času, neboť bude od Země vzdálen neuvěřitelných 803 milionů kilometrů.

MODRÝ GIGANT

19. srpna krátce po západu Slunce se na obloze objeví neobvyklý úplněk, který rozhodně stojí za pozornost. Tento Měsíc bude označen jako modrý úplněk, což je termín pocházející z amerických farmářských almanachů 19. století označující třetí úplněk během ročního období, v němž dojde ke čtyřem úplňkům namísto obvyklých tří. Navíc, díky eliptické dráze, po které Měsíc obíhá Zemi, se tento večer bude Měsíc nacházet blíže k Zemi než obvykle, což je situace známá jako perigeum, čímž se úplněk jeví větší a jasnější na noční obloze – fenomén známý



jako superúplněk. Ačkoliv „modrý úplněk“ a „superúplněk“ nejsou oficiálně uznávané astronomické termíny a spíše se jedná o lidové označení, jejich vzácnost a krása jsou nesporné. Modrý úplněk, navzdory svému názvu, bude mít spíše oranžový nádech v důsledku rozptylu světla v zemské atmosféře. Tento úkaz připomíná, že i vzdálenost mezi Měsícem a Zemí se může mírně lišit, což má za následek variabilní velikost měsíčního disku, jak jej vidíme z povrchu Země.

KOSMICKÁ ILUZE

V noci 21. srpna budete mít možnost sledovat, jak se skoro úplňkový Měsíc v souhvězdí Vodnáře postupně přibližuje k planetě Saturn. Dokonce i během denního světla, krátce po půl šesté letního středoevropského času, dojde k momentu, kdy planeta Saturn bude na zhruba jednu hodinu zakryta Měsícem, avšak tato událost se odehraje již nízko nad jihozápadním obzorem.

HVĚZDNÝ ORCHESTR

Plejády, perla souhvězdí Býka, patří mezi nejvýznamnější seskupení hvězd na obloze. V noci z 25. na 26. srpna budete moci pozorovat, jak je navštíví Měsíc v poslední čtvrti. Při pohledu bez dalekohledu Plejády připomínají deset jasných hvězd uspořádaných do malého Velkého vozu o úhlovém průměru pouhých dvou stupňů. Přidáním menšího dalekohledu se objeví dalších dvacet zářivých hvězd s jemným modrým odstínem, ale pro větší dalekohledy jsou tyto hvězdy příliš rozptýlené. Hvězdokupa, která zaplňuje oblast pouhých dvaceti světelných let, je odhadována na 90 milionů let a nachází se ve vzdálenosti čtyř set světelných let. Některé z hvězd v Plejádách mají vlastní jména – nejjasnější je Alcyone, vedle ní jsou Atlas a Pleione, a dále Merope, Electra, Maia a další. O Plejádách se zmiňuje i Starý zákon a sledovali je i severoameričtí indiáni. V antickém Středomoří východ Plejád při svítání oznamoval začátek období příhodného pro mořeplavbu, zatímco jejich západ před východem Slunce značil čas na setbu pšenice.

Helena Karanská, foto: archiv

Na festival

Letošní festivalová sezóna je tady a my jsme se inspirovali jedním z nejikoničtějších hudebních festivalů světa – Coachella. Ve spolupráci s Revolve přinášíme tipy na módní kousky, ve kterých doslova zazáříte. Inspirujte se a nebojte se odvázat, více je v tomto případě opravdu více!



KALHOTY

Obey
3 854 Kč



KOŽENÁ BUNDA

Schott
32 294 Kč



KLOBOUK

Hemlock Hat Co
2 510 Kč



SLUNEČNÍ BRÝLE

Miu Miu
14 190 Kč



TENISKY

Converse
3 615 Kč



ŠATY

Beach Riot
4 511 Kč



OVERAL

Show Me Your Mumu
6 931 Kč



Ve víru bublinek

Představte si ten pocit, když otevřete lahev a slyšíte šumění bublinek. Ať už jste ve světě vín nováčkem nebo znalcem, pojďte se s námi vydat na cestu za poznáním perlivých a šumivých vín. V tomto článku prozkoumáme rozmanité světy prosecca, šampaňského a mnoha dalších bublinkových radostí.

PERLIVÁ VERSUS ŠUMIVÁ VÍNA

Hlavní rozdíly mezi šumivým a perlivým vínem spočívají ve způsobu, jakým jsou vyráběna, a v intenzitě bublinek. Perlivá vína jsou ta, která mají méně bublinek. Tento mírnější šum je výsledkem nižšího tlaku oxidu uhličitého v láhvi, obvykle méně než 2,5 baru. Zajímavostí je, že tyto bublinky nevznikají přirozeným fermentačním procesem. Místo toho je do již hotového vína přidáván oxid uhličitý. Díky tomu mohou výrobci lépe kontrolovat, kolik bublinek víno bude mít. Perlivá vína jsou obvykle levnější a snadněji dostupná, proto jsou skvělou volbou pro neformální oslavy nebo pro ty, kdo si chtějí jen tak užít lehké a osvěžující víno.

Na druhé straně stojí šumivá vína, která jsou ideální pro oslavy a speciální příležitosti. Tato vína vznikají přirozeným procesem sekundární fermentace, buď přímo v lahvi, nebo v uzavřeném tanku, což vede k vytvoření vyššího tlaku oxidu uhličitého, a tím i více výrazných bublinek. Klasickým příkladem je tradiční metoda výroby šampaňského, kde se do lahve s vínem přidá směs cukru a kvasinek, což vyvolá další fermentaci. Nejenže se takto vytvoří charakteristické bublinky, ale víno získává na složitosti a může s přibývajícím časem zrát a zlepšovat se. Existují i jiné metody, například metoda Charmat, která je rychlejší a ekonomičtější, často používaná pro výrobu prosecca. Je ideální pro vína, která jsou nejlepší mladá a čerstvá, s výraznou ovocností a svěžestí.

Výsledkem je, že perlivá vína nabídnou lehkost a osvěžení s mírnějším efektem bublinek, které nezastiňují základní ovocné charakteristiky vína. Šumivá vína naopak poskytují bohatší a komplexnější chuťový zážitek s intenzivnějšími bublinkami, které doplňují širší paletu chutí a aromat, od květinových po kvasnicové.

NEJZNÁMĚJŠÍ ŠUMIVÁ VÍNA

Šampaňské, pojmenované po svém původním regionu v severovýchodní Francii, je pravděpodobně nejprestižnějším a nejuznávanějším šumivým vínem na světě. Jeho výroba je přísně regulována. Jako šampaňské může být označeno pouze víno, které bylo vyrobeno dle tradiční metody z hroznů sklizených v regionu Champagne. K výrobě se používají především tři druhy hroznů: Chardonnay, Pinot Noir a Pinot Meunier. Sekundární fermentace v lahvi společně s časem stráveným „na kvasnicích" přispívá k jeho komplexnímu chuťovému profilu. Tento proces dodává šampaňskému jeho typické jemné bublinky a širokou paletu chutí, od ovocných a květinových tónů po bohaté kvasnicové a oříškové nuance.

Prosecco, vyrobené převážně z odrůdy hroznů Glera v severovýchodní Itálii, je známé svou svěží a ovocnou chutí. Jeho výroba metodou Charmat, kde dochází k sekundární fermentaci v tlakových tancích, pomáhá uchovat tyto čerstvé ovocné charakteristiky, zatímco dodává vínu jeho charakteristické jemné bublinky. Často se vyznačuje nižším obsahem alkoholu a příjemnou pitelností.

ZAPOMENUTÉ PERLY

Cava je španělské šumivé víno, které má svůj původ v regionu Katalánsko, avšak najdeme jej i v jiných oblastech Španělska. Toto víno je vyráběno tradiční metodou stejně jako šampaňské, což znamená, že druhá fermentace probíhá přímo v lahvi. Může se pochlubit širokou škálou stylů, od lehkých a svěžích po bohaté a zralé díky různorodým druhům hroznů, které se používají, včetně místních odrůd, jako jsou Macabeo, Parellada a Xarel·lo, stejně jako mezinárodních odrůd, jako je Chardonnay.

Crémant označuje francouzské šumivé víno vyráběné mimo region Champagne, ale stále podle tradiční metody. Může být vyrobeno v několika různých regionech Francie včetně Alsaska, Burgundska, Loiry a dalších, což mu dává neuvěřitelnou rozmanitost v chutích a stylech. Jsou vyrobeny z různých druhů hroznů v závislosti na regionu, včetně Rieslingu, Pinot Noir, Chenin Blanc a Cabernet Franc, což přináší široké spektrum chuťových profilů od jemně květinových po bohatě ovocné.

Sekt je obecný termín pro německá a rakouská šumivá vína. Tyto výrobky se mohou lišit v kvalitě od jednoduchých, hromadně vyráběných šumivých vín, která se fermentují v tlakových tancích, po vysoce kvalitní výrobky, které podléhají tradiční metodě druhé fermentace v lahvi. V posledních letech se objevuje čím dál více prémiových sektů, které jsou vyráběny z hroznů vypěstovaných v určených vinicích (single vineyard). Tyto vysoce kvalitní sekty často využívají místní odrůdy hroznů, jako je Riesling, který přináší svěžest a minerální nuance.

JAK SI VYBRAT A SERVÍROVAT?

Začněte určením typu příležitosti. Šampaňské je tradičně spojováno se slavnostními událostmi, a to díky své bohaté chuti a dlouhé historii. Prosecco a cava jsou často vnímány jako více přístupné a univerzální, vhodné pro neformální setkání, jako jsou večírky nebo rodinné oslavy. Zohledněte osobní chuťové preference. Některým může více vyhovovat svěžest a ovocnost prosecca, zatímco jiní mohou dávat přednost komplexitě a hloubce šampaňského. Přemýšlejte o tom, co budete k vínu podávat. Lehčí, svěží šumivá vína jako prosecco jsou skvělá k mořským plodům nebo lehkým předkrmům. Šampaňské a kvalitní



cava nebo crémant mohou dobře doplnit bohatší jídla, včetně masa. Také správná teplota podávání je zásadní pro maximální požitek z vína. Šumivá vína by měla být podávána chladná, obvykle mezi 6 a 8 stupni Celsia. Perlivá vína, která jsou často lehčí, mohou být podávána o něco teplejší, mezi 8 a 10 stupni. Víno chlaďte v lednici nebo v kbelíku s ledem a vodou, aby dosáhlo správné teploty. Při otevírání lahve šumivého vína postupujte opatrně, aby se předešlo nekontrolovanému vystřikování vína a bublinek. Lahev držte nakloněnou a korek uvolňujte pomalu, aby se tlak uvolnil postupně. Volba správné sklenky může zlepšit chuťové vlastnosti vína a zvýraznit bublinky. Tradiční flétna je populární volbou pro šumivá vína, protože její úzký tvar podporuje dlouhotrvající perlení bublinek. Tulipánový pohár, který se mírně rozšiřuje nahoru, je však často preferován odborníky, protože jeho tvar umožňuje lepší rozvoj aromat a poskytuje více prostoru pro vůni.

Helena Karanská, foto: archiv







V hlubinách

Podmořský svět skrývá tajemství, která fascinují lidstvo od nepaměti. Ačkoli se možná nezdá, že by Česká republika se svým vnitrozemským charakterem mohla být místem, kde by se dala objevit podmořská krása, opak je pravdou. Díky moderním akváriím a podvodním atrakcím se můžeme i v srdci Evropy ponořit do tajů oceánů, řek a jezer, které k nám přinášejí kousek toho nejzáhadnějšího, co naše planeta skrývá. Připravte se na ponor do hlubin, kde se setkáte s fascinujícími tvory a naučíte se více o vodních ekosystémech, které jsou nezbytné pro udržení života na naší planetě



PRAHA

Mořský svět Praha, založený v roce 2002, se za dvacet let vyvinul z malých akvárií s kapacitou 7 000 litrů do rozsáhlé expozice s nádrží o objemu 100 000 litrů. Je domovem pro žraloky a další mořské druhy. Za zmínku stojí také expozice řek. Kromě biotopových akváriích, které ukáží podvodní život v Západním Ghátu a Rio Xingu, se můžete těšit na bahníky, bichirky, zubatice, nožovce a další vzácné i populární druhy ryb. Interiér Mořského světa je ozdoben jednou z největších ručních nástěnných maleb v Evropě o rozměrech 2 700 m2. Autoři maleb jsou členové Unie výtvarných umělců – Přemysl Šmíd a Miloš Zeithammel. Otevřeno má 365 dní v roce i o státních svátcích. Je tak ideálním místem pro výlety s celou rodinou.

BRNO

Tropické království v Zoologické zahradě Brno představuje domov pro širokou škálu exotických druhů. V pavilonu se můžete setkat s obrovskými želvami, pouštními kočkami a vzácným varanem komodským, mezi oblíbené obyvatele patří i pásovec kulovitý. Součástí expozice jsou i tři mořská akvária s celkovým objemem 5 000 litrů, která jsou domovem pro murény a perutýny společně s pestrým souborem ryb z korálových útesů, jako jsou kančík červenohlavý, klaun očkatý a mnoho dalších. Tropické království skrývá i bohatou kolekci hadů, včetně anakondy velké, dvojjazyčníka haitského a krajt. Pro milovníky obojživelníků je zde k vidění pipa malá a rosnice siná, zatímco obdivovatelé želv objeví karetku novoguinejskou a orlícii bornejskou mezi dalšími tropickými druhy.





CHOMUTOV

Zoopark Chomutov přetvořil pavilon, který dříve sloužil nočním živočichům, na poutavou expozici mořských medúz. Expozice se může pochlubit osmi akvárii, z nichž největší má délku tři metry a bylo vyrobeno v Japonsku kvůli specifickým technickým požadavkům. Při ideálních podmínkách medúzy v zajetí žijí zhruba rok, a proto se zoopark snaží o jejich postupné rozmnožování. Expozice nabízí medúzy hlavně ze Středozemního, Baltského a Severního moře, včetně měsíčních medúz, cannonball medúz či blue blubber medúz, které svým vzhledem připomínají lva. Mezi chovanými druhy je i japonská medúza známá pro své kanibalistické chování, neboť ke svému přežití potřebuje alespoň jednou za 14 dní konzumovat jinou medúzu.

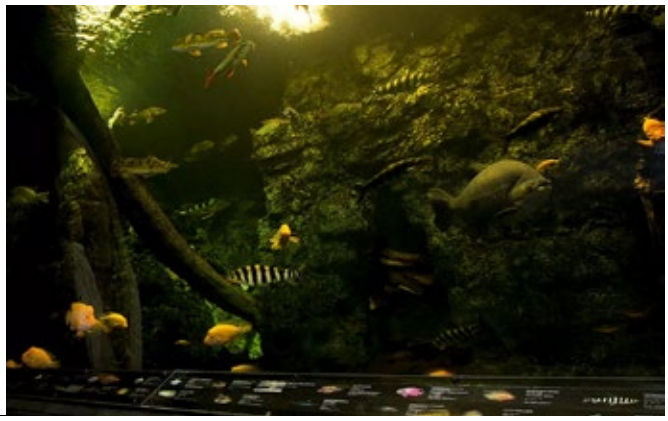
ORLÍK NAD VLTAVOU

Expozice umístěná v areálu zámku Orlík nabízí návštěvníkům možnost prozkoumat soubor 18 akvárií s celkovým objemem 25 000 litrů, ve kterých se předvádí bohatství sladkovodních ryb typických pro české vody. Mezi vybranými druhy mohou návštěvníci obdivovat sumce, kapry, štiky, líny a další fascinující ryby. Kromě několika středně velkých akvárií a dvou bazénů plných živých ryb tu najdete i raky a želvy nádherné spolu s kompletní kolekcí ryb z Orlické přehrady, které představují většinu zdejší zvířecí populace. Největší atrakcí je nejstarší a největší kamenný bazén s téměř dvoumetrovou vyzou velkou, jednou z největších sladkovodních ryb v Evropě. V areálu akvária je také malý zookoutek s voliérami pro veverky a bažanty, umístěný před hlavní budovou.



HRADEC KRÁLOVÉ

Obří akvárium v Hradci Králové nabízí pohled na flóru a faunu Jižní a Střední Ameriky, kde domov nachází přes 40 druhů ryb, celkem asi 500 dospělých jedinců a tisíce mláďat, včetně několika rarit, které nejsou běžně k vidění v domácích akváriích. Návštěvníci se během prohlídky mohou projít skrze imitaci deštného pralesa a podvodního světa sladkovodní tůně, kde je umožněno pozorování přirozeného chování vzácných ryb. Cesta dále vede k sladkovodní tropické tůni, kde se návštěvníci mohou pokochat společenstvím ryb, mezi nimiž převažují druhy z čeledi Cichlidae, včetně mohutných přísavných krunýřovců a impozantních ryb rodu Colossoma Serrasalmidae.





MODRÁ U VELEHRADU

V Modré u Velehradu se nachází unikátní prosklený tunel, který umožňuje návštěvníkům projít si pod hladinou rybníka a zblízka pozorovat vodní život v potoce, chladnomilné ryby ve velké tůni nebo podvodní svět mokřadu. Tento tunel je největším sladkovodním tunelem v přírodě v Evropě a nabízí fascinující pohledy na rybníkový ekosystém. Zvláštností jsou makety ryb v životní velikosti s popisy v Braillově písmu pro zrakově postižené. Podzemní patro s průhlednou akrylátovou stěnou odhaluje život v hlubinách, včetně zimování ryb pod ledem, a hostí výukové programy na téma Ekologie a historie krajiny. Expozici lze prozkoumat samostatně nebo s průvodcem a jsou zde pořádány speciální akce jako potápěčské exhibice, přednášky o potápění a ukázky rybolovných technik.

inzerce





- Dodáváme a montujeme okna a dveře:
  PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ A DŘEVĚNÉ
  po celé České republice
- Dále zajišťujeme výstavby rodinných domů,
  rekonstrukce bytů a komerčních prostor



M.A.T. Okna a dveře s.r.o.
www.mat-okna.cz
+420 774 774 593



M.artin postavíme
A.Tereza uklidíme
s.r.o.



TOPTERKA s.r.o.
www.uklidnaklik.com
+420 734 148 215



- Generální úklidy
- Pravidelné úklidy
- Tepování koberců a sedaček
  SUCHÉ ZA 30 MINUT POMOCÍ PÁRY!
- Mytí oken
- Stavební úklidy

- NOVĚ: Úklid s profesionálním parním strojem

ÚKLID NA KLIK

Vévodkyně broskvová

Už vlastníte cokoliv v barvě Peach Fuzz? Pokud ne, je nejvyšší čas to změnit. Tento jemný odstín broskvové je totiž barvou roku a rozhodně s ním nešlápnete vedle. A co všechno můžete v této barvě najít?



ŠATY

Pokud hledáte ideální šaty na svatbu, kde budete hostem, zpozorněte. V barvě Peach Fuzz bude letos laděna nejedna svatba, a vy tak dokonale zazáříte. Slibujeme!

zalando.cz
11 980 Kč

HRNEK

Objevte kouzlo ranního rituálu. Tento elegantní a jemně zbarvený šálek je dokonalým společníkem pro klidné ranní chvíle. Jeho hřejivý odstín dodá vašemu espressu špetku radosti.

bonami.cz
189 Kč



PANTOFLE

Udělejte každý svůj krok pohodlným a stylovým. Jemný odstín dodá vaší domácí obuvi nádech elegance. Ideální pro lenošení doma nebo rychlé vyběhnutí za přáteli.

heppo.com
1 829 Kč





KABELKA

I drobné detaily osvěží váš outfit. Ať už se chystáte na pracovní schůzku nebo večerní výlet, tato kabelka je perfektním společníkem, který vám zaručí, že budete mít vše potřebné vždy po ruce a zároveň vypadat stylově.

furla.com
10 400 Kč



POVLAK NA POLŠTÁŘ

Přineste do svého domova nádech jemnosti. Nadčasový a elegantní povlak dodá vaší ložnici nebo obývacímu pokoji útulný a uklidňující nádech. Perfektní volba pro ty, kteří hledají spojení komfortu a sofistikovaného designu.

bonami.cz
769 Kč



KRAVATA

Jemně zbarvená kravata dodá šmrnc každému obleku. Je ideální volbou pro svatby, recepce nebo každodenní nošení do kanceláře. Oslňte své okolí a vneste trochu svěžesti do svého šatníku.

avantgard.cz
399 Kč

VÁZA

Oživte interiér vázou, která je vrcholnou esencí jemnosti a elegance. Stane se středobodem jakékoliv místnosti. Ať už s oblíbenou letní květinou nebo jako samostatný dekorativní prvek.

pottenpannen.cz
911 Kč



FiftyFifty
KREATIVNÍ AGENTURA



www.fifty-50.cz

MUSAIONFILM
ČERNÝ JANEK
2014

NEJLEPŠÍ REGIONÁLNÍ
MARKETINGOVÝ PRODUKT
V CESTOVNÍM RUCHU 2014

HLAVNÍ MĚSTO CYKLISTŮ
CENA CYKLISTICKÉHO
MARKETINGU 2014

TURIST PROPAG
2016, 2017, 2022



TOURREGIONFILM
2017

CENA VLÁDNÍHO VÝBORU
PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM
POSTIŽENÍM 2017

ZLATÝ ERB
2019, 2023

VELKÁ CENA CESTOVNÍHO
RUCHU 2020/21, 2021/22,
2022/23



Léto žije

Horké letní dny jsou tady a kromě krásného slunečného počasí s sebou přináší i spoustu kulturních akcí, na které můžete společně s rodinou nebo přáteli vyrazit. Nechcete jenom lenošit u vody, ale i něco zažít? Máme pro vás hned několik tipů, jak proměnit horké dny v nezapomenutelné.



ZÁMECKÁ ATMOSFÉRA JAKO Z POHÁDKY

7. 7. 2024

Hudební koncerty patří k létu, tak proč alespoň na jeden nevyrazit? Třeba na klasickou hudbu! V rámci Dvořákova festivalu se v Náchodě uskuteční koncert jubilantů přímo na nádvoří zámku. Těšit se můžete na recitační večer v podání Miroslava Táborského za doprovodu houslí Milana Al-Ashhaba.



KDYŽ VÁS HONÍ MLSNÁ

20. 7. 2024

Máte rádi sladké? Tak to se vám bude líbit Festival sladkostí a zmrzliny v Hradci Králové, který se koná před OC Futurum. Pochutnat si na zmrzlině můžete od 10 do 18 hodin. Vstup na akci je zdarma a nebude chybět ani doprovodný program pro děti, například výroba vlastního ovocného drinku.



PARDUBICKÁ SFÉRA LÁKÁ DOBRODRUHY

19. – 23. 8. 2024

Přihlaste vaše dobrodruhy na jedinečný letní příměstský tábor Avatar Masters: Kreativní dílna virtuální reality. Je určen pro všechny zájemce starší 10 let, kteří mají zájem proniknout do fascinujícího světa virtuální reality a stát se tvůrci vlastních digitálních světů. Více na sferapardubice.eu.



PROZKOUMEJTE AFRIKU NA VLASTNÍ KŮŽI

22. – 28. 7. 2024

ZOO Dvůr Králové a jejich Safari Park patří k těm nejkrásnějším zoologickým zahradám u nás. Vyjeďte si na krásný rodinný výlet a svou návštěvou zároveň přispějte na ochranu antilopy Derbyho v Senegalu. Zoo se promění v místo, kde na týden bude vládcem zvířat antilopa, uvidíte ji na každém rohu.



OCHUTNAT SUMMER NIGHT FOOD FESTIVAL

3. 8. 2024

Nespočet chutí a vůní na jednom místě! Přesně o tom bude noční festival jídla a pití v Hradci Králové v Žižkových sadech. Vezměte deku a udělejte si piknik s pečlivě vybranými pochoutkami pod širým nebem. Nebude chybět ani hudební doprovod v podání DJ šampióna. Vstup na akci je zdarma.



HURÁ NA DEN PRINCEZEN A RYTÍŘŮ

27. 7. 2024

Zábava pro všechny malé milovníky pohádkových bytostí. Pestrý program, který zabaví každou princeznu a rytíře. Můžete se těšit na tematické dílničky, interaktivní hry a vystoupení. To všechno, a ještě mnohem víc v zámeckém parku Karlovy Koruny v Chlumci nad Cidlinou od 10 do 18 hodin.

inzerce

KEMP STŘÍBRNÝ RYBNÍK
MĚSTSKÉ LESY HRADEC KRÁLOVÉ

Vaše letní dovolená v Kempu Stříbrný rybník

Přijeďte za zábavou i odpočinkem do Hradce Králové.



Kemp Stříbrný rybník nabízí 20% slevy na týdenní pobyty v kompletně rekonstruovaných chatkách a moderních mobilhomech. Nabízíme také glampingové stany a dostatek prostoru pro Vaše stany a karavany.

Milovníci kolektivních sportů ocení nové multifunkční hřiště vhodné pro basketbal, volejbal, florbal aj. V jeho blízkosti je menší budova ideální pro setkání s přáteli.





Užijte si bohatou nabídku zážitků přímo v areálu kempu. Navštivte lanový park, nafukovací atrakce, minigolf nebo Gladiátor arénu. Využijte nabídky půjčovny sportovního vybavení a poznejte největší rekreační lesy v České republice, které začínají hned za branou kempu.

Vaše ideální dovolená je u nás!

www.kempstribrnyrybnik.cz

recepce@vslesy.cz

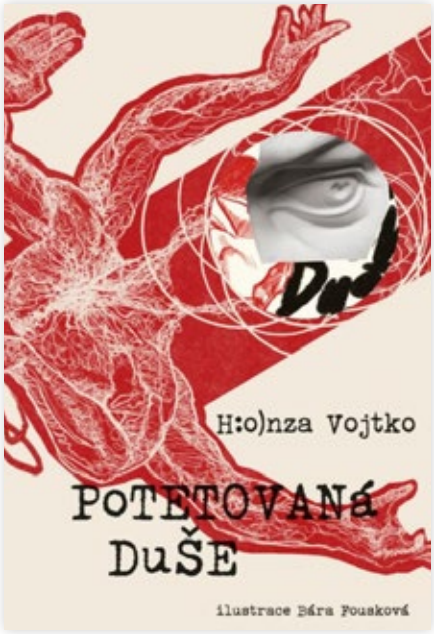
+420 607 135 822

Letní literární lákadla

Hledáte ideálního společníka k vodě nebo pro lenošení v parku? Přinášíme vám seznam nejžhavějších knižních tipů na léto! Ať už máte chuť na jakýkoliv žánr, naše pečlivě vybrané tituly vás zaručeně vtáhnou do děje a poskytnou skvělou společnost během dlouhých letních dnů.







DOMA NA CESTÁCH

Tadeáš Šíma

V roce 2016 se Tadeáš Šíma vydal na kole do Afriky, čímž si splnil svůj sen. Po návratu z Kapského Města však cítil potřebu vydat se na cestu znovu. Tentokrát navštívil ochránce slonů v Kongu a zpět do Prachatic se vracel na kole až z Ománu, přičemž musel projít i Saúdskou Arábii. Ve své cestopisné knize zve čtenáře k objevování přírodních krás, unikátních kultur a vzájemných vztahů lidí, které nachází všude kolem světa, od písečných dun až po staveniště exotických měst.

ORGANIZAČNÍ PORNO

Aneta Martinková

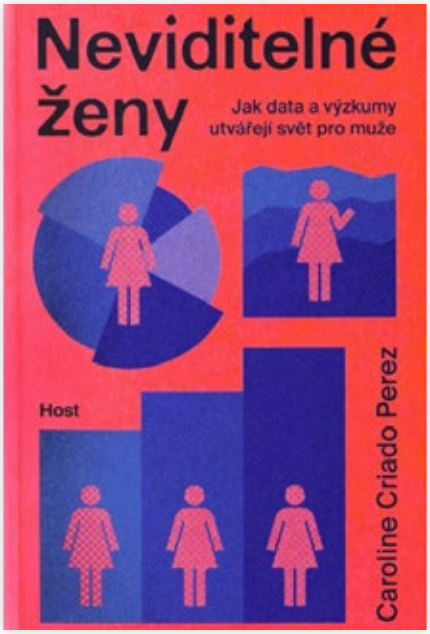
Čas si nekoupíte, ale můžete se naučit s ním efektivně pracovat. Tato kniha vám ukáže, jak zvládnout nejen nezbytné povinnosti, ale i to, co vás baví. Nabízí jednoduché a praktické rady pro organizaci vašeho pracovního i osobního života, určení priorit a plánování aktivit, efektivní práci s energií a poznání vlastních hranic pro život plný radosti a pohody. Zaměřuje se na specifika ženské biologie a společenské role, protože univerzální rady často pro ženy neplatí.

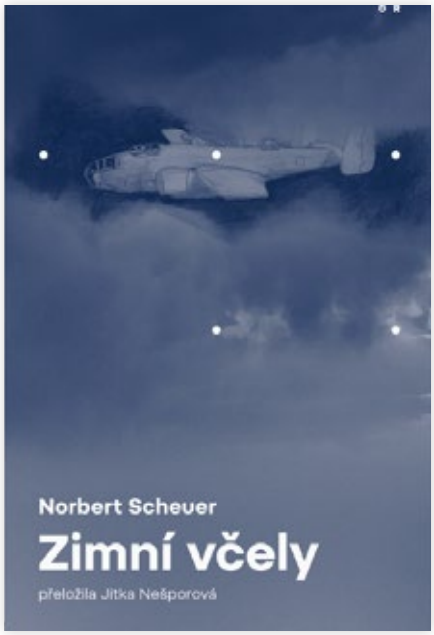
POTETOVANÉ DUŠE

Honza Vojtko

Kniha je výsledkem netradiční spolupráce mezi populárním párovým terapeutem, který je známý také z interaktivních přednášek v rámci projektu Terapie sdílením, a přední pražskou tatérkou Bárou Fouskovou. Nabízí dramatické a upřímné verše, které ještě více umocňují syrové a drásavé červenočerné grafiky. Unikátní kruhový průraz na přední straně obalu vám umožní okamžitě vstoupit do díla, čímž násobí celkový zážitek z četby.







FALEŠNÝ KNÍR

Karel Zeithaml

Román je originální literární hříčka, která ironicky a parodicky odkazuje na styl a strukturu děl Milana Kundery. Zkoumá, jak by se mohl vyvíjet Kunderův život, kdyby se nestal spisovatelem, a tematizuje jeho návrat do Brna i setkání s osobnostmi veřejného života. Dělí se na sedm žánrově rozmanitých částí, které zahrnují známé i spekulativní momenty z Kunderova života. Autor knihy s promyšleným humorem a hlubokými znalostmi reflektuje mediální diskuse o Kunderově údajném udavačství. Děj románu zavede Kunderu i další osobnosti na netušená místa i do nečekaných, mnohdy bizarních situací. Falešný knír je stejně jako Kunderovy romány knihou velice inteligentní, a navíc veskrze humornou.

NEVIDITELNÉ ŽENY

Caroline Criado Perez

Data jsou základem moderního světa, a to od ekonomiky přes zdravotnictví po vzdělávání, veřejnou správu a politiku. Přesto mnoho dat ignoruje genderové rozdíly, což má pro ženy často vážné důsledky – ženy platí svým časem, penězi a často i životem. Caroline Criado Perez v knize prozkoumává genderovou nerovnost ve více oblastech, včetně domácností i pracovišť, a poukazuje na to, jak standardizace dat ovlivňuje životy žen. Kniha je založena na stovkách případových studií z celého světa. Napsaná s energií, vtipem a jiskřivou inteligencí, je průlomovým, nezapomenutelným odhalením, které může radikálně změnit váš pohled na svět. Kniha získala ocenění Royal Society Science Book a FT Business Book of the Year.

ZIMNÍ VČELY

Norbert Scheuer

Egidius Arimond, samotářský včelař a bývalý gymnaziální učitel z Německa, prožívá období druhé světové války, které dokumentuje ve svých denících od ledna 1944 do května 1945. Včelaření, tradiční rodinné řemeslo, se stává jeho hlavním zdrojem obživy. Kromě toho dědí po předcích i epilepsii, což v nacistickém Německu přináší stigma a vede k jeho suspendaci z učitelského postu a nucené sterilizaci. Nepovolaný do armády využívá znalost místního terénu k pomoci Židům utíkat do Belgie. A přestože si za své služby nechává zaplatit, neváhá v případě potřeby učinit více. Román zároveň ukazuje, jak fatálně dokáže totalitní minulost ovlivnit život i v znovuzískané svobodě. Knihu doprovodil černobílými ilustracemi válečných letounů autorův syn Erasmus.

inzerce





Jdeme do kina

Ani v létě si nenechte ujít filmové novinky! Ať už jste fanoušek kriminálek, thrillerů nebo máte radši komedie, dobrodružné příběhy nebo romantické filmy, máme pro vás pár tipů. Vybere si zkrátka každý.



RYCHLE A NEMOŽNĚ

Francouzské akční drama, které vás nenechá v klidu. Nemotorný policista s dobrým srdcem Rayen zjišťuje, že jeho babičku unesl mexický drogový kartel. Na splacení výkupného má pouze tři dny, a tak se vydává se svojí partou, jakožto nebojácný velitel, akorát že vůbec, na šílenou cestu napříč Francií, Abú Dhabí a mexickou džunglí. Nelítostný boj s časem pro záchranu babičky začíná.



ZÁPISNÍK ALKOHOLIČKY

Český dramatický příběh, ze kterého budete mít husí kůži. Nahlédněte do života mladé ženy, která bojuje se závislostí na alkoholu. Hlavní hrdinkou je mladá neprovdaná matka, která se rozhodla poprat se životem a nastoupit do léčebny. Tato upřímná zpověď abstinující alkoholičky je ukázkou obrovské odvahy – přiznat si problém s alkoholem a rozhodnout se mu postavit. Povede se jí to?



ZÁVOD O SLÁVU

Životopisné drama ze světa sportu. Do filmu se propisuje rivalita sportovních aut Audi a Lancie, která vrcholila v 80. letech. Největší souboj se odehrál v roce 1983 během mistrovství světa v rallye. V té době výsledky závodů ovlivňovaly prodej automobilů vítězné značky. Jasným favoritem byla Audi, ale díky odvaze a inovaci Lancie se karty zamíchaly.



ZAHRADNÍKŮV ROK

Česká komedie inspirovaná stejnojmennou knihou Karla Čapka vypráví o sousedském sporu mezi obyčejným párem, který žije idylický život v zahradnictví, a arogantním podnikatelem, který se přestěhuje do nedalekého zámku a chce přetvořit krajinu podle svých představ. Spustí se slet škodolibých podrazů ze strany podnikatele, zahradník brání svůj domov za každou cenu. Nad tím vším ovšem vítězí příroda.



BORDEELANDS

Akční sci-fi ze světa videoher. Lilith je známá lovkyně lidí s tajuplnou historií. Jejím úkolem je najít ztracenou dceru nejmocnějšího zločince ve vesmíru. Lilith uzavře spojenectví se skupinou plnou bytostí, které jsou kruté, ale věří ve spravedlnost. Společně pak bojují s mimozemským druhem a nebezpečnými bandity. Osud by mohli mít ve svých rukou, oni ale bojují o něco víc, jeden za druhého.



ČARODĚJ KAJTEK

Dobrodružné drama plné čar a kouzel. Příběh chlapce, který v sobě jednoho dne objeví nadpřirozené schopnosti, které ho mnohdy přivedou do malérů. Problémy s učiteli ve škole se stupňují a v rodině tomu není jinak. Jediný, kdo k němu vzhlíží, jsou jeho vrstevníci. Všechno se ale začne ještě více komplikovat, když si s chlapcem začnou pohrávat dobré a zlé síly. Jakou cestu si zvolí mladý čaroděj?

inzerce

Šťastný domov

Majetkové pojištění



- vysoké limity u všech rizik
- překvapivě výhodná cena
- fotovoltaika i fototermika bez omezení

IT A ELEKTRO ASISTENCE V CENĚ

SLAVIA POJIŠŤOVNA

www.slavia-pojistovna.cz

Letní hitparáda

Připravte se na léto s naším průvodcem nejžhavějšími letními produkty. Zde najdete vše, co potřebujete pro vaše letní dobrodružství, a nejen to. Objevte top nezbytnosti i doplňky, které vám zpříjemní nejeden slunečný den!



CHLADÍME

Jak uchovat vaše dobrůtky na cestách dokonale čerstvé? Přece za pomoci Polarboxu! S jeho výkonnou izolací a snadnou přenositelností bude vaším společníkem na každém kroku, při každém letním dobrodružství.

alza.cz
1 059 Kč

PITNÝ REŽIM

V horkých letních dnech jistě oceníte ledově chladné osvěžení. A s cool termoskou jej můžete mít neustále při ruce. Nezapomínejte, že hydratace je základ!

coolbottles.cz
849 Kč





V BEZPEČÍ

O tom, že vaše pleť v létě vlivem nadměrného UV záření trpí, není pochyb. Proto by ve vaší péči nemělo chybět kvalitní SPF. Kdo maže, ten... se nespálí!

chanel.com
1 570 Kč

NEJEN SNÍDANĚ V TRÁVĚ

Se stylovým proutěným košem bude každý piknik zážitek. Ideální pro rodinné výlety, romantické chvilky nebo odpolední setkání s přáteli v parku. Sbalte něco dobrého a zub a nechte se hýčkat, kdekoliv budete chtít.

picnictime.cz
3 950 Kč



inzerce





DO OBLAK

Objevte a zaznamenejte vaše letní cestovatelská dobrodružství z výšky. Ať už jste profesionální filmař nebo nadšený amatér, dron vám otevře dveře do světa kreativních možností.

datart.cz
7 790 Kč

NEOPAKOVATELNÝ MOMENT

Pamatujete si na klasické fotografie? Jsou opět v kurzu! Chyťte chvilky, které se nebudou opakovat. S analogovým fotoaparátem můžete znovu zažít tu zvědavost při čekání na vyvolané snímky.

alza.cz
1 689 Kč



NA ZDRAVÍ!

Ať už v tichosti na terase či na gril párty, dobrá lahev nikdy neurazí. Prosecco Rebili Settegrammi od firmy Rebuli, která se věnuje výrobě již od osmdesátých let, je navíc vegan friendly.

casadelprosecco.cz
549 Kč



GRILUJEME

Máte rádi grilování technikou plancha nebo teppanyaki? Pak je tu cortenový venkovní gril s kvalitní deskou, na které pohodlně připravíte oblíbené steaky, zeleninu, ryby, nebo jen tak pomalu volské oko s tím správně tekutým žloutkem.

shop.newvisit.cz
48 347 Kč





NENÍ BUJÓN JAKO BUJÓN

V létě si tělo doslova říká o lehčí a zdravější stravu – bujóny BAUER budou skvělým pomocníkem. Jsou vhodné jak pro bezlepkáře i bezlaktózáře, ale také pro všechny, kteří se nechtějí cpát éčky. Nechte si chutnat!

vsebezlepku.cz
499 Kč

Při zadání kódu Quartier20 získáte 20% slevu.

HOŘÍM!

Máte rádi teplé letní večery na terase? Kdo ne! Vykouzlete ještě příjemnější atmosféru pomocí plynového krbu, který je zabudovaný přímo v odkládacím stolku. Slibujeme, že tento prvek se stane středobodem vaší oázy.

deflee.cz
36 179 Kč





MUCHA DNES

Plakáty / monumentální obrazy / současné umění

Gočárova galerie v Automatických mlýnech Pardubice

31·7·—29·9·2024

Gočárovu galerii zřizuje Pardubický kraj.
Záštitu nad výstavou převzal pan Roman Línek,
náměstek hejtmana Pardubického kraje.

GG GOČÁROVA GALERIE

PARDUBICKÝ KRAJ



Příští číslo

očekávejte v září

Kam se schoulíš

Poslední večery venku, první doma

Než spadne listí

Co musíte stihnout ještě na podzim

Čáry máry Halloween

Tajemný svátek známy i neznámý

Best of podzim

aneb Jak si ho letos užít naplno

Chcete být vidět v příštím vydání Quartieru? Napište nám na **redakce@quartiermagazin.cz**

Vinotéka u Mazlíka
kvalitní moravská a zahraniční vína
Rybova 1904/23, Hradec Králové
www.vinotekaumazlika.cz

Casa
butikový penzion, bistro a bar
Velké náměstí 137/17, Hradec Králové
www.casadelprosecco.cz

New Visit Garden Store
prémiové produkty pro zahradu
Vančurovo nám. 1293/9b, Hradec Králové
www.shop.newvisit.cz

Hodinářství Bechyně
Tradiční rodinné hodinářství
Karla Tomana 46, Hradec Králové
www.hodinarstvibechyne.cz

FiftyFifty kreativní agentura s.r.o.
grafický design, multimédia, marketing
Lesní 2080/6a, Nový Hradec Králové
www.fifty-50.cz

Estela
Estetické laserové centrum
Třída E. Beneše 1549, Hradec Králové
www.estela-hk.cz

Cify - City for you
neziskový projekt na podporu lokálních podnikatelů
Švehlova 512, Hradec Králové
www.cify.cz

Casa Verónica
luxusní vila
JCalle Dr. Lenys 6 Benalmádena, Spain
www.casaveronica.eu

Sion
Školy a DDM
Kleinerových 550, 500 06 Hradec Králové
www.sion.cz

Kde najdete Quartier

V HRADCI KRÁLOVÉ: ARROWS advisory group – Klicperova 1266/1 • **Assenza Café & Tapas** – Švehlova 443 • **Ateliér salon dagmar popová** – Klicperova 263 • **BISTRO u dvou přátel** – Soukenická 55, Pivovarské náměstí • **Café & Bistro V Pekárně** – Františka Halase 1887/12a • **Casa del Prosecco** – Velké náměstí 137/17 • **Cukrárna Libuše** – Ulrichovo nám. 762 • **Estela estetické laserové centum** – E. Beneše 1549 (budova Polikliniky III) • **FiftyFifty kreativní agentura** – Lesní 2080/6a • **Filharmonie Hradec Králové** – Eliščino nábřeží 5 • **FitStyle** – Šafaříkova 666 • **Fly Zone Park OC Atrium** – Dukelská tř. 1713/7 • **Galerie moderního umění** – Velké nám. 139 •**Harley-Davidson Hradec Králové** - Jana Černého 31• **Hodinářství Bechyně** – Karla Tomana 46 • **Hotel Grand** – Československé armády 295/23 • **JS fyzio** – Jana Černého 545/48 • **Kadeřnické studio Markéta Mařásková** – Havlíčkova 401 • **Kadeřnický salon Perfekt** – Víta Nejedlého 1100 • **Kadeřnictví Viktor Borčický** – Tomkova 620/20 • **Knihovna města Hradce Králové** – Wonkova 1262/1a • **Krajská hospodářská komora Královéhradeckého kraje** – Škroupova 957 • **Kosmetický salon Cosmeo** – K. H. Máchy 749 • **Květinové studio La Vital** – Svitavská 1814/2 • **Miele Center Vlášek** – Mrštíkova 2140/11 • **Muzeum východních Čech – kavárna** – Eliščino nábřeží 465 • **New Visit Garden Store** – Vančurovo nám. 1293/9b • **Oční klinika Visus** – E.Beneše 1549 (budova Polikliniky III) • **OlfinCar** – Na Rybárně 1670 • **Optika Styl** – Švehlova 366/9 • **Pension Casa** – Velké náměstí – 137/17 • **Polstrin Design** – Pražská tř. 685/15 • **ProSpánek** – Pilnáčkova 357 • **Restaurace Aquarium** – Rybova 1901/14 • **Sion** – Na Kotli 1201 • **SŠ Sion High School** – Hradecká 1151 • **Starbucks** – Brněnská 1825/23a (Futurum) • **Stratos Auto BMW** – Březhradská 195 • **Studio La Petien** – Škroupova 957 • **Taneční studio T-BASS** – Gagarinova 844 • **Technologické centrum** – Piletická 486/19 – Letiště • **TopStyl boutique** – Masarykovo náměstí 391/13 • **TopStyl boutique II** – Švehlova 321 • **TWIST slow fashion -** Klicperova 263/2 • **Vinárna Boromeum** – Špitálská 183 • **Vinotéka u Mazlíka** – Rybova 1904/2 • **Vinotéka VinoVio** – Ve Stromovce 743 • **ZŠ Sion** – Mandysova 1434 • **100letá bistro** – Hradecká 1151/9

V PARDUBICÍCH: AMSalon – Smilova 308 • **Café Bajer** – Tř. Míru 763 • **Cross Café** – Tř. Míru 110 • **Čokoláda Café Bajer** – Zelenobranská 2 • **Dapi** – Třída Míru 71 • **Fine Fitness** – Jindřišská 276 • **France Car** – Dražkovice 156 • **Galerie města Pardubic** – Příhrádek 5, Pardubice I – Zámek • **Gočárova galerie v Automatických mlýnech** – U mlýnů 1961 • **Krajská knihovna v Pardubicích** – Pernštýnské nám. 77 • **Mlsoun Pardubice** – Smilova 337 • **Boutique Paradis Fashion** – Sladkovského 767 • **Pardubický perník - Pavel JANOŠ** - Věry Junkové 306 • **Pizzza Pizzza** – kpt. Bartoše 454 • **Prosekárna** – Třída Míru 420 • **ProSpánek** – S. K. Neumanna 2869 • **Východočeské muzeum v Pardubicích** – Zámek č.p. 2 • **Woodilo design** – Třída Míru 60

NA DALŠÍCH MÍSTECH VE VÝCHODNÍCH ČECHÁCH: Infocentrum Revitalizace Kuks – Kuks 72 • **Restaurace Baroque** – Kuks 57 • **Baroque ve dvoře** – T. G. Masaryka 80, Dvůr Králové nad Labem • **Baroque dvoreček** – Revoluční 79, Dvůr Králové nad Labem • **Oční klinika Visus** – Manželů Burdychových 325, Červený Kostelec; Pulická 99, Dobruška; Pod Branou 331, Kostelec nad Orlicí; Němcové 738, Náchod; Dobrušská 356, Opočno; 17. listopadu 291, Police nad Metují; Bratří Čapků 773, Úpice • **Café Orangerie** – Pražská 1, Chlumec nad Cidlinou • **GRAND hotel & restaurant** – Klicperova 51, Chlumec nad Cidlinou • **Salon Visage** – Jiřího Šlitra 1766, Rychnov nad Kněžnou • **Domov sv. Josefa v Žirči** – Žireč 1, Dvůr Králové nad Labem

TopStyl

DÁMSKÝ BUTIQUE

ELISA CAVALETTI

Joseph Ribkoff

CAMPIONE

LEO & UGO

by LÉO GUY PARIS

Betty Barclay

TAIFUN

GERRY WEBER

MARCCAIN

Šafaříkova 1243/2
Švehlova 321
Hradec Králové

www.topstyl.cz

ARROWS
ETL Global

Právo a daně na nejvyšší úrovni

Váš poradenský one stop shop

Právo a daně bez hranic

Mgr. Libor Zbořil
advokát, partner, vedoucí střediska Hradec Králové

JUDr. Tereza Snopková, Ph.D.
právo životního prostředí

Mgr. Karel Huneš
stavební právo

Mgr. Barbora Slaninová
realitní právo



Sledujte náš **LinkedIn**

Proč **ARROWS?**