vše důležité nejen z východních Čech

královský magazín

Quartier

jaro 2025



Jak sbírat umění

Tipy a triky, které vám otevřou dveře do světa sběratelství

Řekněte ne fast fashion

Podpořte lokální značky a objevte kouzlo české módy

Fenomén Kardashians

Příběh ikonické značky

Společně zvládneme cokoliv

Rozhovor s Kateřinou & Tomášem Petráškovými

ZDARMA



Quartier

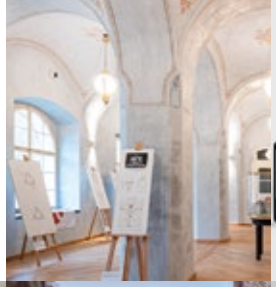
K dostání na vybraných místech uvedených na
qmag.cz/distribuce

Sledujte nás na sociálních sítích:

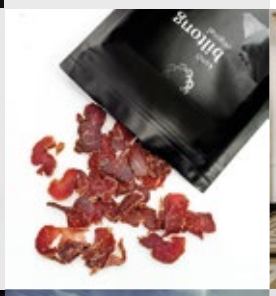
@quartiermagazin
@quartiermagazin


Quartier
všechdůležité nejen z východních Čech
královský magazín
Jak sbírat umění
Tipy a triky, které vám otevřou dveře do světa sběratelství
Řekněte ne fast fashion
Podpořte lokální značky a objevte kouzlo české módy
Fenomén Kardashians
Příběh ikonické značky
Společně zvládneme cokoliv
Rozhovor s Kateřinou & Tomášem Petráškovými
ZDARMA
www.quartiermagazin.cz

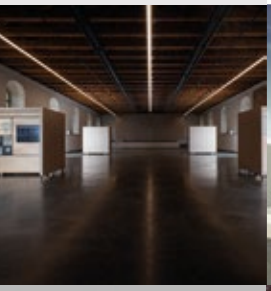


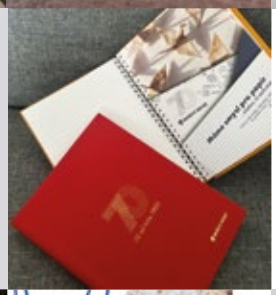
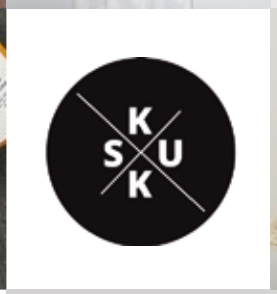









Miele
CENTER
VLÁŠEK


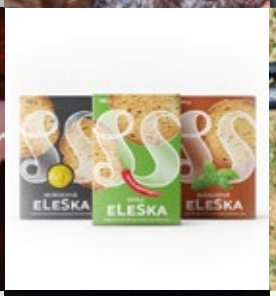



K
S
U
K

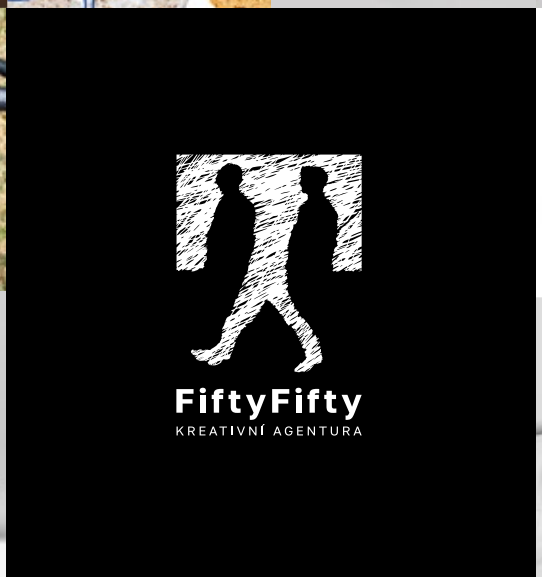


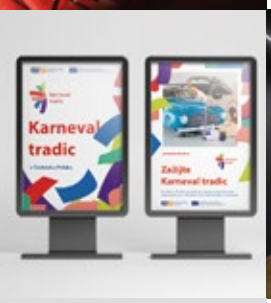
DÁRKOVÝ
VOUCHER





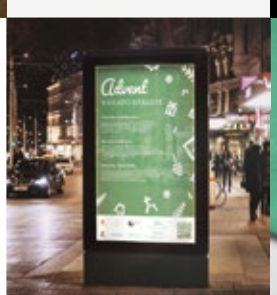

ELEŠKA
ELEŠKA
ELEŠKA

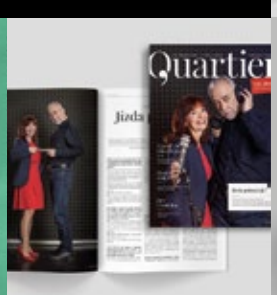
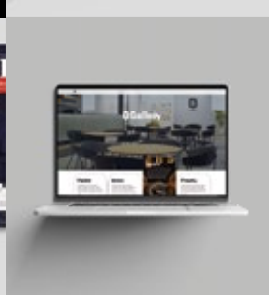
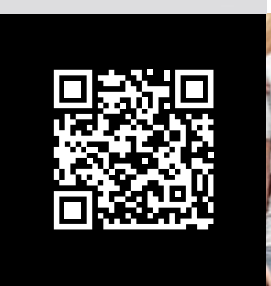

FiftyFifty
KREATIVNÍ AGENTURA


Karneval
tradic



CIRCLE


Kinský dal Borgo

Advent

SVITAP

Quartier




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 Mikyšková a Gabriela Mlynka. Manažerka obchodu: Iva Půlpánová.
Grafický koncept & sazba: FiftyFifty kreativní agentura s.r.o., Fotografie: Ondřej Šlambora, Jakub Macháček, Jakub Mišík, Kristýna Čičková, Karolína Hamplová, Zdeněk Puš, 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. 3. 2025. Toto vydání vyšlo dne 18. 3. 2025. 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 šéfredaktorky Helena Karanská a Gabriela Mlynka





Je to tady – období, kdy se příroda probouzí ze zimního spánku, první paprsky slunce rozehřívají krajinu a vzduch je plný svěží vůně květin a trávy. Dny se prodlužují a s nimi přichází energie, která nás vybízí k novým začátkům, plánům a zážitkům. Je to období plné naděje, barev a radosti, kdy můžeme znovu najít harmonii a napojení na přírodu.

Jaro je o obnově, o lehkosti a radosti z každodenních okamžiků. Je to příležitost zpomalit a oslavit malé zázraky života – první kvetoucí strom, teplé sluneční paprsky na tváři nebo vůni čerstvé kávy na zahrádce oblíbené kavárny. Chceme vás inspirovat k tomu, abyste si právě tohle období užili naplno – ať už při výletech do přírody, tvoření doma nebo objevování nových chutí jarní kuchyně.

V novém vydání magazínu Quartier jsme pro vás připravili tipy, jak z tohoto období vytěžit maximum. Dozvíte se, proč se vyplatí investovat do svého zdraví, najdete tu návody na osvěžující recepty z famózní sezónní suroviny, ale také spoustu cestovatelské inspirace, protože je zkrátka čas vyrazit ven.

Jaro je také čas nových začátků, a tak hlásíme i jednu změnu v našem týmu: šéfredaktorka Helena Karanská se od dubna bude věnovat mateřským povinnostem, a tak ji v šéfredaktorské roli na čas zastoupí zkušená novinářka Gabriela Mlynka. Vítáme ji v rodině magazínu Quartier a přejeme spoustu spokojených čtenářů!

Přejeme vám, aby toto jaro bylo plné krásných chvil a radosti.

Vaše

Monika Staňková
vydavatelka

Helena Karanská
šéfredaktorka







OSOBNOSTI ČÍSLA

Společně zvládneme cokoliv 6

BYZNYS

Nový závod a stovky pracovních míst 14
Léčím pomocí financí 16
OLFIN Car hlásí další rekordní rok 18
Ve městě i v přírodě 20
Pro symboly lásky do srdce Hradce 22

HRADECKÝ SPECIÁL

Hradec žije! 26
Hradecké toulky 28
80 let hradeckého rozhlasu 30
Moje místo 32
REGIONY ve znamení symetrie 34

ŽIVOTNÍ STYL

Pouze jedny Velichovky! 38
Investujte do svého zdraví 40
Ve formě 42
Podlehněte Mocha Mousse 44

KULTURA & SPORT

Umění jako vášeň, status i investice 48
Stalo se na východě Čech 50









Zimní vzpomínka 52
10 otázek pro... 54

DESIGN, MÓDA & KRÁSA
Zvedáme ženám sebevědomí 56
Nemůžu žít bez... 58
Dárek, jaký si přejete 60
Fenomén Kardashians 62
Glass skin 66
Řekněte ne fast fashion 68

JARO
Slavte jaro po svém 74
Ať to pučí! 76
Velikonoční skořicoví králíčci 78
Jeho veličenstvo král jarní sezóny 80
Vstříc tulipánovému ráji 84
Ztratit se 88

TIPY
Šlápněte do pedálů 94
Co podniknout na jaře? 98
V zajetí stránek 100
Kino volá! 104
Probuďte se s jarní přírodou 106



KATEŘINA & TOMÁŠ PETRÁŠKOVI:

Společně zvládneme cokoliv

Ona je modelka, on fotbalista. Jejich vztah začal v době, kdy každý žil jiný život, v jiném městě, v jiné zemi. Přesto si k sobě našli cestu a dnes spolu vychovávají dva malé syny. Jak zvládli náročné začátky, proč pro ně nikdy nehrály roli předsudky a co je pro ně v životě opravdu důležité? Kateřina a Tomáš Petráškovi o lásce, rodině i hledání rovnováhy mezi kariérou a osobním štěstím.

Začátek vašeho vztahu nebyl úplně jednoduchý – Tomáši, hrál jste v Polsku, Kateřino, věnovala jste se modelingu a žila v Praze. Jak jste zvládali překonat vzdálenost a náročné pracovní tempo?

KP: Nebylo to úplně snadné, ale já jsem na cestování a neustálý pohyb zvyklá. Modelky to tak prostě mají – dnes jsme v jednom městě, zítra na druhém konci světa a život v kufru je běžná realita. Takže jsem se přizpůsobila a myslím, že jsme to zvládli dobře.

TP: Právě za to musím Kátě poděkovat – byla to ona, kdo se přestěhoval do Čenstochové, kde jsem tehdy hrál. Na druhou stranu nám to otevřelo nové možnosti, jak si ten život společně užívat. Od začátku jsme si byli oporou. Když jsem měl volno, jel jsem na její přehlídky a s hrdostí ji sledoval na mole. Mezi tolika krásnými ženami byla ta moje. Vím, že být partnerkou profesionálního sportovce není snadné – neustálé cestování, soustředění před zápasy, nálady po prohraných utkáních.

Lidé si často spojují modelky a fotbalisty s luxusem a bezstarostným životem. Jaká je realita?

TP: Tohle jsme si jednou rychle vyjasnili. Řekla mi tehdy s naprostým klidem: „*Kdybych byla s někým jen kvůli penězům, určitě bych si nevybrala tebe.*" *(Smích)* Tím mě krásně odzbrojila a bylo po debatě. To, že fotbalista a modelka je jen pozlátko, je opravdu jeden velký předsudek. U nás to tak nikdy nebylo. Pro mě není Káťa Miss Czech Republic. Je to Kateřina. A já jsem pro ni Tomáš. Na tom jediném záleží.

KP: Řekl jsi to krásně. *(Smích)* Od začátku mi šlo hlavně o to, jaký je Tom člověk. Jasně, že mě krom úžasného charakteru zaujal i vzhledem – je to můj vysněný chlap. Ale nikdy jsem neřešila stereotypy nebo to, co si lidé myslí. Po pravdě vůbec si nemyslím, že by naše partnerství – modelky a fotbalisty, bylo nějak odlišné od jiných. Přes naše úspěchy jsme obyčejní skromní lidé, co spolu prožívají krásné, ale i těžké životní chvíle.



TP: Káťa je navíc nesmírně schopná – umí si vydělat skvělé peníze a investovat je s rozvahou. Má spoustu podnikatelských nápadů. Ale já to mám nastavené tak, že chci být ten chlap, který se postará o rodinu. Možná jsem v tomhle trochu staromódní, ale cítím to jako svou zodpovědnost. Chci, aby se měla dobře, aby si s našimi kluky užívala hezký život a aby nám nic nechybělo. Samozřejmě díky tomu, že je úspěšná influencerka, máme přístup k různým materiálním věcem, spolupracím a produktům, ale to je její business. Svoji kariéru si buduje sama a já to maximálně podporuji. Dnes je taky úspěšná investorka a jsem na ni pyšný.

KP: A společně teď pracujeme na našem velkém snu – roubené chatě v Krkonoších. Primárně ji stavíme pro sebe, ale zároveň je to investice do budoucna. Protože kvůli našim profesím pořád cestujeme a nejsme na jednom místě, říkáme si, že až jednou zpomalíme, budeme tam sedět na lavičce, koukat do krajiny a užívat si klid.

Dnes máte dva malé syny. Jak se váš vztah změnil od doby, kdy jste se stali rodiči?

TP: Stačí se podívat na moje kruhy pod očima. *(Smích)*

KP: S prvním synem to ještě nebyla taková změna. Byl s námi, dá se říct skoro od začátku našeho vztahu. (*Smích*) Teď s druhým už je to náročné. Oba jsou ještě miminka a vyžadují stoprocentní pozornost, proto je to teď v čistě partnerském vztahu trochu jiné, ale mohu za oba říct, že je pro nás naše rodina ten nejkrásnější dar, který se našemu vztahu mohl stát.

TP: To je pravda! S prvním synem to byl vanilkový pudink oproti tomu, co je teď. (*Smích*) Teď už je to pořádná jízda. Vyčerpání je obrovské, ale to, co nám kluci dávají zpátky, je nepopsatelné. Když mi bylo třeba v Koreji nejhůř, často jsem si vzal Toníčka k sobě a jen ho držel. V těch chvílích jsem si vždycky říkal, že to nesmím nikdy vzdát, že tomu musím dát všechno. A i když se mi sportovně nedařilo, věděl jsem, že musím domů chodit s čistou hlavou. Rodina je pro mě neskutečný zdroj energie.



Jste oba zvyklí na disciplínu ve sportu i v modelingu. Přenášíte to i do rodičovství?

TP: U Káti to rodičovství posunulo ještě o úroveň výš. Je až neuvěřitelné, jak dokáže všechno naplánovat a zorganizovat. Myslím, že jí to otevřelo úplně nové obzory a že se z ní stala ještě silnější žena. A hlavně jí to dalo obrovský smysl pro zodpovědnost. Dnes vidím před sebou sebevědomou a cílevědomou ženu, která přesně ví, co od života chce. A jsem si jistý, že právě mateřství v tom hrálo obrovskou roli. Co se výchovy týče, mám jediné přání – aby z našich kluků vyrostli slušní lidé. Ne žádní frajírci, ale kluci, kteří budou mít pokoru a zároveň zdravé sebevědomí. Chci, aby se nebáli jít si za svým, ale zároveň aby zůstali sami sebou. Prostě, aby byli šťastní a měli se rádi. To je pro mě nejdůležitější.

> „*Dnes vidím před sebou sebevědomou a cílevědomou ženu, která přesně ví, co od života chce.*“

KP: A já věřím, že to tak bude. Děti si berou příklad z nás. Nemusíme je nic složitě učit – stačí, když vidí, jak se chováme k sobě navzájem.

Katko, vnímáte tu velkou osobnostní změnu, kterou popisoval Tomáš?

KP: Rozhodně. Mateřství mě neskutečně posunulo. A s druhým dítětem je to o něco jednodušší – už to není ten skok do neznáma jako poprvé, kdy je všechno nové a člověk vůbec netuší, co má dělat. Pamatuju si, jak jsem s Toníčkem pořád googlila, když mu něco bylo. Místo spánku jsem seděla u telefonu. Byla jsem vyčerpaná. Teď už jsem klidnější, vím, co dělat, a tolik se nestresuju. Nemůžu říct, že bych byla nějaká zkušená matka, ale mám větší jistotu. I tak je to ale pořádná jízda – kluci jsou od sebe jen 16 měsíců, takže máme doma v podstatě dvě miminka najednou.

Jak se změnil váš pohled na úspěch? Je pro vás dnes důležitější sportovní/modelingová kariéra, nebo rodinná pohoda?

TP: Pro mě je nejdůležitější, aby moje rodina byla šťastná. Ale kariéra pořád hraje velkou roli – mám stále své sny a chci něco dokázat. Někdy mě ale mrzí, když se v noci vzbudím a jsem kvůli tomu podrážděný. Vím, jak je spánek důležitý pro výkon na hřišti, ale říkám si: „*Trénuju celý život, pár probdělých nocí mě nepoloží.*“ Protože děti budou malé jen jednou a to nechci promarnit. Je to o balancu.

KP: Poslední dva roky jsem se soustředila hlavně na rodinu, ale teď začínám cítit, že bych zase potřebovala něco dělat. Chybí mi to? Jo, trochu jo. Přemýšlím proto nad podnikáním, které bych mohla dělat z domova. Samozřejmě mám Instagram, ale to není něco, co by mě úplně naplňovalo. Chci dělat něco, co mi dává hlubší smysl. A pak si uvědomím ten paradox – vždyť mám tu nejdůležitější práci na světě, jsem máma. Jen mi občas chybí ta rovnováha.

TP: Od té doby, co máme malé děti, mám obrovský obdiv k maminkám. A ještě větší respekt k mojí mámě, která mě vychovávala sama. Nedokážu si představit, jak náročné to muselo být, zvlášť v dnešní době. Navíc Káťa je mladá maminka, v době, kdy otěhotněla měla skvěle rozjetou kariéru, takže se vůbec nedivím, že to má někde vzadu v hlavě. A já ji budu ve všem podporovat.

KP: A za to jsem opravdu vděčná. Nedokážu si představit, že bych měla vedle sebe chlapa, který přijde domů a vyžaduje veškerý servis. Bohužel to v některých domácnostech pořád vidíme, a to je pro mě hororová představa.

Tomáši, když jste se rozhodoval o návratu do Česka, hrála v tom roli i rodina?

TP: Ano, ale hlavním důvodem byl sportovní neúspěch, který mě stál hodně mentálních sil. Když se k tomu občas vracíme, říkáme si, jaké to tam bylo skvělé. Život v Koreji byl nádherný, narodil se nám tam druhý syn… Jenže když se ti profesně nedaří, ovlivní to všechno ostatní. Dlouho jsem s tím bojoval, zakousl jsem se, ale někdy musíš poznat, kdy je čas jít dál. Jsem vděčný Hradci, jak se k tomu postavili. Myslím, že jsme ten návrat načasovali perfektně – klub má velké ambice, krásný stadion, město tím fotbalem žije a já si to extrémně užívám.



Kateřina Petrášková

(dříve Kasanová), narozená 4. ledna 1999 v Semilech, je česká modelka a vítězka soutěže krásy dříve Miss Face ze dne 30. září 2017, dnes Miss Czech Republic. V roce 2018 reprezentovala Českou republiku na Miss World. Studovala na Obchodní akademii v Jablonci nad Nisou, obor zahraniční obchod. S Tomášem Petráškem má syna Antonína a Lukase.



Tomáš Petrášek

narozený 2. března 1992 v Rychnově nad Kněžnou, je český fotbalista hrající za FC Hradec Králové. Během kariéry působil v českých i zahraničních klubech, nejdéle v polském Raków Częstochowa, kde získal mistrovský titul. V roce 2023 odešel do jihokorejského Čonbuk Hyundai Motors, odkud se v roce 2024 vrátil do FC Hradec Králové. Za českou reprezentaci odehrál tři zápasy.

Kateřino, jak se vám žije na východě Čech?

KP: I když se mi v Koreji líbilo, nikdy jsem si tam nedokázala představit život se dvěma malými dětmi. A hlavně – když vidíš, že tvůj partner není šťastný, že chodí domů zklamaný a snaží se to maskovat… Člověk to stejně vycítí. A děti taky. Těšila jsem se na návrat domů i na to, že budeme mít pomoc od rodiny. Kluci teď můžou vyrůstat s babičkami, širší rodinou – a vidím na nich, jak jsou šťastnější. A my si díky tomu občas můžeme odpočinout, což je obrovský bonus. A hlavně – vidět, jak je Tomáš v Hradci spokojený, jak se vrátil domů a zase ho to baví… to je pro mě největší plus. Má zpátky ten svůj smysl a já jsem za to ráda. Hradec je pro mě navíc obrovské překvapení. Asi jsem v Česku neviděla hezčí město po Praze.

Jak se vám líbí atmosféra na hradeckém stadionu? Chodíte Tomáše podporovat na zápasy?

KP: Strašně se mi líbí! Rozhodně patří mezi nejhezčí v republice. Vidím, jak na něj lidi reagují, jaká je návštěvnost – a je jasné, že to pro Hradec byla obrovská věc. Když naši malí kluci dovolí, ráda zajdu zafandit, zatím ale jen se starším synem.

TP: Máme jeden z nejhezčích stadionů v Česku, o tom není pochyb. A návštěvnost je skvělá, hlavně na ty největší zápasy. Myslím, že jsme teď někde kolem pátého místa v lize, což je fajn, ale pořád je kam se posouvat. Chci, aby byl stadion plný při každém utkání. Proto se musíme snažit hrát co nejlepší fotbal – aby to lidi bavilo a chtěli chodit pravidelně.

Tomáši, jaké jsou vaše cíle v dresu FC Hradec Králové? Kam byste chtěl tým posunout?

TP: Můj nejbližší cíl je jasný – jít do každého zápasu s vítěznou mentalitou. Protože vím, že když se tohle naučíme a nikdy se nikoho nezalekneme, můžeme dokázat velké věci. Ale ta mentalita se nebuduje jen na hřišti – musí se tvořit už na tréninku. Nemůžeš jím jen tak projít. Musíš makat na každé maličkosti, jinak v sobě ten hlad po úspěchu nikdy neprobudíš. A myslím, že se nám to daří. Tým je zdravý, jdeme společně za jedním cílem. A co bych si přál nejvíc? Abychom se zapsali do historie. Aby si lidi za pár let řekli: „*Jo, to byl ten tým, který vedl Horejš. V obraně byli Čihák, Petrášek, Zadražil.*“ Nechci na nikoho zapomenout, ale aby se prostě vědělo, že tu byli kluci jako Kodeš, Pilař, Vlkanova… A že jsme společně něco dokázali. Není to snadné, ale posouváme se – ve výstavbě hry, ve standardních situacích, v celkové organizaci. Je to zásluha celého trenérského štábu i nás hráčů, protože máme chuť se neustále zlepšovat. A to je nejdůležitější. Co se týče budoucnosti klubu, pokud má Hradec získat nového majitele, přeju si, aby to byl člověk s jasnou vizí, silným finančním zázemím a především někdo, kdo to s klubem myslí vážně. Pokud by měl přijít někdo jako Grande Paolo, nemám slov – to by bylo obrovské renomé a prestiž, jméno světového formátu. Na druhou stranu, v kariéře jsem se už několikrát přesvědčil, že jen velké jméno nestačí. Důležitá je vize, plán, konkrétní kroky. Ale pokud mluvíme o člověku, který šéfoval Juventusu Turín, jsem si jistý, že ví, jak se fotbal dělá.

Hradec Králové letos slaví 800 let od první písemné zmínky. Jak vnímáte jeho historickou hodnotu? Máte zde svá oblíbená místa?

TP: Hradec má obrovskou historii, a to nejen fotbalovou. Je to nádherné město, ke kterému máme oba blízký vztah. S Káťou jsme tu zažili jedny z našich prvních rande – prošli jsme si centrum, zastavili se u Bílé věže, seděli na terasách a dlouho si povídali. Navíc mám k Hradci i rodinné vazby. Můj prapradědeček, inženýr František Petrášek, tady v Kuklenách vyráběl jeden z prvních československých automobilů – značku Start. Přezdívalo se mu „nejlevnější československý automobil“ a jsem na to hrozně hrdý. Jeden exemplář je dokonce vystavený v Muzeu východních Čech. Pamatuju si, jak mi pradědeček poprvé ukázal staré prospekty a vyprávěl mi o tom. Jako malý kluk jsem z toho byl nadšený.

> *„Děti si berou příklad z nás. Stačí, když vidí, jak se chováme k sobě navzájem.“*

KP: Jak jsem říkala, Hradec mě nadchl, je tu spousta skvělých míst. Mezi mé oblíbené podniky patří Fjaka, Optimista, Chroast, Pasta Cook&Look. Hodně nás baví i Chilli Táta a samozřejmě Duran, který nám dělal catering na svatbě. A pak je tu ještě Bistro V Pekárně – to máme spojené s Toníčkem, protože tam chodí do dětské skupinky. Často ho tam ráno odvedeme a pak si tam dáme snídani. Jsou to takové ty malé rituály, které si člověk zamiluje.

Co je podle vás klíčem k dlouhodobému vztahu?

KP: Společná soukromá komunikace. Odložit telefony, být jen spolu a bavit se o tom, co cítíme – bez dětí. Těchhle chvil si teď vážíme.

TP: Přesně. Večer, když děti usnou, si prostě sedneme a povídáme si. Vztah je něco, o co se musí pečovat, a i pár minut denně udělá strašně moc.

Co pro vás znamená láska? Jak byste ji definovali?

TP: Pro mě je to smysl života.

KP: To je strašně těžká otázka… Ale souhlasím s Tomem. Láska je život. Je to úplně všechno.

Helena Karanská
foto: Ondřej Šlambora, archiv
lokace: Muzeum východních Čech
MUA: Lenka Sládková
šperky: Oronico



Symfonie stylu

Zima nás zavedla do stylového a luxusního prostředí salonu Jeaniss v Hradci Králové, kde se uskutečnil inspirativní event plný krásy, módy i gurmánského zážitku. Tento výjimečný večer byl v první řadě oslavou 34. vydání magazínu Quartier, ale také ukázkou toho, jak elegance a kreativita mohou spojit síly.

Hosté měli příležitost obdivovat jedinečné účesy vytvořené kadeřníky salonu Jeaniss, které předvedly modelky oděné do plesových rób svatebního salonu Le Monika. O kulinářský zážitek večera se postarala restaurace 100letá, která nabídla delikatesy v duchu vánočního menu.

Večer se nesl v atmosféře obchodních i přátelských setkání, radosti ze společných okamžiků a obdivování kadeřnického umění, které spojuje krásu vnější. Rádi bychom poděkovali hostiteli – salonu Jeaniss – a všem přítomným za to, že s námi sdíleli tento nezapomenutelný zimní večer.

Těšíme se na další královské setkání.

(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**



Nový závod a stovky pracovních míst

Společnost Heraeus Medevio, dříve známá jako Contract Medical International, se od svého vzniku v roce 2002 vypracovala na klíčového hráče v oblasti zdravotnických technologií. Nyní rozšiřuje svou přítomnost v Hradci Králové otevřením moderního závodu v Plotištích, který výrazně posílí výrobu i vývoj inovativních zdravotnických pomůcek. O budoucnosti, nových pracovních místech a technologických inovacích jsme hovořili s jejím ředitelem Ondřejem Markem.

Můžete čtenářům v krátkosti popsat historii společnosti?
Naše společnost Contract Medical International (CMI) byla založena v roce 2002 v Hradci Králové jako vývojová firma zaměřená na výrobu zdravotnických výrobků na zakázku. Postupem času jsme se rozrostli a rozšířili své výrobní portfolio. Díky neustálému důrazu na kvalitu a inovace jsme si získali důvěru mnoha zdravotnických zařízení po celém světě. V roce 2020 jsme se stali součástí nadnárodní společnosti Heraeus. CMI bylo po akvizici integrováno do divize Heraeus Medical Components, která byla později přejmenována na Heraeus Medevio.

Jaký význam má nový závod v Plotištích pro budoucí rozvoj?
Závod v Plotištích hraje důležitou roli v rozvoji pobočky v Čechách. Vzhledem k tomu, že jsme dosáhli kapacitního limitu ve staré budově, nový závod poskytne prostor pro expanzi čtyřnásobným prostorem a v budoucnu umožní naše rozšíření až na závod se 450 zaměstnanci. Postupným naplněním nové výrobní kapacity do konce roku 2026 se staneme druhým největším závodem určeným k sériové výrobě v rámci celého Heraeus Medevio.

Mohl byste podrobněji popsat nově vybudovaný závod? Co jej odlišuje od ostatních výrobních lokalit?
Budova unikátně konsoliduje dvě rozdílná portfolia – výrobu elektrod a katetrů, pod jednu střechu. Tímto řešením budujeme unikátní synergii pro budoucí propojení obou perspektivních výrobních oborů. Toto řešení je unikátní i v rámci Heraeus Medevio. S výrobou elektrod pro elektrostimulaci získáváme technologii mikroobrábění a povrchových úprav potřebné pro medicínské aplikace.

Jaké typy zdravotnických pomůcek vyrábíte? Můžete přiblížit, jak tyto produkty pomáhají pacientům a lékařům?
Vyrábíme zdravotnické pomůcky zaměřené na léčbu kardiovaskulárního systému, radioterapii, monitoring hemodynamiky krve a radiofrekvenční terapii jícnu. Naše výrobky určené pro léčbu kardiovaskulárního systému pomáhají při léčbě ischemických chorob tepen (aterosklerózy). Slouží pro zavádění stentů, balónkových katetrů a periferní vaskulární intervenci.







Výrobky určené pro radioterapii pomáhají při cíleném ozařování tkáně s minimalizací vedlejších efektů radioterapie. Katetry určené pro monitorování hemodynamiky krve slouží k monitorování srdečního výdeje, měření plicní kapacity a diagnostiky plicního edému. Tyto katetry byly hojně využívány při léčbě Covid-19. Balónkové katetry určené pro radiofrekvenční terapii jícnu slouží k léčbě poškozené sliznice jícnu (Barrettův jícen). Novinkou v našem portfoliu budou takzvané elektrody. Jsou klíčovou součástí kardiostimulátorů, které pomáhají regulovat srdeční rytmus. Tyto elektrody musí splňovat přísné normy a požadavky na biokompatibilitu, spolehlivost a dlouhou životnost. Jsou obvykle vyrobeny z materiálů, jako je platina nebo slitiny platiny, které jsou odolné vůči korozi a mají vynikající vodivost. Tyto materiály zajišťují, že elektrody mohou efektivně přenášet elektrické impulsy do srdce, což je nezbytné pro správnou funkci kardiostimulátoru.

Plánujete vytvořit až 200 nových pracovních míst s potenciálem dalšího rozšíření až na 500 pozic. Které profese budou nejvíce poptávané a jaký typ zaměstnanců hledáte?

Hledáme širokou škálu zaměstnanců – od operátorů výroby přes strojírenské odborníky až po kvalifikované inženýry. Aktuálně je největší poptávka po operátorech, obráběčích a inženýrech, ale jak bude závod růst, otevřou se další zajímavé pozice, které budou přínosem pro pracovní trh v Hradci Králové. Zájemci mohou navštívit naše kariérní stránky medevio.jobs.cz.

Spolupracujete nějak se studenty? Nabízíte stáže, praxe nebo jiné vzdělávací projekty pro mladé talenty?

Ano, aktivně oslovujeme střední odborné školy v regionu a máme zájem navázat spojení s technickými školami. Chceme studentům nabídnout nejen brigády, ale i odborné stáže, které jim pomohou získat praxi v high-tech medicínské výrobě.

Jedním z hlavních cílů Heraeus Medevio je zlepšit ročně životy 100 milionů lidí. Jak k tomu nový závod konkrétně přispěje?

Otevření nových výrobních a vývojových prostor výrazně navýší množství a dostupnost výrobků na trhu a tím pomůže s aplikací těchto prostředků jako běžného standardu v medicíně.

Jaké jsou vaše dlouhodobé plány? Plánujete rozšiřovat výrobní kapacity, investovat do vývoje nových produktů nebo hledat další možnosti růstu?

Pobočka v Hradci Králové chce kromě výroby zaměřit více pozornost i na vývoj katetrů, elektrod a dalších komponentů pro medicínské použití. Součástí závodu budou i prostory pro vývoj výrobků a vývoj technologií pro výrobu. Naším dlouhodobým cílem je vytvoření Centre of Excellence pro klíčové technologie zpracování plastů a kovových mikrosoučástek. Jsme též připraveni na další expanzi v rámci průmyslového areálu v Plotištích, kde jsme zakoupili další pozemek pro případné navýšení výrobních kapacit.

Helena Karanská, foto: archiv







Léčím pomocí financí

Zuzana Mazáčová, regionální ředitelka Broker Consulting, vede úspěšný tým profesionálů, mentoruje nováčky a pomáhá lidem dosáhnout finanční stability. V byznysu staví na férovém přístupu, důrazu na vzdělávání a podpoře cílevědomých lidí v kariéře. Díky své práci ukazuje, že mateřství nemusí být překážkou, ale naopak hnacím motorem a že správně nastavené finance mohou pozitivně ovlivnit život jednotlivců i celé společnosti.

Když jste v roce 2011 vstoupila do světa financí, čím vás tento obor oslovil?
Vždy jsem chtěla pomáhat. Moje původní vize byla stát se veterinářkou, proto jsem studovala na veterinární univerzitě. Měla jsem sen stát se paní doktorkou a dělat smysluplnou práci. Během studia jsem si ale začala přivydělávat ve finančním sektoru a zjistila, že mi tahle práce vyhovuje mnohem víc. Jsem extrovert a ráda komunikuji s lidmi, což by mi v ordinaci chybělo. Ve financích jsem objevila podobnou možnost pomoci – tentokrát lidem. Správně nastavené finance přinášejí klid a stabilitu, a to se odráží i ve vztazích. Finanční zdraví je klíčové pro spokojený život a právě to mě na této práci nadchlo. Říkám si někdy, že jsem vlastně „doktor ve financích“ – stanovíme diagnózu, nastavíme plán a pomůžeme lidem žít lepší život.

Od roku 2013 jste součástí společnosti Broker Consulting. Co vás tehdy přesvědčilo, že právě tato cesta je pro vás ta pravá?
Toužila jsem dělat kvalitní službu a mít spokojené klienty. V předchozí firmě, kde jsem začínala, chyběl proklientský přístup a bylo zde mnoho neetických praktik. Přechod do Broker Consulting byl tak logickým krokem. Důležitou roli sehrál také Petr Hušek, který nám ukázal, že finance lze dělat poctivě a dlouhodobě.

Podnikáte společně s manželem. Jak se doplňujete a jaký vliv to má na váš byznys?
Využíváme silných stránek každého z nás a skvěle se doplňujeme – zatímco rázný, systematický a důsledný přístup je mou silnou stránkou, manžel vnáší do spolupráce empatii a pochopení. Já se starám o vedení týmu, hledám nové talenty a společně rozvíjíme naše spolupracovníky. Dávám lidem příležitost změnit svůj život k lepšímu skrze spolupráci se mnou jako ředitelkou. Díky našemu internímu systému se nováčci rychle učí a efektivně školí, což je pro mě obrovská přidaná hodnota. Manžel je více obchodně založený, takže má na starosti produktovou část týmu – především investice a správu majetku. Specializuje se na bonitní klientelu, jako jsou vrcholoví zaměstnanci, lékaři, majitelé firem, podnikatelé, sportovci a další. Jejich společným jmenovatelem je většinou to, že umí vydělat krásné peníze, ale už nemají čas anebo chuť se o ně co nejlépe starat. Taková klientela potřebuje sofistikovanější správu financí. Společně se věnujeme také mentoringu v oblasti finanční gramotnosti.



Jaké finanční služby a produkty nabízíte svým klientům?
Poskytujeme kompletní finanční poradenství – od běžných účtů přes hypotéky a pojištění až po investiční produkty. V rámci investic mají velkou oblibu investiční nemovitosti, nejen v České republice, ale také ve Španělsku. Klientům pomáháme s financováním bydlení i zajištěním na budoucnost. Druhou oblastí naší činnosti jsou realitní služby. Poskytujeme právní služby při koupi a prodeji nemovitostí a prověřujeme kupující, což urychluje celý proces. Téměř polovinu nemovitostí prodáme interně v rámci naší sítě, což znamená, že naši klienti mají přístup k exkluzivním „podpultovým" nabídkám, které se do veřejné inzerce vůbec nedostanou.

Dnes vedete tým o více než 50 lidech. Jak jste si kolem sebe vybudovala silnou skupinu profesionálů?
Klíčem je výběr správných lidí. Během přijímacích pohovorů mě zajímá jejich motivace – pokud jde někomu jen o peníze, spíš mě to odradí. V našem oboru jsou sice výdělky zajímavé, ale pokud je to jediný hnací motor, může tím trpět klient. Důležité jsou pro mě správné hodnoty, ambice a týmový duch. Základem je firemní kultura a vztahy v týmu. V našem systému dokážeme nováčky kompletně vyškolit – od odborných znalostí až po etiku v oboru.

Máte v týmu inspirativní příběhy lidí, kteří se posunuli z jiných profesí?
Ano, a jsou jich spousty – bývalý ředitel velké nadnárodní společnosti, učitelka z mateřské školky, studentka hledající uplatnění ve finančním oboru a mohla bych pokračovat. Těch příběhů je mnoho, ale jedna věc spojuje ty nejinspirativnější – pracovitost. Ráda pracuji s muži, jsou přímočaří, ale zároveň mě nesmírně motivuje podpora žen v podnikání. Často slýchám, že mateřství je překážkou kariérního růstu, ale osobně to vidím naopak – děti nejsou bariéra, ale hnací motor. Ženy mají skvělou schopnost organizovat čas a pracovat efektivně.

Na jaký moment ve své kariéře jste nejvíce hrdá?
Jsem hrdá na postup na pozici regionální ředitelky senior, protože jsem nejvýše postavenou ženou v celé společnosti. Přede mnou už je jen jediný krok – stát se první obchodní ředitelkou v Broker Consulting. To je můj velký profesní sen a vize, kterou věřím, že s týmem zvládneme uskutečnit. Tato pozice je nejvyšší metou, které lze v rámci kariérního růstu u nás dosáhnout. Nejvíce hrdá jsem ale na rodinu a na to, že všechny pracovní úspěchy nebyly vykoupeny osobním životem. Vždy jsme trávili a stále trávíme s manželem čas s dcerou a užíváme si období, kdy nás ve svém životě nejen potřebuje, ale také chce.

Jak vnímáte svou roli jako ženy v top managementu společnosti?
Být jedinou ženou mezi mužským vedením je pro mě výzva i motivace. Chci ukázat, že ženy mohou dosáhnout nejvyšších pozic, i když se stále traduje, že po založení rodiny už nemají stejné šance jako muži. Věřím, že ženy mají obrovskou sílu v plánování a efektivitě. Vážíme si každé minuty, kterou můžeme věnovat práci, a děláme věci poctivěji a systematičtěji. Proto chci být inspirací pro další ženy, aby se nebály jít za svými kariérními sny.

Váš fokus je také na dobročinnost – každoročně pořádáte charitativní bazar a jste součástí nadace Dobrý skutek. Jak konkrétně tyto aktivity pomáhají lidem v nouzi?
Je to tak, už jsem zmiňovala, že pomáhat bylo vždy mojí hlavní motivací. Každý rok na jaře pořádáme charitativní bazárek, kde prodáváme nenošené oblečení za zlomek ceny. Veškerý výtěžek putuje na pomoc dětem a rodinám v nouzi. Díky nadaci Dobrý skutek, kterou založila manželka našeho zakladatele, můžeme pomáhat celoročně. Například když přišly záplavy na Moravě, naše firma okamžitě zorganizovala finanční pomoc pro rodiny, které přišly o domov. Celé to pro mě má obrovský smysl – je to kombinace pomoci druhým, skvělé atmosféry a pocitu, že děláme něco dobrého. A to je přesně ten typ práce, který mě nejvíc naplňuje.

Helena Karanská, foto: Zdeněk Puš, archiv



OLFIN Car hlásí další rekordní rok

Významný dealer nových automobilů na východě Čech má za sebou další úspěšný rok. Po překonání hranice tří miliard korun v tržbách v roce 2023 se firmě podařilo v roce 2024 ještě vyrůst. Co stojí za tímto úspěchem a kam chce společnost OLFIN Car směřovat v roce 2025? O tom jsme si povídali s jejím majitelem Viktorem Kuhnem.

Jak byste zhodnotil rok 2024 ve srovnání s rekordním rokem 2023, kdy jste poprvé v historii překročili tři miliardy korun v tržbách? Podařilo se vám překonat nastavené cíle?

Rok 2024 byl pro nás dalším významným milníkem v našem růstu. Podařilo se nám zvýšit obrat na čtyři miliardy korun, což je oproti roku 2023 výrazný posun, a dosáhli jsme rekordního prodeje více než pět tisíc vozidel. Kromě toho jsme získali několik prestižních ocenění, která potvrzují naši kvalitu a profesionalitu. Dále jsme rozšířili náš tým a ve větším přijímali nové zaměstnance, což nám umožňuje neustále posouvat služby poskytované našim zákazníkům. Právě na zkvalitnění péče jsme se zaměřili především a výsledkem je, mimo jiné, že se můžeme pyšnit oceněním Volvo Retailer Excellence Awards 2024 za nejlepší servisní služby pro automobily Volvo v České republice. I v rámci Ford President Award 2024 jsme se s naším servisem Ford umístili na první příčce a hrdý jsem i na první místo servisního týmu VW v soutěži Service Tour 2024.

Zmínil jste rekordní prodeje i prestižní ocenění. Co dalšího považujete za klíčové milníky, které posílily vaši pozici na trhu?

Rok 2024 byl plný zásadních událostí, které upevnily naši pozici na trhu. Kromě zmíněných ocenění v oblasti servisu patřilo mezi nejvýznamnější milníky otevření prémiového showroomu Kia v Trutnově. Po prvním roce provozu značky SsangYong jsme se stali největším dealerstvím této značky v Čechách a na Slovensku. Velký úspěch jsme zaznamenali i v prodejích vozů Volkswagen, když jsme se zařadili mezi nejvýznamnější prodejce osobních i užitkových automobilů a zároveň největšího distributora náhradních dílů této německé automobilky. Kromě toho jsme se aktivně podíleli na významných sportovních a společenských akcích, posilovali jsme partnerství se sportovními kluby a zviditelnili naši značku mezi širokou veřejností.

Prodej vozů dosáhl rekordních čísel. Které značky se na tomto úspěchu podílely nejvíce a co podle vás zákazníky nejvíce oslovilo?

Velmi mě potěšil úspěch jihokorejského SsangYongu, se kterým se řadíme k nejlepším prodejcům v Evropě. Dlouhodobě se nám daří i s modely Volkswagenu, když jsme prodali nejvíce vozů Volkswagen Golf v celé republice. Náš prodejní tým za tento úspěch po právu získal ocenění od importéra. Příjemně mě pak překvapily také prodeje Lexusu. S tímto japonským výrobcem jsme začínali koncem roku 2023 a už v roce následujícím jsme slavili prodejní úspěch, který, vzhledem k prémiovému charakteru značky, předčil naše očekávání. Velký zájem zákazníků jsme zaznamenali také u vozů Toyota, které si udržují stabilní popularitu.

Kia je ve vaší nabídce nováčkem. Jak se jí v prvním roce na trhu dařilo a jak na ni zákazníci reagují?

Kia je v naší nabídce skutečně úplně nová a prodejní výsledky jsou zatím mírně za očekáváním. Nicméně náš showroom v Trutnově patří k nejmodernějším v republice, a dokonce převyšuje standardy stanovené samotnou značkou Kia. Věříme, že se nám s naším přístupem a kvalitními službami podaří posílit prodejní výsledky a vybudovat silné zázemí pro tento jihokorejský koncern.

Plánujete rozšíření vašeho portfolia o další značky?

Automobilový trh se neustále vyvíjí a my se s těmito změnami snažíme držet krok. Proto v roce 2025 rozšíříme naši nabídku o čínského



výrobce Omoda a Jaecoo v Trutnově a zvažujeme další rozšíření i do Hradce Králové. Tyto společnosti nabízejí moderní technologie, vysoký komfort a atraktivní design. První ohlasy jsou velmi pozitivní – oceňují zejména prostornost, bohatou výbavu a výborný poměr ceny a výkonu. Věřím, že tyto novinky osloví široké spektrum zákazníků a přinesou na trh zajímavé alternativy k zavedeným výrobcům.

Jaké máte cíle pro rok 2025 – ať už z hlediska tržeb, počtu prodaných vozů nebo dalších aspektů rozvoje?

Rok 2025 bude pro celý automobilový trh velkou výzvou. Přísnější emisní normy budou vyvíjet tlak na prodej elektrických vozidel a zároveň očekávám významné změny v tržním prostředí kvůli příchodu čínských značek, která připravují otevření až několika desítek nových dealerství. Tyto faktory přinesou nové příležitosti, ale i zvýšenou konkurenci, na kterou budeme muset pružně reagovat. V roce 2025 chceme i nadále posilovat naši pozici významného prodejce nových vozů ve východních Čechách. Plánujeme také rozšiřovat a modernizovat naše služby tak, abychom dokázali nabídnout zákazníkům maximální komfort a kvalitu při výběru jejich nového vozu.

(red), foto: archiv



mobilní venkovní kuchyně

cook_out®

Navštivte náš showroom v Hradci!

new visit

krajina · města · zahrady

navrhujeme
realizujeme
vybavujeme

Ve městě i v přírodě

Skupina BICZ s hradeckými kořeny je opět v akci! V minulém čísle jsme vám představili její rezidenční projekt Michelské údolí v Praze, který propojuje moderní bydlení nedaleko centra hlavního města s přírodou. Tentokrát zůstáváme na východě Čech, kde tato developerská společnost přináší další jedinečný rezidenční koncept, který dostal název U Myslivny.



LÍDR S VELKÝMI AMBICEMI

Za výjimečným projektem U Myslivny stojí BICZ holding, česká investiční skupina s vedením společnosti v Hradci Králové. Byla založena v roce 2018 a od té doby si vybudovala silnou pozici na trhu rezidenčních nemovitostí po celé republice. Její filozofie staví na udržitelnosti, dlouhodobé hodnotě a investičních příležitostech – jinými slovy, to, co postaví, vydrží generace a investorům přinese stabilní zisk. Každý projekt, který má skupina ve svém portfoliu, kombinuje moderní design, strategickou lokalitu a atraktivní výnos.



U MYSLIVNY: EXKLUZIVNÍ BYDLENÍ V PŘÍRODĚ

Na jednom z nejatraktivnějších míst – Novém Hradci Králové - vyrůstá dvoupodlažní bytový dům propojený podzemním parkovištěm. Projekt nabízí pouze 14 bytů, což zaručuje soukromí a exkluzivitu. Každý detail byl pečlivě promyšlen s důrazem na propojení moderního designu, funkčnosti a nadstandardního komfortu. Přístup zajišťuje klidná jednosměrná ulice U Myslivny, v okruhu 300 metrů je k dispozici vše, co je potřeba pro kvalitní bydlení – zastávka městské dopravy, mateřská školka, základní škola, potraviny, lékárna, restaurace i kostel. Přímo z pozemku vede soukromý vstup do lesa, odkud se dostanete na oblíbené cyklostezky nebo k lesnímu koupališti Biřička. Díky vyvýšené poloze si rezidenti užijí úchvatné výhledy – nejen na město, ale při dobrém počasí i na Krkonoše.

U Myslivny nenajdete uniformní byty, ale pečlivě navržené domovy s nadstandardními materiály a dostatečným prostorem. Dispozice zahrnují útulné 2+kk pro jednotlivce i prostorné 3+kk pro rodiny. Všechny byty jsou orientovány na jih v kombinaci se západem nebo východem, což zajistí dostatek denního světla po celý den.

Více informací najdete na www.umyslivny.cz a o skupině BICZ se dočtete na www.bicz.cz.

Helena Karanská
foto: archiv





Pro symboly lásky do srdce Hradce

Hledáte ten pravý snubní nebo zásnubní prsten a nechcete dělat kompromisy mezi kvalitou, designem a pohodlím při výběru? Právě pro vás otevřelo klenotnictví Oronico nový showroom v centru Hradce Králové.



MÍSTO, KDE SI VÝBĚR PRSTENU OPRAVDU UŽIJETE

Elegantní prostor, který vznikl s jediným cílem: dopřát zákazníkům špičkový sortiment šperků, ale také výjimečný zážitek z jejich výběru i nákupu.

„Chtěli jsme vytvořit místo, kde se lidé budou cítit dobře, kde budou mít čas a prostor se v klidu rozhodnout. Hradec Králové a celý region si zaslouží showroom, který nabídne luxusní snubní prsteny bez nutnosti cestovat až do Prahy,“ říká syn zakladatele Oronico Nikola Prekpaljaj.

Interiér vznikl ve spolupráci s renomovanou firmou Petrof design, která se postarala o elegantní design a vysoký komfort. Každý detail je pečlivě promyšlený, aby zákazníci měli dokonalé podmínky pro výběr šperků – od příjemného osvětlení přes pohodlné sezení až po celkovou atmosféru i vůni.

NÁKUP ŠPERKU JAKO ZÁŽITEK

Výběr snubního prstenu je moment, který si budete pamatovat celý život. V klenotnictví Oronico proto kladou důraz na pohodlí a osobní přístup.

„Chceme, aby se naši zákazníci cítili uvolněně. Nabídneme jim kávu, provedeme je celým procesem, ukážeme různé možnosti materiálů i úpravy šperků. Nejsme jen prodejci – jsme zlatníci s dlouholetými zkušenostmi, takže dokážeme poradit a vysvětlit každý detail. A co je důležité – jsme tu i po nákupu. Prsten budou lidé nosit celý život, a pokud bude potřeba jej upravit nebo znovu obnovit, vyleštit, vždy se na nás mohou obrátit,“ dodává Mark Prekpaljaj.





EXKLUZIVNÍ KOLEKCE A SVĚTOVÉ ZNAČKY

Najdete zde široký výběr snubních a zásnubních prstenů v různých designech i cenových kategoriích. Vedle českých značek jako Luxur zde narazíte také na prestižní zahraniční výrobce – německou značku Breuning a exkluzivně i značku Acredo, která přináší unikátní designy a inovativní materiály.

Toužíte po originálním kousku? I s tím si hravě poradí – vyrobí váš vysněný šperk jak z klasického zlata a stříbra, tak i ze stále modernějších a zajímavějších materiálů, jako je tantal, karbon nebo platina. Vybere si opravdu každý!

Kromě prstenů nabízí také doprovodné šperky, které lze sladit s prsteny. Nechybí ani speciální kolekce pro nevěsty a družičky.

LETOŠNÍ ROK JE V KURZU PŘÍRODA

Jaký trend dominuje nyní ve světě snubních prstenů? Tepané povrchy inspirované přírodou nebo netradiční fazetové výbrusy, které dodávají šperkům hloubku a jedinečný vzhled. Barevné kameny, které dodají snubním prstenům originální nádech.

Pokud tedy plánujete svatbu nebo hledáte dokonalý zásnubní prsten, navštivte nový showroom snubních a zásnubních prstenů Oronico na Gočárově třídě v Hradci Králové a nechte se inspirovat širokou nabídkou šperků v prostředí, které vás nadchne.

Helena Karanská, foto: Ondřej Šlambora





Dlouholetá tradice

Příběh klenotnictví Oronico se začal psát v roce 1997 v malém obchodě v Hradci Králové. Dnes, po více než dvaceti letech, je Oronico uznávanou značkou, a to díky pečlivému výběru šperků, osobnímu přístupu a rodinné tradici, která se dědí z generace na generaci. Nikola, Mark a Olivera pokračují v odkazu svého otce a neustále posouvají značku kupředu. Oronico se postupně rozrostlo o pobočky v Karlových Varech a v královéhradeckém OC Atrium. Důležitým prvkem je vlastní zlatnická dílna, která umožňuje zakázkovou výrobu na míru i profesionální renovaci a údržbu šperků.



800 let Hradce Králové





Hradec žije!

Hradec Králové slaví 800 let a při této příležitosti vznikl projekt Kultivace 800, který přináší umění a kulturu přímo do ulic, parků i nevyužitých městských prostor. Jaká myšlenka stála za jeho vznikem, co přinese obyvatelům a jak se do něj mohou sami zapojit? O těchto tématech jsme si povídali s ředitelkou projektu Barborou Hodonickou, která přiblížila jeho hlavní pilíře a také zajímavé akce, které by si Hradečané i návštěvníci města rozhodně neměli nechat ujít.

Můžete přiblížit, jak vznikla myšlenka projektu Kultivace 800 a co bylo hlavním impulsem pro jeho realizaci?
Hradec Králové patří dlouhodobě mezi jedno z nejlepších měst pro život v rámci celé České republiky. Jeho kulturní a společenský život staví na pevně zapuštěných kořenech, ať už se jedná o moderní architekturu, význam, kvalitu a věhlas zřizovaných institucí či o komunitní život. K opravdovému vibrujícímu životu se ale probouzí primárně s velkými akcemi. Přehlídkou Kultivace 800 bychom chtěli upozornit na nevyužitý potenciál města, rozžít a rozsvítit jeho, v některých případech zcela nevyužité, veřejné prostory prostřednictvím velkých kulturních akcí i menších komunitních aktivit. Celý projekt je postaven na třech základních pilířích, kterými jsou: Hradec Králové a jeho lidem sloužící veřejný prostor, Hradec Králové jako město živé, pulzující a kulturní, mezisektorové a mezilidské spolupráce a aktivní komunitní život ve městě. Ke spolupráci jsme oslovili jak špičkové profesionální umělce, kolektivy a odborníky v daném oboru a disciplíně, tak místní organizace či lokální spolky a kreativní jednotlivce. Na pozadí všedních dní se rozehrává 12 kulturních scén, které dotváří životy místních obyvatel. Náhodná a neočekávaná setkání s kulturou ve veřejném prostoru.

Podle jakých kritérií jste vybírali jednotlivé akce?
Jedná se o velmi pestrou škálu typů projektů. Převažuje živé umění, ale zajímá nás i design a výtvarné umění, které jsou pro kultivaci veřejného prostoru klíčové. Vybírali jsme jak hotové projekty/inscenace, tak oslovovali umělce a umělecké skupiny, aby vytvořili pro Hradec něco přímo na míru. Takovým příkladem je například sofa, kterým jsme projekt odstartovali a na kterém se mohou lidé usadit v budově magistrátu města, nebo například světelná instalace v podchodu na třídě Karla IV. anebo do třetice velký projekt, který bude mít svou premiéru v rámci divadel-

ních REGIONŮ, a to zážitková divadelní inscenace, pro kterou jsme oslovili výrazné osobnosti současného divadla, skvělý tvůrčí tandem – režisérku Annu Klimešovou a dramaturga Petra Erbese. Opačným případem je například taneční představení Connecting Stations, které vzniklo na míru veřejných vlakových nádraží a pro náš záměr nám tedy přišlo naprosto ideální. Na programu je dále jeden již existující a unikátní formát, který bude Hradci určitě sloužit – projekt WINDOW POP, který zapojí jak podnikatele, majitele prodejen s výlohami do ulic města, tak mladé designéry. Je to projekt, který má velký potenciál ozvláštnit ulice, ale také budovat skvělou komunitu a propojovat odlišné světy. To je obecně to, čím bychom chtěli Kultivací 800 přispět. Propojovat lidi a místa a přirozenou cestou vytvářet jedinečná spojení skrze umělecký a kulturní zážitek.

> *„Ke spolupráci jsme oslovili jak špičkové profesionální umělce, kolektivy a odborníky v daném oboru a disciplíně, tak místní organizace či lokální spolky a kreativní jednotlivce.“*

Proč je podle vás důležité přinášet umění a kulturu do městského prostředí mimo tradiční kulturní instituce?

Veřejný prostor vnímáme jako místo setkávání. V dnešní zrychlené době ale nejrůznějšími místy jen procházíme, probíháme. Věříme, že skrze umělecké intervence můžeme tento prostor kultivovat, zvelebovat, ale také přinášet radost těm, kteří v našem městě žijí. Způsob, jakým kulturní program divákům v Kultivaci „servírujeme“, je přirozený a věříme, že může ukázat nové způsoby práce s veřejným prostorem, ale také přinášet jedinečné kulturní a umělecké zážitky a třeba i zasáhnout někoho, kdo by takový kulturní program běžně cíleně nevyhledával. Samozřejmě je jasné, že se můžeme setkat i s opačnými reakcemi a názory, ale o tom přeci umění jako takové je.Klade otázky a dává prostor k diskuzi.

Jakým způsobem se na projektu podílí samotní obyvatelé Hradce Králové? Do kterých konkrétních akcí se mohou aktivně zapojit?

Od začátku jsme chtěli, aby projekt nebyl čistě naší organizátorskou záležitostí. Aby se zapojili jeho obyvatelé a spolu s námi tvořili samotný obsah Kultivace 800. Hned v prvním případě jsme si ověřili, že lidé se zapojovat chtějí, chtějí se podílet, být součástí komunity. Na umělecké sofa, které vyrobila umělecká Musaši Entertainment Company, jsme vybírali látky, kterými je tento gauč potažený. Sešlo se nám velké množství krásných vzorů a látek, ale také příběhů, které se ke každému jednomu kusu látky pojí. Moc si této sounáležitosti vážíme a všem, kteří přispěli, děkujeme. Dál jsme oslovili obyvatele města, kteří mají k dispozici balkóny orientované do veřejně přístupných ulic, aby se o ně podělili a stali se součástí balkonového hudebního festivalu. V rámci listopadové soutěže o nejhezčí výlohu vyhlásíme diváckou cenu. Tedy hlasovat bude moci opět veřejnost. Podobných menších zpestření, kdy se přímo budou moci zapojit obyvatelé města, plánujeme více.

Které akce byste osobně vyzdvihla a pozvala na ně naše čtenáře?

Určitě bych ráda pozvala na literární festiválek, který proběhne 26. dubna v parku mezi Gočárovými školami a Hučákem. Půjde o milou a programově pestrou rodinnou akci. Z dalších akcí bych ráda vyzdvihla červencovou swingovou tančírnu a koncert na Ulrichově náměstí a dva naprosto unikátní projekty – srpnový hudební festival, kam zveme hlavně na úžasnou Báru Polákovou a další koncerty, přinese naprosto novou perspektivu. Půjde o takový site-specific koncertní formát v přírodních kulisách parku, kde bude hrát významnou roli i vodní plocha. No, a projekt, na který se všichni moc těšíme, je „Benešovka kulturní“, která se na jedno odpoledne a večer promění v živou třídu nabitou bohatým kulturním programem pro velké i malé. Celý den zakončí průvod velkých světelných loutek V.O.S.A. Theatre.

Plánujete v budoucnu podobné kulturní projekty? Mohlo by se něco z Kultivace 800 stát pravidelnou tradicí?

Věříme, že řada projektů, které jsme pro Kultivaci vymysleli, mají potenciál zůstat v té paletě hradecké kulturní nabídky. Avšak moc dobře si uvědomujeme, že štědrost města, díky které může být u příležitosti této významné události města realizováno tolik dobrých projektů, je výjimečná a do dalších let neudržitelná. I tak ale doufáme, že se podaří zkušenost z osmistovkového roku přenést do dalších let a více se potkávat, ať už v ulicích nebo v divadlech, kině nebo koncertních sálech a klubech.

Helena Karanská, foto: Lukáš Veselý, archiv



Hradecké toulky

Vydejte se na procházku po nejvýznamnějších památkách a architektonických klenotech Hradce Králové. Od majestátní Bílé věže s jedinečným výhledem přes gotickou Katedrálu sv. Ducha až po secesní budovu Muzea východních Čech. Objevte kouzlo schodiště Bono publico, klid Teras Karla Otčenáška nebo technický unikát vodní elektrárny Hučák. Zavítejte také do Galerie moderního umění. Ať už vás láká historie, umění či technika, každé z těchto míst vypráví svůj příběh. Poznejte krásy Hradce Králové!



BÍLÁ VĚŽ

Renesanční stavba vysoká 72 metrů dominuje městu. Po rekonstrukci v roce 2015 je přístupná veřejnosti a nabízí moderní multimediální expozici. Postavena byla v roce 1574 z bílého hořického pískovce, což jí dalo jméno. Ve věži je zavěšen zvon Augustin, třetí největší historický zvon v České republice, s průměrem 206 cm a hmotností přibližně 8 000 kg. Návštěvníci mohou vystoupat na ochoz věže, odkud se nabízí jedinečný výhled na Hradec Králové i vzdálené vrcholky Krkonoš a Orlických hor. V interiéru se nachází unikátní skleněný model a původní hodinový stroj od Josefa Božka z roku 1829. Otevřeno je celoročně s nabídkou nočních prohlídek či možností přivítat svítání z vrcholu.

VODNÍ ELEKTRÁRNA HUČÁK

Byla uvedena do provozu v roce 1912 na řece Labi. Secesní budovu navrhl architekt František Sander. Původně byla vybavena třemi trojstupňovými Francisovými turbínami o celkovém výkonu 618 kW, které byly v roce 1925 nahrazeny jednostupňovými turbínami, z nichž každá má výkon 270 kW. Tyto turbíny jsou dodnes v provozu a přispívají k ekologické výrobě elektřiny. Elektrárna je ve vlastnictví společnosti ČEZ Obnovitelné zdroje a v budově se nachází Informační centrum Obnovitelné zdroje, které nabízí interaktivní expozice o využití obnovitelných zdrojů energie a významu udržitelné energetiky. Budova elektrárny je považována za významný secesní objekt na Labi a je oblíbeným cílem návštěvníků se zájmem o technické památky.





TERASY KARLA OTČENÁŠKA

Dříve známé jako Jižní terasy se nacházejí na jižní straně historického centra mezi Gočárovým schodištěm a schodištěm Bono publico. Terasovitý park vznikl v letech 2009 až 2011 na místech bývalého opevnění, které později sloužilo jako soukromé zahrady měšťanských domů. Po rekonstrukci byly terasy zpřístupněny veřejnosti a staly se oblíbeným místem pro procházky i odpočinek. V březnu 2020, u příležitosti 100. výročí narození hradeckého biskupa Karla Otčenáška, rozhodlo městské zastupitelstvo o přejmenování teras na jeho počest. Park nabízí malebné výhledy na město, jezuitskou kolej i okolní krajinu. Na třech úrovních teras jsou kašny s plastikami od sochaře Tomáše Rafla, které dotvářejí jedinečnou atmosféru tohoto místa. Díky své poloze a estetickému ztvárnění patří terasy mezi vyhledávané lokality ve městě.



MUZEUM VÝCHODNÍCH ČECH

Nachází se na Eliščině nábřeží v monumentální budově postavené podle návrhu architekta Jana Kotěry v letech 1909–1912. Tato secesní stavba byla v roce 1995 prohlášena národní kulturní památkou. Muzeum bylo založeno v roce 1880 a dnes spravuje bohaté sbírky z oblasti přírodních věd, archeologie, historie a umění. Každoročně pořádá řadu krátkodobých výstav a kulturních akcí. Po rozsáhlé rekonstrukci bylo muzeum znovuotevřeno v roce 2019 a nabízí návštěvníkům stálé expozice mapující historii města a regionu. Budova je také známá svými interiéry, které navrhl sám Kotěra, včetně nábytku a výzdoby. Na výzdobě se podíleli i další čeští umělci jako sochař Vojtěch Sucharda či malíř František Kysela.

GALERIE MODERNÍHO UMĚNÍ

Sídlí na Velkém náměstí v secesní budově z roku 1912, navržené architektem Osvaldem Polívkou. Vstup zdobí sochy Obchodu a Úrody od Ladislava Jana Šalouna, které symbolizují prosperitu a hojnost. Galerie byla založena v roce 1953 a spravuje bohatou sbírku českého výtvarného umění 20. a 21. století, včetně děl významných autorů jako Jan Preisler, Bohumil Kubišta či Emil Filla. Kromě stálých expozic pořádá pravidelné výstavy současných umělců, tematické instalace a nabízí edukační programy pro veřejnost, školy i odborníky. Návštěvníci zde mohou navštívit také doprovodné přednášky, workshopy a komentované prohlídky. Budova galerie je kulturní památkou a představuje významný architektonický prvek města, který dotváří jeho historickou atmosféru.





BONO PUBLICO

Krytá empírová stavba z 19. století, která spojuje Velké náměstí s třídou Komenského. Vznikla na místě původní Rybářské fortny a sloužila k usnadnění přístupu z města k tehdejším kasárnám, čímž zlepšovala spojení v rámci městské infrastruktury. Schodiště má čtyři ramena s valenými klenbami a tři odpočívadla, osvětlovaná třemi tambury s kopulemi, které dodávají prostoru jedinečný historický charakter. V letech 2017–2019 prošlo rozsáhlou rekonstrukcí, při níž byly instalovány nové osvětlení a hudební ozvučení, které lze ovládat z obou vstupů. Díky moderním úpravám se místo stalo nejen praktickou spojnicí, ale i atraktivním prvkem městského prostoru. Název Bono publico znamená pro veřejné dobro, což odráží jeho historickou funkci i současné využití jako oblíbené trasy pro pěší a turistickou zajímavost.

KATEDRÁLA SV. DUCHA

Gotická cihlová dominanta byla postavena ve 14. století. Podle tradice byla založena roku 1307 královnou Eliškou Rejčkou. Po požáru v roce 1339 byla obnovena a kolem roku 1360 získala svou charakteristickou podobu se dvěma věžemi. V roce 1424 zde byl dočasně pohřben Jan Žižka z Trocnova. Během třicetileté války byla katedrála vypleněna švédskými vojsky. V roce 1664 ji papež Alexandr VII. povýšil na katedrálu v souvislosti se založením královéhradeckého biskupství. Interiér ukrývá cennosti jako cínovou křtitelnici z roku 1406 či obraz sv. Antonína od Petra Brandla z roku 1730.

(red), foto: archiv



80 let hradeckého rozhlasu

Hradecké studio Českého rozhlasu slaví 80 let. Jaké byly jeho začátky, jak ho ovlivnilo dění v letech 1968 a 1989 a jaké chystá oslavy? O tom jsme hovořili s jeho ředitelem Jiřím Kánským.



Český rozhlas oslavil v roce 2023 sto let své existence a hradecké studio si letos připomíná 80 let od svého prvního vysílání. Jak vzpomínáte na vznik regionálního studia?

První vysílání hradeckého rozhlasu zaznělo 5. května 1945 díky nadšeným radioamatérům Josefu Čuprovi a Augustinu Ševčíkovi. Přinášelo aktuální zprávy o pohybu německých vojsk a výzvy k udržení pořádku. Královéhradecký vysílač fungoval do 19. srpna 1945. Poté bylo ministerstvem pošt povoleno vysílání Východočeského vysílače, který přinášel program pro královéhradecký i pardubický region. Slavnostní zahájení provozu proběhlo 26. srpna 1945 v kině Sokol, rozhlas se tehdy přestěhoval do Fuchsovy vily ve Vrchlického ulici v Hradci Králové.

Jakou roli sehrál hradecký rozhlas v klíčových momentech českých dějin?

V srpnu 1968 patřil hradecký rozhlas k nejdéle „svobodně“ vysílajícím studiím. I po 21. srpnu pokračovalo vysílání z několika tajných míst ve městě, propojených s technickým pracovištěm ve Vrchlického ulici. Díky technikům bylo možné přepínat signál mezi jednotlivými lokacemi a udržet vysílání co nejdéle. Přenosy bylo možné zachytit i v zahraničí, například v Jugoslávii. V roce 1989 se situace měnila postupně. První nezávislé reportáže zazněly už krátce po 17. listopadu, ale rozhlas byl stále pod tlakem krajského vedení KSČ. Redaktoři se však proti cenzuře ohradili a v prosinci proběhlo referendum, po kterém byl ředitelem studia zvolen Petr Haš. Od ledna 1990 přinesl zásadní změny v programu, především ve zpravodajství a publicistice.

Které osobnosti jsou s ním spjaty?

V 60. letech byli výraznými osobnostmi hudební redaktoři Jaroslav Andrejs a Jan Šimíček, dramaturgyně Ilona Janská, redaktoři Stanislav Zářecký a Ivo Tomáš, zprávařka Dagmar Hazdrová, režisér Igor Froněk a mistři zvuku Jaroslav György, Dobroslav Kubík a Jiří Václavíček. V dalších desetiletích působili například publicistka a režisérka Jana Kroftová, redaktorka Marta Růžičková či hudební skladatel Jan Jirásek, pozdější dvojnásobný držitel Českého lva. Milan Jelínek stál u zrodu populárního Šťastného víkendu, tisíce pořadů režíroval nedávno zesnulý Pavel Krejčí. V 90. letech se o modernizaci studia zasloužil Petr Haš, díky němuž se ČRo Hradec Králové stal nejposlouchanější regionální stanicí. Výraznou osobností je i Lada Klokočníková, oceněná v roce 1996 jako moderátorka roku, a Václav Souček, jehož fejetony mu v roce 2005 vynesly Cenu Ferdinanda Peroutky.

Vedle lidí tvoří charakter rozhlasu i jeho pořady. Které z nich patří k těm nejtradičnějším, které s vámi vydržely desítky let? A které jsou dnes mezi posluchači nejpopulárnější?

Mezi nejdéle vysílané pořady patří Vaříme s Habadějem, údajně nejstarší pořad o vaření v českém éteru, který dnes připravuje Zdena Kabourková. Posluchači si oblíbili také Písničky na přání, Dopolední Habaděj, magazín o životním stylu Šarm a cestovatelský pořad Na cestách s Petrem Voldánem. K tradičním formátům patří také dokumenty s regionální tematikou a četby na pokračování, které jsou pravidelnou součástí Na nedělní vlně Hradce Králové.





Jak bude rozhlas slavit 80 let?
Hlavní oslavou bude 24. května Den otevřených dveří a koncert na Masarykově náměstí. Ve 14 hodin zahraje Safari akordeon orchestr, v 16 hodin Rozhlasový Big Band Gustava Broma a vrcholem bude koncert Filharmonie Hradec Králové s písničkářem Michalem Horákem. Další významnou akcí bude 1. listopadu v Aldisu galavečer Šarmantní osobnost roku, spojený s vyhlášením výsledků ankety. Oslavy budou probíhat i ve vysílání – chystáme besedy s pamětníky, přímé přenosy Habaděje na cestách, kdy vyjíždíme za posluchači, a dokumenty mapující 80 let rozhlasového vysílání v Hradci Králové.

Propojí se oslavy rozhlasu s 800 lety Hradce Králové?
Ano, první letošní Páteční Habaděj jsme 3. ledna odvysílali živě z budovy staré radnice na Velkém náměstí. Mezi hosty byli primátorka Pavlína Springerová, biskup Jan Vokál, ředitel Filharmonie Vladimír Šrámek, zpěvačka Iva Marešová, sbormistr Boni Pueri Pavel Horák či historička Jana Vojtíšková. Právě ona spolupracuje na nové rubrice Hradecké minuty, která mapuje důležité momenty městské historie. V průběhu roku budeme ve vysílání pravidelně dávat prostor pořadatelům akcí spojených s oslavami 800 let města. Po celé prázdniny nabídneme posluchačům rubriku Léto ve městě, kde redaktoři navštíví zajímavá místa spjatá s historií i současností Hradce Králové.

Helena Karanská, foto: archiv ČRo Hradec Králové



inzerce

LEXUS NX 450h+ PLUG-IN HYBRID

ZVÝHODNĚNÍ AŽ 611 000 KČ

20 000 KČ ZDARMA

0% ÚROK



LEXUS HRADEC KRÁLOVÉ

OLFIN Car s.r.o. | Bratří Štefanů 1221/83 | 500 03 Hradec Králové
+420 498 019 850 | prodej@lexus-hk.cz | www.lexus-hk.cz



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 ředitelka Destinační společnosti Hradecko Soňa Došková a proč tomu tak je?

Jaké je vaše nejoblíbenější místo a čím si vás získalo?
Může se to zdát neuvěřitelné, ale jako první mě napadl Hradec Králové. Místo, kde bydlím již od sedmi let, a myslím, že nemůže být lepší místo pro život. Krásné historické město, akorát tak velké, abyste se v něm necítili jako cizinci, ale zároveň zaručuje dostatek soukromí. Krásná okolní příroda, soutok řek, sportovní vyžití, jednoduchá dostupnost všude. Z těch vzdálenějších míst bych zmínila přístav Whitby v severním Yorkshiru v Anglii.

Jaká byla jeho první návštěva?
Myslím, že je to tak před 12 lety, a od té doby se mi podařilo ho navštívit ještě dvakrát a vždy to byl krásný zážitek. Obecně si návštěvy Anglie užívám, především krajinu, národní parky a přímořská města.

Co si tam žádný návštěvník nesmí nechat ujít?
Whitby není tak velké město, takže se dá hravě zvládnout za jeden den. Co stojí za návštěvu je samotné historické město, dále pak zřícenina kláštera, odkud je i krásný výhled a nesmíte vynechat fish and chips na větrné pláži.

Jaká místa vás mimo to nejvíce zaujala?
Ráda se podívám na všechna různá místa, ale myslím, že stejně to nakonec vždy vyhraje příroda, ať už skály či hory či jen krásná údolí či zátočiny řek. Proto mám zřejmě také tak ráda Hradecko, protože to tady všechno je, anebo je to vše v příjemné dojezdové vzdálenosti.

Vzpomenete si, jaký jste si z cest odvezla největší zážitek?
Neumím vystihnout pouze jeden moment, který by ve mně vyvolal největší zážitek. Ale napadá mě ta největší emoce v souvislosti s místy, které jsem navštívila. A taky si paradoxně člověk pamatuje nejvíce situace, které byste v době, kdy je zažíváte, rozhodně neřadili do kategorie „zážitek“, ale nakonec se ukáže, že přesně tím jsou. Myslím, že mezi takové patří šlápnutí na jedovatou rybu v Itálii, krádež věcí v Bruselu, covid v hotelu ve Finsku či výstup na Etnu v naprosto nevhodné obuvi. Ale pochopitelně si přivážím z cest i krásné zážitky, které nepatří do kategorie překonávání nesnází. Například s pokorou si uchovávám ohromnou pohostinnost a přátelskost lidí, se kterou jsem se setkala na Taiwanu, či nezapomenutelný



pocit, který prožíváte při poutnické mši v Santiagu de Compostela.

A jaký jste si dovezla nejzajímavější suvenýr?
Nejsem moc vášnivý sběratel suvenýrů, ale vzpomínám si, že jsem si z Anglie jednou dovezla překrásnou fosilii. Nemohla jsem ji tam přece nechat. *(Smích)*

Jsou místa, kam se ráda vracíte, nebo spíš raději objevujete nová?
Myslím, že je to tak i tak. Ráda se vracím na místa, která ve mně vzbuzují příjemné pocity, sem se rozhodně řadí Broumovské skály či osada Ošerov v Deštném v Orlických horách, ale také ráda navštěvuji nová místa.

Prozradíte našim čtenářům, kam se chcete podívat příště?
S partou přátel pravidelně navštěvujeme evropské metropole, a když už jsou teď děti starší a zvládají i muzea a galerie, je to už úplně o něčem jiném. Letos v květnu se chystáme na pár dní do Budapešti.

Helena Karanská,
foto: archiv Soni Doškové



Soňa Došková

je ředitelkou Destinační společnosti Hradecko, z. s., kam přišla z pozice kancléřky na Univerzitě Hradec Králové. Ačkoliv narozena v Táboře, skoro celý život žije v Hradci Králové. Kromě cestování má ráda cizí jazyky, četbu a zahradničení. Miluje přírodu, je členem Českého zálesáka.



inzerce



REGIONY ve znamení symetrie

Na konci června se Hradec Králové opět promění v pulzující centrum divadelního dění. Mezinárodní divadelní festival REGIONY letos slaví významné jubileum – už 30 let přináší divákům nevšední zážitky a propojuje tradici s moderním přístupem k umění. Od 20. do 27. června čeká návštěvníky bohatý program, jehož ústředním motivem se stanou Nové symetrie.

UMĚNÍ JAKO ZRCADLO DOBY

Letošní téma odkazuje nejen k historickému odkazu města, které v tomto roce slaví 800 let od první písemné zmínky, ale také k neustálé proměně společnosti. „*Zní to jako hned dvojí příležitost k bilancování, my se však raději chceme dívat dopředu. Ostatně vizionářství a chuť měnit skrz přítomnost budoucnost je něco, co je bytostně spojeno s nejslavnější érou našeho města i se zakladatelským étosem našeho festivalu*," říká Tomáš Jarkovský, ředitel Divadla Drak. Symetrie nejsou jen estetickou vlastností, ale i metaforou pro hledání rovnováhy v současném rychle měnícím se světě, což festival odrazí prostřednictvím pestrého programu.





Diváci se mohou těšit na více než 300 představení všech možných žánrů – od avantgardního divadla, činohry, tanečních a loutkových představení až po autorské inscenace či hudební vystoupení. Na festival zavítají soubory nejen z celé České republiky, ale i ze zahraničí. Letos dorazí divadla ze Španělska, Katalánska, Německa, Francie, Belgie, Nizozemska, Slovinska, Itálie či Slovenska. Představení oživí nejen tradiční divadelní scény, ale i historické centrum města a přilehlé parky, čímž vytvoří jedinečnou atmosféru podobnou světovým festivalům, jako je divadelní Avignon či filmový festival v Karlových Varech.



OSLAVA DIVADLA PRO VŠECHNY

Festival REGIONY pořádají Klicperovo divadlo, Divadlo Drak a kulturní neziskovka kontrapunkt. Velkou část programu tvoří představení pod širým nebem, která jsou zdarma nebo za dobrovolné vstupné, aby si mohl umění vychutnat opravdu každý.

Podrobný festivalu program bude zveřejněn koncem dubna na oficiálních stránkách festivalregiony.cz. Předprodej vstupenek začne začátkem května, a to online i na tradičních prodejních místech včetně Informačního centra Hradce Králové.

Helena Karanská, foto: archiv



ROCK FOR PEOPLE SLAVÍ 30 LET!

11.–14. 6. 2025

Největší český rockový festival letos připravil narozeninovou show, jaká tu ještě nebyla! V Parku 360 v Hradci Králové se představí světové hudební ikony v čele s Linkin Park, Slipknot, Avenged Sevenfold, Biffy Clyro, The Offspring, Bring Me The Horizon a dalšími. A to není vše! Oslavy vyvrcholí 15. června speciálním Narozeninovým dnem, na kterém vystoupí legendární Guns N' Roses. Čeká vás pět dní plných hudební energie, zážitků a festivalové atmosféry.

- Pracujeme s talenty, nadáním a charakterem dětí
- Chyba není ostuda, je důležité zkoušet i slepé cesty
- Používáme různé metody učení
- Neděláme přepadová zkoušení u tabule
- Vytváříme rodinné prostředí

Chceme, aby se děti a studenti:

- Rozvíjeli všestranně
- Chápali souvislosti a samostatně přemýšleli
- Radovali se z toho, že pochopili podstatu místo biflování

Je pro nás důležité:

- Celkový rozvoj osobnosti
- Projevování názorů
- Zdravé vztahy

MŠ

Školka, která
má ráda děti







ZŠ

Škola ušitá na míru





SŠ

Jiná škola







DDM

Objev svůj talent

Pouze jedny Velichovky!

Lázně Velichovky mají dlouhou tradici v léčbě pohybového aparátu, ale nezůstávají jen u osvědčených metod. O propojení klasické rehabilitace s moderními technologiemi, o přínosech slatinné terapie i o tom, proč by lázeňskou péči měli zvážit i mladší lidé, jsme si povídali s primářkou Monikou Kubíkovou.



Jste vyhlášeni svou specializací na léčbu pohybového aparátu. Co si máme představit pod pojmem komplexní lázeňská péče?
Komplexnost naší péče nespočívá jen v samotné rehabilitaci, ale i v celkovém přístupu k pacientovi. Vedle fyzioterapie hrají roli i další faktory – kvalitní strava, klidné prostředí, socializace, kulturní program či samotné vytržení z každodenního stereotypu. Naším cílem je jak zlepšení fyzického stavu, tak psychická pohoda klientů. Jak se říká – ve zdravém těle zdravý duch.

Pokud někdo chce tuto péči využít, jaké jsou podmínky?
Základem je lékařské doporučení, které může vystavit ambulantní specialista či nemocniční lékař. Ten na základě diagnózy vypracuje návrh na lázeňskou léčbu, který následně posuzuje zdravotní pojišťovna. Pokud revizní lékař schválí, má pacient nárok na úhradu léčby. V případě zamítnutí existuje možnost odvolání. Ti, kteří nesplní podmínky pro úhradu pojišťovnou, mohou lázně navštívit jako samoplátci.

Co klienta čeká po příjezdu?
Vstupní lékařské vyšetření, které slouží k sestavení individuálního léčebného plánu. Naše hlavní přírodní bohatství – slatina – se využívá při koupelích a zábalech. Klienti mohou absolvovat také vodoléčbu, skotské střiky, podvodní masáže, parafínové zábaly, plynové injekce či fyzioterapii v tělocvičně i v bazénu. Pokud je potřeba, plán se v průběhu pobytu upravuje.

Jak dlouho trvá lázeňská léčba?
Délka pobytu je stanovena vyhláškou u jednotlivých indikací, a to na tři nebo čtyři týdny. V některých případech lze léčbu prodloužit, pokud to zdravotní stav pacienta vyžaduje. Nejčastěji jde o klienty po operacích kloubů či páteře, kde delší pobyt pomáhá urychlit návrat do běžného života. Pokud pojišťovna prodloužení neschválí, musí pacient pokračovat v ambulantní rehabilitaci, která je často méně dostupná a nabízí užší spektrum procedur.

Lázeňská péče se neustále vyvíjí. Jaké novinky jste v poslední době zavedli?
Vedle tradiční slatiny se můžeme pochlubit moderním vybavením – například přístrojem Prokin s nestabilní plochou nebo systémem Walker View, který analyzuje chůzi pacienta a umožňuje sledovat pokroky. Velký přínos má také vysokointenzivní laser, který pomáhá s léčbou akutních úrazů i chronických obtíží pohybového aparátu. Také jsme se zapojili do konceptu vodíkových lázní. Terapie s molekulárním vodíkem sice zatím není hrazena zdravotními pojišťovnami, ale v Japonsku je již běžnou součástí medicíny.

Má smysl uvažovat o lázních i v mladším věku?
Rozhodně! Dostáváme se do doby, kdyby měli lidé převzít větší část zodpovědnosti za své zdraví a v rámci prevence stárnutí včetně péče o svůj pohybový aparát by lázeňská péče měla být v budoucnu poskytována právě mladším generacím. Tím by lázeňský systém přispěl k udržování dobré kvality života populace, předešel mnohým nemocem a tím pádem ušetřil celému zdravotnictví. Ve Staré Číně byl lékař odměňován za zdravé pacienty, a pokud byl neúspěšný v léčbě, nedostal zaplaceno.

Jaké ubytování a stravu mohou hosté očekávat?
Naše klienty ubytováváme v krásných prvorepublikových vilách nebo v hlavní budově Masarykova domu. Standardem jsou dvoulůžkové pokoje, ale při volné kapacitě lze za příplatek zajistit samostatný pokoj. Stravování probíhá ve Společenském domě, kde si hosté mohou vybrat z více jídel, včetně dietních variant. Samozřejmě respektujeme individuální dietní potřeby, ať už jde o celiaky, diabetiky či pacienty s jinými omezeními.

Srdečně vás zveme do našich lázní, abyste prověřili náš slogan – V republice lázní stovky, pouze jedny Velichovky!

Helena Karanská, foto: Jakub Macháček





CIFY

city for you HRADEC KR.



www.cify.cz



Investujte do svého zdraví

V dnešní uspěchané době je zdraví často to první, co obětujeme. Sedavý styl života, nekvalitní strava a nedostatek pohybu nás však mohou stát víc, než si uvědomujeme. Jaké drobné změny dokážou zlepšit náš život?

Představte si zdraví jako bankovní účet. Naše každodenní volby jsou vklady – ať už jde o vyváženou stravu, pravidelný pohyb nebo kvalitní spánek. Pokud se o „účet“ nestaráme, dříve nebo později se objeví dluhy v podobě zdravotních potíží, vyčerpání nebo snížené imunity. Podle různých studií tráví většina dospělých velkou část dne sezením – ať už v práci, doma u televize nebo při používání digitálních zařízení. Celosvětově má takový trend negativní dopad na zdraví, ať už jde o vyšší riziko civilizačních chorob, jako je obezita, cukrovka nebo srdeční onemocnění. Dobrou zprávou je, že i malé změny mohou mít velký dopad. Jak tedy začít investovat do svého zdraví a těšit se z dlouhodobých výnosů?

PALIVO PRO TĚLO I MYSL

Základem zdravého života je vyvážená strava a pohyb. Pokud do svého jídelníčku zařadíte kvalitní suroviny, vaše tělo vám poděkuje energií, lepší náladou i odolností vůči nemocem. Nemusíte hned utrácet v obchodech se zdravou výživou – i malé kroky se počítají. Začněte tím, že nahradíte průmyslově zpracované potraviny těmi čerstvými. Kupujte sezónní ovoce a zeleninu, které jsou nejen chutnější, ale i cenově dostupnější. Výborným zdrojem jsou farmářské trhy, kde najdete kvalitní produkty přímo od místních producentů.

> *„Pravidelné lékařské prohlídky jsou základ a mohou včas odhalit zdravotní problémy, které se v počátečních fázích nijak neprojevují.“*

Tip: Zařaďte do svého jídelníčku superpotraviny, jako chia a lněná semínka nebo ořechy. Jsou plné vitamínů, minerálů a zdravých tuků, které vám dodají energii na celý den.

Pohyb je jednou z nejlepších investic, jakou můžete pro své zdraví udělat. Stačí najít aktivitu, která vás bude bavit a kterou zařadíte do svého každodenního režimu. Pokud nemáte čas na dlouhé tréninky, zkuste pravidelné procházky. Už 30 minut rychlé chůze denně může výrazně snížit riziko srdečních onemocnění a zlepšit vaši kondici. Ti, kteří hledají větší výzvy, se můžou zapsat na kurzy jógy, plavání nebo tance, zkrátka na to, co je nejvíc láká.

DIGITÁLNÍ POMOCNÍCI PRO ZDRAVÍ

Chytré hodinky, prsteny a fitness náramky jsou dobrým pomocníkem při monitorování fyzické aktivity a zdraví. Sledují počet kroků, spálené kalorie, kvalitu spánku nebo srdeční tep a hladinu stresu. Mnoho z nich také nabízí pokročilé funkce, jako měření okysličení krve, detekce

nepravidelného srdečního rytmu nebo analýza regenerace těla.

Zdravotní technologie – chytré váhy, monitory krevního tlaku nebo glukometry propojené s aplikacemi – nabízejí přes-



nější data o našem těle. Tyto přístroje jsou ideální pro ty, kteří trpí chronickými onemocněními, jako vysoký krevní tlak nebo cukrovka, protože umožňují pravidelné sledování bez nutnosti návštěvy ordinace.

PŘEDCHÁZEJTE PROBLÉMŮM

Pravidelné lékařské prohlídky jsou základ a mohou včas odhalit zdravotní problémy, které se v počátečních fázích nijak neprojevují. Kontrola krevního tlaku, hladiny cukru v krvi nebo cholesterolu u praktického lékaře může upozornit na riziko cukrovky či kardiovaskulárních onemocnění. Návštěva gynekologa nebo urologa zase pomáhá včas zachytit rakovinu děložního čípku, prsu nebo prostaty, zatímco dermatolog dokáže identifikovat nebezpečná znaménka a zabránit rozvoji melanomu, jednoho z nejagresivnějších typů rakoviny.

Dalším z efektivních způsobů prevence je očkování. Kromě základních vakcín, jako je očkování proti tetanu nebo spalničkám, zvažte i vakcínu proti chřipce, která snižuje riziko komplikací především u seniorů a osob s oslabenou imunitou. Vzhledem k vysokému výskytu klíšťové encefalitidy v Česku se doporučuje očkování proti této nebezpečné nemoci. Stejně tak je důležité chránit se proti HPV virům, které mohou způsobovat rakovinu děložního čípku u žen a některé druhy rakoviny u mužů.

Pamatujte také na dentální hygienu. Pravidelné návštěvy zubaře a odborné čištění zubů pomáhají předejít zubním kazům a paradontóze, která je jednou z nejčastějších příčin ztráty zubů v dospělosti. Navíc se ukazuje, že neléčené problémy v dutině ústní mohou mít vliv i na celkové zdraví, například zvyšovat riziko srdečních onemocnění. Péče o chrup je tedy nejen otázkou estetiky, ale i dlouhodobé investice do vlastního zdraví.

Tip: Vytvořte si jednoduchý zdravotní deník, kde si budete zaznamenávat termíny preventivních prohlídek, očkování a návštěv specialistů. Zapisujte si také výsledky důležitých vyšetření, jako je hladina cholesterolu, krevního cukru nebo krevního tlaku. Díky tomu budete mít přehled o svém zdraví a snadno si naplánujete další kontrolu. Pokud dáváte přednost digitálním nástrojům, využijte aplikace na sledování zdravotních záznamů – některé dokonce upozorní na blížící se termín prohlídky.

PODCEŇOVANÝ LÉK

Často zapomínáme na spánkovou hygienu. Přitom během spánku probíhají důležité regenerační procesy. Tělo opravuje poškozené tkáně, buňky a posiluje imunitní systém. Mozek současně třídí vzpomínky, konsoliduje naučené informace a zpracovává emoce. V noci se uvolňují hormony nezbytné pro zdraví celého organismu – například růstový hormon (důležitý pro opravu svalů a tkání) nebo melatonin, který ovlivňuje kvalitu spánku a hloubku odpočinku. Nedostatek spánku se rychle projeví na naší psychice. Snižuje se schopnost soustředit se, učit se i kreativně přemýšlet. Přicházejí výkyvy nálad, podrážděnost a v krajních případech i deprese nebo úzkosti.

Tip: Zhasněte obrazovky aspoň hodinu před spaním. Modré světlo z telefonů a počítačů narušuje produkci spánkového hormonu melatoninu. Vyvětrejte ložnici a udržujte v ní spíše chladnější teplotu. Dodržujte pravidelný režim usínání a probouzení.

KLÍČ K ROVNOVÁZE

Ve světě plném stresu je péče o duševní zdraví stejně důležitá jako fyzická kondice. Zvládání stresu, kvalitní odpočinek a pozitivní myšlení jsou faktory, které mohou výrazně zlepšit kvalitu vašeho života. Jedním z nejefektivnějších způsobů, jak pečovat o svou mysl, je mindfulness – technika zaměřená na přítomný okamžik. Začněte jednoduchým dechovým cvičením nebo meditací. Na trhu najdete také aplikace, které vás provedou základy mindfulness, například Headspace nebo Calm.

Dalším nástrojem je digitální detox. Věnujte alespoň jeden den v týdnu bez telefonu a sociálních sítí a uvidíte, jak se zlepší vaše koncentrace a nálada.

Zdraví je investice, která se vrací mnohonásobně. Každá minuta věnovaná pohybu, každá koruna investovaná do kvalitních surovin a každé rozhodnutí omezit stres je krokem ke spokojenějšímu a plnějšímu životu. Jaký první krok pro své zdraví uděláte vy?

Helena Karanská, foto: archiv

Malé kroky, velké změny

Vždy mějte u sebe láhev s vodou a pravidelně se napijte. Zařaďte zeleninu ke každému jídlu, třeba jen malou hrst salátu či nakrájenou okurku. Přidejte deset minut protažení během dne a klid před spaním.



Ve formě

Salon Be In je jediným konceptem svého druhu v Hradci Králové zaměřeným na neinvazivní metody hubnutí, formování postavy a regeneraci svalů. Jeho majitelka Martina Pospíšilová sleduje nejnovější trendy v oblasti estetické péče a neustále rozšiřuje nabídku o inovativní technologie, které přináší viditelné výsledky bez nutnosti invazivních zákroků. Jak rychle lze vidět výsledky a proč je důležité přistupovat ke kráse a zdraví komplexně?



Za 17 let svého působení prošel Salon Be In zajímavým vývojem. Jaké byly jeho začátky?
První úvahy o otevření salonu s tímto konceptem se objevily už během mého studia na vysoké škole. Právě tehdy jsme si se sestrou začaly všímat nového trendu – stále populárnějších přístrojů Power Plate a VacuShape. Napadlo nás, že by bylo skvělé doplnit toto cvičení o lymfodrenáže, a tak se zrodila myšlenka otevřít náš první Salon Be In v Pardubicích. Byly jsme jedny z prvních v republice, kdo založil studio tohoto typu. Asi po roce a půl působení v Pardubicích jsme se rozhodly otevřít pobočku v Hradci Králové, kde jsem nabídku rozšířila o hubnoucí a detoxikační tělové zábaly a další procedury.

Tím to ale nekončí, nyní máte ve svém repertoáru nemodernější technologie, které lze v oblasti hubnutí využít.
Je to tak, po osmi letech fungování jsme přidali například LPG a EMS. Vždy si každou technologii nejprve sama vyzkouším, protože chci mít jistotu, že skutečně funguje. LPG mě přesvědčilo svou účinností – viděla jsem výsledky na sobě a věděla jsem, že ho chci klientkám nabídnout.

Jde pomocí LPG opravdu zhubnout?
Ano, ale vždy říkám, že záleží na celkovém životním stylu. Pokud klientka dodržuje vyváženou stravu a nesabotuje výsledky nezdravým jídelníčkem, LPG může výrazně pomoci. Máme klientky, které tvrdí, že svůj jídelníček ani nezměnily a přesto viděly rozdíl, ale ideální je kombinace LPG s pohybem a zdravou stravou.

Jak LPG vlastně funguje a jaké má hlavní přínosy?
LPG stimuluje tvorbu kolagenu, takže pomáhá zpevnit pokožku, vyhladit celulitidu a zlepšit pružnost kůže. Kromě estetických efektů má i zdravotní benefity – podporuje lymfatický systém, pomáhá s odvodněním a detoxikací organismu. U některých klientek ho dokonce doporučují i lymfologové jako podporu správné funkce lymfatického systému.

Další metodou, kterou nabízíte, je EMS. Jak tato technologie pracuje?
EMS je zaměřené na budování svalové hmoty a funguje na principu hluboké svalové stimulace pomocí elektromagnetických vln. Simuluje intenzivní svalový trénink, což je ideální pro ty, kdo nemají čas nebo možnost chodit do posilovny. Pomáhá také lidem po úrazech či operacích, aby zabránili ochabování svalů. Oblíbené je i mezi ženami po porodu, protože podporuje regeneraci břišních svalů a pomáhá při diastáze. Nejčastěji se zaměřujeme na břicho, stehna a hýždě, což jsou partie, kde je EMS nejúčinnější.

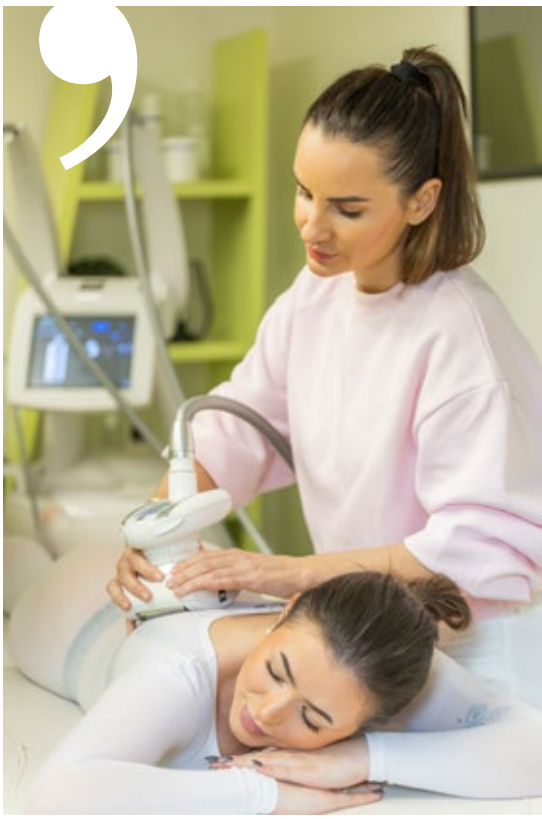
Mnoho lidí hledá rychlé způsoby hubnutí. Dá se dosáhnout výsledků v krátké době?
Chápu, že někdo chce být rychle ve formě, například před dovolenou. Ale vždy zdůrazňuji, že udržení postavy je dlouhodobý proces. Pokud někdo chce rychlé výsledky, tělové zábaly jsou jednou z možností – pomáhají s odvodněním a odstraněním toxinů, což se projeví menším objemem. Nejde však o skutečné hubnutí, ale spíše o optické vylepšení postavy.

Za jak dlouho lze vidět výsledky neinvazivních procedur?
Některé klientky vidí změny už po prvním ošetření – například zlepšení pevnosti pokožky nebo pocit odlehčení díky odvodnění. Co se týče dlouhodobého hubnutí, doporučuji realistický cíl – ideálně 1 až 1,5 kg za měsíc. To je tempo, které je udržitelné a přináší trvalé výsledky.

Kromě praxe máte také odborné vzdělání. Jaký obor jste vystudovala?
Mám vystudovanou Tělesnou výchovu a sport se zdravotním zaměřením, což je blízké fyzioterapii. Díky tomu rozumím fungování pohybového aparátu a propojuji znalosti z oblasti sportu a rehabilitace s péčí o tělo.

Jaké máte plány do budoucna?
Ráda bych se více zaměřila na neinvazivní omlazující ošetření a prevenci stárnutí. Chci se soustředit na podporu přirozené krásy a zdraví pokožky, aby klientky mohly oddálit potřebu invazivních zákroků. Tento koncept souvisí s trendem longevity – tedy celkovým přístupem k dlouhověkosti a vitalitě. Chceme nabídnout komplexní péči, která propojuje zdraví, krásu a pohodu.

Helena Karanská, foto: archiv





AQUAPURA
NADAČNÍ FOND PAVLA A MONIKY STAŇKOVÝCH

AQUAPURA, nadační fond Pavla a Moniky Staňkových
a Golf & Spa Kunětická Hora Vás srdečně zvou na

14. ročník charitativního golfového turnaje NF AQUAPURA

26. srpna 2025

Golf & Spa
Kunětická Hora, Dříteč

www.aquapura.cz

Podlehněte Mocha Mousse

Představte si šálek kávy s kapkou smetany – tak vypadá Mocha Mousse, barva roku 2025. Je hřejivá, uklidňující a přirozeně elegantní. A zde je náš výběr produktů, které vám dodají ten správný šmrnc. Nechte se inspirovat.



SKLENIČKY

czechdesign.cz
2 590 Kč



SVÍCEN

ruckl.com
9 390 Kč



CHOCOLATE VEST

roji.cz
8 800 Kč



OBROUČKY

eyerim.cz
6 690 Kč



MOHÉROVÝ SVETR

aname.cz
4 990 Kč



PALETKA OČNÍCH STÍNŮ

sephora.cz
1 860 Kč



TENISKY

adidas.cz
2 699 Kč

ZAŽIJ S NÁMI

PLAYOFF 2025

ČF 1	Mountfield	X ?	NEDĚLE 16. 3. 2025
ČF 2	Mountfield	X ?	PONDĚLÍ 17. 3. 2025
ČF 3	? X	Mountfield	ČTVRTEK 20. 3. 2025
ČF 4	? X	Mountfield	PÁTEK 21. 3. 2025
ČF 5	Mountfield	X ?	PONDĚLÍ 24. 3. 2025
ČF 6	? X	Mountfield	STŘEDA 26. 3. 2025
ČF 7	Mountfield	X ?	PÁTEK 28. 3. 2025

mountfieldhk.cz/playoff


34
Tipsport
CCM
HOKEJOVÝ KLUB
Mountfield
HRADEC KRÁLOVÉ



Umění jako vášeň, status i investice

Sbírání umění už dávno není jen doménou znalců a milionářů. Stále více lidí objevuje kouzlo uměleckých děl nejen jako estetický prvek, ale i jako investiční příležitost. Jak se v tomto světě zorientovat? Je potřeba velký rozpočet? A na co si dát pozor při prvních nákupech? Odpovědi nabízí rozhovor s odborníkem a sběratelem umění Michalem Čejkou.

Lidé začínají více sbírat umění. Je to spíš emocionální záležitost, společenský status nebo investiční příležitost?
Vždy jde vlastně o kombinaci všech faktorů. Když s někým mluvím o umění, téměř nikdy neuslyším: „*Kupuji to čistě jako investici.*“ I ti nejracionálnější investoři mají ke sbírce nějaký vztah, byť třeba estetický nebo intelektuální. Ale pak jsou tu i lidé, kteří sbírají srdcem, a až zpětně zjistí, že jejich sbírka má zajímavou finanční hodnotu. A ano, společenský status v tom často hraje roli – kvalitní sbírka, velká či malá, je prostě vaší dobrou vizitkou.


Michal Čejka a Jan Švankmajer

Zmiňujete osobní vztah. Proč je podle vás tak důležitý?
Podle mě se jedná o klíčový prvek při nákupu umění. Pokud si ke svému sbírkovému kousku nevybudujete vztah, snadno se ho zbavíte, až přijde první cenová turbulence. Ti nejlepší sběratelé ale kupují umění, které je oslovuje i mimo investiční kalkulaci – a paradoxně to pak bývají i ta nejhodnotnější díla v jejich sbírce.

Mnoho lidí si myslí, že sbírání umění je jen pro bohaté. Je nutné mít vysoký rozpočet?
Ne, naopak, to je jen častý mýtus. Samozřejmě, pokud chcete získat rovnou Picassa, nebude to rozhodně levné. Ale dá se začít i jinak – grafikami, např. z výstavního projektu Grafika roku, limitovanými edicemi nebo díly mladých autorů. Pokud se stále obáváte rovnou vstoupit do vod sběratelství výtvarného umění, můžete vyzkoušet frakční obchodování na on-line investiční galerii. Nestane se z vás sice jediný vlastník uměleckého díla, budete „jen“ jeho spoluvlastníkem a budete spekulovat na jeho zhodnocení, ale rozhodně získáte profesionální přístup, odbornou znalost a hlavně, budete již jen krůček k vlastním nákupům. Klíčem k úspěchu je tedy kupovat kvalitně, ne draze. Když člověk ví, co dělá, může za rozumné peníze postavit velmi zajímavou sbírku nebo mít kvalitně zainvestováno ve výtvarném umění.

Jak a kde tedy začít, pokud nemám žádné zkušenosti?
Nejdřív je potřeba vytvořit si vlastní názor na to, o co chci obohatit svou domácnost či sbírku. Není v tom nic tajemného ani odborného. Stačí chodit na výstavy ve vašem okolí a neopomenout i ty v jiných městech či v zahraničí, sledovat on-line aukce, sledovat sociální sítě galerií nebo mluvit s odborníky. Ale hlavně – nedělat impulzivní nákupy jen proto, že něco vypadá „cool“. Mám rád sběratele, kteří sbírají koncepčně – tedy ne nahodile, ale s nějakou vizí. Po počátečním průzkumu a nabytí informací by si tedy člověk měl říct: Chci sbírat české poválečné umění? Nebo mladé současné umělce? Nebo mě zajímá art brut nebo pop art? V zásadě ale je vždy dobré





si najít spolehlivé poradce, protože umění je složitá disciplína a znalosti zde hrají zásadní roli.

Dílo od mladého začínajícího umělce – je to risk, nebo příležitost?

Obojí. Když vsadíte na správného autora, může to být jackpot. Ale je to běh na dlouhou trať. Ne každý umělec, o kterém se dnes mluví, bude relevantní i za dvacet let. Dobrým signálem je, když si díla mladého umělce vybírají špičkové galerie, když je poptávka po jeho tvorbě vyšší než nabídka a když ho kupují renomovaní sběratelé.

Co dělá z uměleckého díla dobrou investici? Podle čeho se rozhodujete?

Já se dívám na několik věcí. Primární je osobnost autora, jeho postavení na trhu, osobní historie či galerie, které ho zastupují. Je třeba dohledat autorovu prodejní historii, např. jak se jeho díla prodávají na aukcích a jaký je jejich cenový vývoj. Zkoumám také, zda je vybrané dílo klíčové v rámci autorovy tvorby. Z hlediska vnějších vlivů jsou zajímavým aspektem i aktuální tržní trendy, tj. kam se pohybuje zájem sběratelů. Každý z těchto faktorů sám o sobě něco napoví. Ale to, co je nejpodstatnější, je fakt, že investování do umění není matematika – je to umění samo o sobě.



Jak ovlivňují trendy a změny na trhu hodnotu existujících sbírek?

Trendy se mění, ale kvalitní umění si dlouhodobě uchovává svou hodnotu. Vidíme třeba obrovský vzestup zájmu o ženské autorky, o umění z Afriky a Jižní Ameriky, o sociálně angažované umění a trendem je umění surrealistů. Některé sbírky tím získávají na ceně, jiné naopak mohou stagnovat. Proto je důležité dívat se na sbírání jako na živý a dynamický proces a je nezbytné neustále svou sbírku revidovat či doplňovat o aktuální autory.

Kteří konkrétní umělci představují zajímavou investici?

To je otázka, která by přesáhla rozsah tohoto rozhovoru, a bude těžké rozhodnout koho jmenovat. Za všechny skvělé české autory bych určitě sledoval Krištofa Kinteru a Vojtěcha Kovaříka. Krištof Kintera je etablovaný umělec s mezinárodním přesahem, jeho díla mají sběratelé po celém světě, jeho instalace jsou v prestižních institucích a co je hlavní – jeho díla vás určitě nebudou nudit ani po letech. Jednatřicetiletý Vojtěch Kovařík je momentálně jedním z nejžádanějších českých malířů na globálním trhu. Jeho monumentální figurativní malby se velmi dobře prodávají v Londýně, New Yorku i v Asii a jeho kariéra je ve strmém vzestupu. A ani vás určitě nenechají naddimenzovaní hrdinové – Herkulové, Titáni, bohové či bohyně – chladnými. Ze světových autorů zmíním Gerharda Richtera, jehož díla stabilně rostou na hodnotě a jsou považována za bezpečný přístav v art investicích. Zajímavým novým jménem je Njideka Akunyili Crosby, která propojuje africké a západní vlivy a její tržní hodnota v posledních letech prudce roste.

Váš oblíbený umělec?

Z českého prostředí jednoznačně Jan Švankmajer. Jeho imaginace, surrealistické vize a práce s materiály jsou světově jedinečné. Vlastním několik jeho grafik a jednu „kostřičku“ a nemohu se na ně vynadívat. Minulý prosinec jsem měl možnost se s devadesátiletým Mistrem Švankmajerem setkat osobně a byl to skutečně životní zážitek, který jen prohloubil můj respekt k jeho tvorbě – filmové režii animovaných, loutkových i hraných filmů, psaní knih, a především k jeho výtvarné tvorbě. Výtvarná část jeho nadání tvoří velmi slušný výčet profesí – kresba, volná grafika, koláž, keramika, taktilní objekty či asambláže. Je držitelem mnoha prestižních českých i zahraničních ocenění, je to umělec s vlivem na renomované zahraniční režiséry, např. Tima Burtona či Terry Gilliama. Takže, neváhejte zhlédnout některý z jeho filmů nebo se kochejte svou představivostí v jeho



výtvarných dílech! Ze světových autorů mě oslovují Keith Haring, Jean-Michel Basquiat a Damien Hirst. Haring byl mistrem vizuální jednoduchosti s hlubokým společenským poselstvím, Basquiat přenesl syrovost ulice do vysokého umění a stal se ikonou, jehož práce dnes patří mezi absolutní blue-chip umění. Hirst mě fascinuje tím, jak dokázal z umění vytvořit dokonale řízený byznys, aniž by ztratil autenticitu. Každý z těchto tří mi ukazuje jiný pohled na to, co všechno umění může být – od sociálního komentáře přes syrovou expresi až po dokonale řízený investiční produkt.

Helena Karanská, foto: archiv

Stalo se na východě Čech

Pestrobarevný podzim – doslova i přeneseně. Máme za sebou období plné nezapomenutelných momentů, které rezonovaly napříč republikou a staly se ústředními tématy ve zpravodajství celostátních médií. Připomeňme si společně šest nejvýznamnějších z nich v naší pravidelné rubrice Quartieru.



FAKULTNÍ NEMOCNICE OTEVŘELA NOVÉ POKOJE

Porodnická a gynekologická klinika Fakultní nemocnice Hradec Králové nabízí maminkám před a po porodu nadstandardní rodinné pokoje hotelové úrovně. Součástí je vlastní sociální zařízení, vybavená kuchyňka, rozkládací pohovka pro doprovod, TV, klimatizace a WI-FI připojení. Nechybí ani vybavení pro miminko včetně postýlky, vaničky a přebalovacího pultu.



PRVNÍ SPORTOVNÍ GYMNÁZIUM V KRAJI

Gymnázium Trutnov se od září 2025 stane prvním sportovním gymnáziem v kraji. Nová sportovní třída nabídne specializaci na atletiku, basketbal, běžecké lyžování a plavání. Sportovní příprava bude mít 16 hodin týdně. Studenti tak získají ideální podmínky pro skloubení vzdělání a špičkové sportovní přípravy pod vedením zkušených trenérů.



UNIKÁTNÍ PROFESNÍ OBORY NA UNIVERZITĚ PARDUBICE

Univerzita Pardubice přichází s novou nabídkou profesně zaměřených studijních programů, které studentům umožní propojit teoretické znalosti s praktickou zkušeností v odvětví potravinářství. Nové obory se soustředí na chemii piva a fermentovaných produktů. Součástí studia bude praktická výuka v reálných pivovarech a vinařstvích.



SINIAKOVÁ MÁ DESÁTÝ GRANDSLAMOVÝ TITUL

Hradecká tenistka Kateřina Siniaková si na Australian Open připsala třetí titul ve čtyřhře a jubilejní desátý grandslamový triumf. Spolu s Američankou Taylor Townsendovou potvrdily roli nasazených jedniček. Siniaková se tak stala teprve 12. hráčkou v otevřené éře tenisu, která dosáhla této mety.



BRÁNA BORCŮ PROJDE REKONSTRUKCÍ

Součástí revitalizace bude vybudování nového zázemí pro fanoušky. V rámci prostoru vznikne oficiální funshop pro fanoušky, stylová kavárna a další služby, které zatraktivní okolí stadionu a vytvoří příjemné místo pro setkávání před i po zápasech. Cílem je zachovat historickou hodnotu Brány borců, ale také jí vdechnout nový život.



V PARDUBICÍCH JE V PROVOZU NOVÝ PARKOVACÍ DŮM

Řidiči v Pardubicích mají novou možnost pohodlného parkování v blízkosti centra města. Moderní parkovací dům Arena Parking nabízí 442 parkovacích míst a je určen jak pro krátkodobé, tak dlouhodobé stání. Díky své strategické poloze u multifunkční arény bude sloužit nejen návštěvníkům, ale i obyvatelům města.

STAVBY

Co nabízíme zákazníkům ?

Skvěle vybavené vzorkovny dveřmi a klikami.
Poradenskou službu zkušených obchodních zástupců.
Návrh nových dveří s architekty.
Montáž veškerých typů dveří.

Při předložení tohoto inzerátu, nabízíme slevu 15% na objednávku nad 50 000,- Kč.

Nabídka platí do 30. 4. 2025

NOVÉ DEKORY CPL 2025



CPL
Dub kouřový



CPL
Karátově béžová



CPL
Dub natura →

SAPELI CENTRUM HK
Vážní 1001
Hradec Králové
500 03
tel. 608 662 228

SAPELI CENTRUM PCE
Jana Palacha 2783
Pardubice
530 02
tel. 608 662 227

info@dverestavby.cz
www.dverestavby.cz

SAPELI



Zimní vzpomínka

Zima se s námi definitivně rozloučila a jaro je tady. Než ale definitivně odložíme teplé kabáty a vyměníme horké drinky za osvěžující limonády, pojďme se ještě naposledy ohlédnout za událostmi, které zimní měsíce přinesly. A věřte, je nač vzpomínat!

KRÁLOVSKÉ OSLAVY 800 LET

Hradec Králové si letos připomíná 800 let od své první písemné zmínky jako města a oslavy odstartovaly ve velkém stylu. Jednou z mnoha slavnostních akcí byl i Královský ples, který v sobotu 18. ledna roztančil Kongresové centrum Aldis. O skvělou atmosféru se postarala pestrá hudební sestava včetně Salonního orchestru Filharmonie Hradec Králové, Moondance Orchestra Martina Kumžáka, Hradecké cimbálové muziky, Jazz Police a kapely No Name.







VÝCHODOČESKÝM DIVADLEM SE NESL SMÍCH

Pardubický GRAND Festival smíchu oslavil svůj 25. ročník a na jevišti se vystřídala pestrá škála komedií – od klasiky až po sci-fi. Nejvíce ale zazářila moderně pojatá Škola žen v režii Michala Háby z Činoherního studia Ústí nad Labem, která si odvezla pět z celkových sedmi cen, včetně titulu Komedie roku 2024. Hlavní role skvěle ztvárnili Jan Plouhar a Barbora Váchová, zatímco Jiří Lábus si odnesl ocenění za svůj nezaměnitelný humor.





JIČÍN HOSTIL MISTROVSTVÍ ČR V CYKLOKROSU

V sobotu 11. ledna se v Jičíně uskutečnilo mistrovství České republiky v cyklokrosu, které přineslo historický okamžik. Michael Boroš si dojel pro svůj osmý titul, a překonal tak dosavadní rekord Zdeňka Štybara a Radomíra Šimůnka. Mezi ženami triumfovala Kristýna Zemanová, která znovu potvrdila svou dominanci na domácí scéně. Šampionát nabídl napínavé souboje i náročné podmínky, které důkladně prověřily nejlepší české cyklokrosaře.







inzerce

LF design

Pomůžeme Vám najít dokonalé řešení pro Vaše bydlení!

Reigrova 176
547 01 Náchod

Luční 890
500 03 Hradec Králové

@lfdesigncz

603 875 529

602 670 298

info@lfdesign.cz

@lfdesigncz

KVALITNÍ STÍNĚNÍ PRO VÁŠ INTERIÉR

Záclony a Závěsy | Garnýže | Látkové Rolety | Tapety | Žaluzie | Grafické Návrhy Interiérů | Čalounické práce

Venkovní Žaluzie a Rolety | Markýzy | ZIP Screen Rolety | Designové Slunečníky | Stínící plachty INGENUA

U LF DESIGN naleznete veškeré stínící prvky pro interiér a exteriér. V naší dílně šijeme záclony, závěsy a další bytový textil. Na našich studiích v Náchodě a Hradci Králové Vám rádi poradíme s výběrem nejvhodnějšího typu stínění, záclon, garnýží, tapet. Společně vytvoříme harmonický prostor pro Váš odpočinek a klidné bydlení. Inspirujte se a svěřte své sny do rukou profesionálů!



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 bývalá tenistka Petra Rosolová?

S čím máte spojené jaro?
S probouzením. Tím, že jsme trávili hodně času přes zimu v teple (tenisová sezóna zahajuje v lednu Austrálií), tak člověk zimu ani tolik nevnímá. Až ve chvíli, kdy jsem otěhotněla, a strávila tak poprvé za dlouhé roky celou zimu doma, jsem si uvědomila, jak moc nám tu přes zimu chybí sluníčko. Takže jaro považuji za příchod nové energie, nových impulzů, a jelikož jsem pokřtěná a víra se prolíná mým životem, tak pro mě má jaro i hlubší význam.

Jaký byl váš největší zážitek uplynulé zimy?
Musím říct, že čím jsem starší, tak si i více užívám povánoční čas, a to zejména kvůli tomu, že se tak trochu ztišíme, užíváme si klidu u pohádek a po celém roce na pár dní vypneme. I když se skoro dvouletým synem je relativní, co je to vlastně klid. Jde spíš o to, že jsme prostě spolu.

Které cestovatelské místo je vaše nejmilejší? A proč?
Zmínit jen jedno je pro mě docela těžké, protože oblíbených míst mám víc, ale kdybych přeci jen měla říct jedno nebo dvě, tak mému srdci nejblíž je Amerika. Velkou část Ameriky jsme již navštívili, ale další mám stále na seznamu mých cestovatelských přání. Amerika je takový můj nesplněný sen, protože v rámci tenisu jsem měla studovat na univerzitě v USA a hrát tam tenis, to se bohužel nepovedlo, neboť jsem si těsně před odletem vážně poranila rameno a musela jsem podstoupit operaci. Stále ve mně přetrvává to, že bych si chtěla v Americe zkusit žít. Líbí se mi koncept podzim, zima a jaro na Floridě a v létě se vracet domů. Tak uvidíme, třeba se to jednou povede. Druhé nejmilejší cestovatelské místo jsou Maledivy. Pro nás jsou naprostým rájem na zemi, nikde jinde si člověk neodpočine tak, jako tam. Navíc jsme se tam s mým manželem brali, tak o to je nám tato destinace vzácnější.

Co váš největší zahradnický úspěch?
U této otázky jsem se musela usmát. Zcela bez mučení přiznávám, že jsem velmi špatná zahradnice. Pro naši zahradu je určitě největší úspěch, že se o ni nestarám já. Miluji přírodu, květiny, ale i když se snažím, tak je buď málo vody, nebo naopak hodně. Proto raději péči o zahradu přenechávám zkušenějším.

Na který moment své kariéry nejraději vzpomínáte?
Je to moment, kdy jsem si poprvé uvědomila, že je moje hra stavěná na to, abych hrála velký tenis. Paradoxně vzpomínám ráda i na tréninkové galeje, které jsem podstupovala. Od mala jsem velký dřič, když něco dělám, tak to dělám naplno. Tenis a moje nátura mě vedly k tomu, abych udělala o pět dřepů víc spíš, než o pět míň, a to se myslím přepsalo i do mé dospělosti. Vyrůstala jsem v tom, že jsem v mých sedmi letech začala téměř denně s našima jezdit z Chrudimi do Prahy na tréninky, každý den tam a zpět. Takto jsme pendlovali téměř osm let. Když začaly přicházet výsledky, vyhrané turnaje, posun na žebříčku do české špičky, tak jsme věděli, že to dává smysl. Na to velmi ráda vzpomínám.

Jaký je vás největší kulinářský zážitek?
Jeden kulinářský zážitek se mi asi nepodaří zmínit. Jsem veliký milovník jídla. Můj manžel vždycky říká, že je snazší mě šatit než živit. (*Smích*) V podstatě asi není jídlo, které bych vyloženě nemohla pozřít. Jako zážitek beru to, že jsme díky

tenisu procestovali téměř celý svět, a měla jsem tak možnost ochutnat všechny možné kuchyně, jíst rukama nebo tak pálivé jídlo, že mi dokonce po návratu domů jídlo bez chili nechutnalo.

Jaké místo v České republice na vás nejvíc zapůsobilo?
Jak s oblibou říkám, že jsme několik let žili zabalení v taškách a byli jsme stále na cestách, tak nebylo času nazbyt cestovat po České republice a to je něco, co bychom určitě chtěli dohnat. Obzvlášť s malým, aby krásy naší země poznal. Máme rádi přírodu, hodně kilometrů jsme nachodili v Českém Švýcarsku, tam se nám velmi líbilo. No, a také se samozřejmě ráda vracím do východních čech a rodné Chrudimi.

Co vás přivedlo k vaší velké vášni – tenisu?
Jednoho dne táta přinesl domů tenisovou raketu. Nevím, co ho to vlastně napadlo. Bylo mi pět let. Šli jsme na kurty v Chrudimi a hned mě to začalo bavit. Táta měl ambice posunout to dál, takže mě naložil do auta a jeli jsme do Prahy na tenisovou Spartu. A tam to všechno začalo. Takže ze začátku to byl táta, pak máma, která



obdivuhodně vydržela mě několik let vozit na tréninky a turnaje. A samozřejmě to, že se tenis stal skutečně mojí vášní a životní láskou, a to doslova.

Váš největší adrenalinový zážitek?
Nemám ráda výšky, takže cokoliv, kdy vyšlapu více než pět pater, je pro mě adrenalin. Asi největší adrenalinový zážitek byl před lety na jedné vysoké atrakci, kdy jsme letěli šílenou rychlostí z 65 metrů hlavou dolů. Chtěla jsem překonat svůj strach, to se povedlo, ale už by mě tam nikdo nedostal.

Jaká je vaše představa ideální dovolené?
Moře, sluníčko, dobré jídlo a fajn společnost. To stačí k tomu, aby byla dovolená ideální, a pak už je i jedno, kde člověk konkrétně je.

Gabriela Mlynka, foto: archiv

Petra Rosolová

je bývalá tenistka a maminka téměř dvouletého syna. Vystudovala dvě vysoké školy, přičemž obě úspěšně zakončila titulem inženýr. Již několik let pracuje ve financích, které má také vystudované. Je manželkou profesionálního sportovce Lukáše Rosola, což je velkou výzvou – jak skloubit dva profesní světy a rodinu.

inzerce



KONA Electric
Již za **536 853 Kč** bez DPH
OL za **8 817 Kč** bez DPH/měs.
- Dojezd až 510 km
- Nabíjení z 10–80 % již za 39 min
- V2L, digitální klíč, head-up displej

Nový INSTER
Již za **399 993 Kč** bez DPH
OL za **6 499 Kč** bez DPH/měs.
- Dojezd až 370 km
- Nabíjení z 10–80 % již za 30 min
- V2L, digitální klíč, 360° kamerový systém

Nový IONIQ 5
Již za **854 538 Kč** bez DPH
OL za **12 547 Kč** bez DPH/měs.
- Dojezd až 570 km
- Nabíjení z 10–80 % již za 18 min
- V2L, digitální klíč, pohon 4×4

HYUNDAI HRADEC

HYUNDAI Hradec
Bratří Štefanů 978, Hradec Králové
Mob.: 732 881 811
www.hyundaihk.cz

HYUNDAI

KONA Electric – kombinovaná spotřeba elektrické energie pro kapacitu akumulátoru 64,8 kWh je 14,6–16,8 kWh/100 km; kombinované emise CO_2 0 g/km. Třída účinnosti CO_2: A (WLTP).
INSTER – kombinovaná spotřeba elektrické energie je: 14,3–18,8 kWh/100 km; kombinované emise CO_2: 0 g/km; třída účinnosti CO_2: A (WLTP).
IONIQ 5 – kombinovaná spotřeba elektrické energie je: 15,6–18,2 kWh/100 km; kombinované emise CO_2: 0 g/km; třída účinnosti CO_2: A (WLTP).

Zvedáme ženám sebevědomí

Kolikrát jste si řekla: Kéž bych uměla sama sobě vytvořit perfektní účes? Přesně to řeší workshopy Sama sobě kadeřníkem a individuální konzultace v královéhradeckém salonu Jeaniss. Jak nápad vznikl a proč ženy dnes chtějí rozumět péči o vlasy víc než kdy dřív, o tom jsme si povídali s kadeřníky Janou Pospíšilovou a Romanem Šnajdrvintem.

Co vás vedlo k nápadu pořádat workshopy Sama sobě kadeřníkem?

JP: Byl to Romanův nápad – v Praze už s podobnými workshopy slavil úspěch a zjistil, že mnoho klientek si neví rady s domácí úpravou vlasů. Často řeší, proč jim účes po fénování plihne, proč lak na vlasy nepomáhá nebo jak zkrotit krepatění. Na workshopech jim ukazujeme, jak na to, a zpětná vazba je skvělá. Proto jsme myšlenku přenesli i do Hradce Králové.

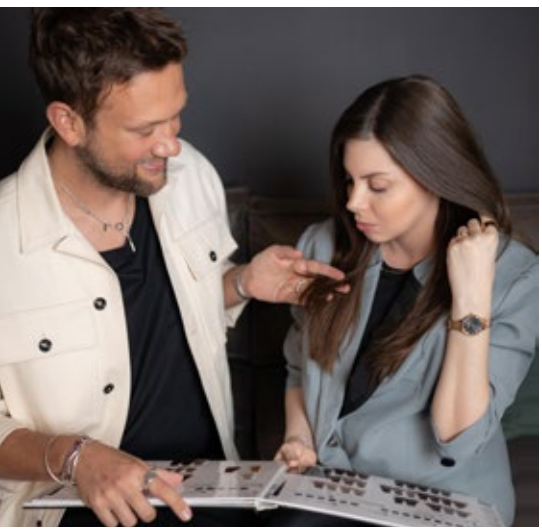
Máte pocit, že se mění přístup klientek ke kadeřnickým službám? Chtějí dnes více rozumět péči o své vlasy i mimo salon?

JP: Rozhodně. Sociální sítě jsou plné rad, co s vlasy dělat a co naopak nedělat. Jenže ne všechny informace jsou správné, a proto do toho chceme vnést osvětu. Ukazujeme klientkám, jak vlasy skutečně fungují – co jim škodí, co prospívá a na co si dát pozor.

Když přijde žena na workshop, s čím obvykle nejvíce bojuje?

JP: Nejčastěji s úpravou vlasů, hlavně pokud jsou odbarvené nebo chemicky zatížené. Mnoho žen neví, jak je správně vyfoukat, jaký styling použít nebo co udělat, aby účes vydržel celý den. Často také tápou v používání fénu, kartáče nebo žehličky – a právě to je na workshopu naučíme.





Bez kterých nástrojů a produktů se domácí úprava vlasů neobejde?

RŠ: Základem je kvalitní péče – dobrý šampon, maska a kondicionér. Maska poskytuje hloubkovou regeneraci, kondicionér usnadňuje rozčesávání a chrání vlasy každý den. K tomu je důležitá tepelná ochrana, aby vlasy netrpěly při foukání nebo žehlení. Z nástrojů je podstatný kvalitní fén s hubicí, který pomáhá směrovat vzduch a usnadňuje tvarování účesu. Kartáč s přírodními štětinami pomůže uhladit povrch a dodat vlasům lesk. A samozřejmě pinety na oddělování pramenů, které usnadní styling. Správné pomůcky dokážou udělat obrovský rozdíl.

Workshopy ale nejsou jedinou novinkou, kterou jste v salonu zavedli. Nedávno jste začali nabízet i kon-



zultace. Proč jste se pro ně rozhodli a v čem vidíte jejich přínos?
JP: Konzultace jsou v zahraničí nebo větších městech, jako je Praha, běžné. V Hradci Králové je to zatím novinka. Roman se na ně specializuje a nasměruje klientku k tomu správnému kadeřníkovi. Každý z nás máme jinou specializaci a chceme, aby si každá klientka našla toho, kdo jí bude nejvíc vyhovovat. Přirovnala bych to třeba k plastické operaci – člověk si taky jen tak nelehne na stůl a neřekne „tak třeba pětky". Jde o proces, který vyžaduje plánování a důkladnou konzultaci.

RŠ: Změna kadeřníka je pro spoustu lidí citlivá věc. Když si na někoho zvyknete a důvěřujete mu, přejít k někomu novému může být stresující. Konzultace pomáhají jak nám, tak klientce. Dá se to připodobnit k prvnímu rande – potřebujete zjistit, jestli si s kadeřníkem rozumíte, zda vám vyhovuje jeho styl, prostředí salonu i cenová hladina. Nejde jen o střih, ale o celkovou péči.

Jaká je zpětná vazba?
RŠ: Mám jeden příběh, který mi utkvěl v paměti. Přišla k nám paní Pavla, bylo jí přes šedesát. Celý život nechodila do kadeřnictví, nikdy necítila potřebu něco měnit. Jenže dcera ji přesvědčila, že by měla. Už ve dveřích bylo vidět, že je nesvá, nervózní. Nechtěla komunikovat, nedívala se mi do očí. Nechal jsem ji mluvit. Neříkal jsem, co bychom s jejími vlasy mohli udělat – jen jsem poslouchal. Pochopil jsem, že hned napoprvé by velká změna nebyla dobrý nápad. Navrhl jsem jí, aby si nejdřív přišla jen na mytí a foukanou, aby si zvykla na péči a zjistila, že kadeřnictví nemusí být nepříjemná zkušenost. Už po té první návštěvě odcházela se slzami v očích. Dojalo ji, že ji do ničeho netlačíme, že jí nic nenutíme. A řekla, že přijde znovu. A opravdu přišla. Tentokrát znovu na foukanou. Během úpravy jsme si povídali a já jí vysvětloval, jak funguje konzultace. Ona se mě zeptala: „*A kolik stojíte vy*?" Odpověděl jsem, že můj střih je jednou tolik dražší než u některých mých kolegyň. A ona mi na to řekla: „*Já bych si strašně ráda zaplatila vás. Je mi už přes šedesát a ještě nikdy v životě jsem nebyla na profesionálním střihu. A chtěla bych si to dopřát… než zemřu.*" V tu chvíli jsem měl slzy na krajíčku. Bylo dojemné, jakou mi projevila důvěru. A tak se objednala ke mně na střih. Nakonec mě paní Pavla velmi překvapila – rozhodla se pro účes inspirovaný filmem Pulp Fiction. Vytvořil jsem jí ho s radostí, skvěle k ní seděl. Když se podívala do zrcadla, nemohla uvěřit. „*Nikdy jsem si nemyslela, že ještě někdy můžu vypadat takhle dobře*," řekla dojatě. A přesně proto to děláme.

UŽ VÍME, JAK NA TO!

Workshopy Sama sobě kadeřníkem tedy pomáhají ženám nejen lépe pečovat o své vlasy, ale především získat jistotu v jejich úpravě. A protože nás tato myšlenka zaujala, rozhodly jsme se jeden z nich vyzkoušet na vlastní kůži během setkání Quartier Ladies Clubu.

Provázel Roman Šnajdrvint, který s humorem a lehkostí vysvětloval jednotlivé kroky správné úpravy vlasů. „*Dámy, kartáč je alfa a omega všeho*," zdůraznil hned na začátku a ukázal rozdíl mezi levným plastovým kartáčem a tím profesionálním. „*Správný kartáč vlasy uhladí a dodá jim zdravý lesk – a když si to vyzkoušíte na vlastní hlavě, ten rozdíl okamžitě poznáte*," doplnil.

Po úvodu o správné péči o vlasy následovala praktická část, kde jsme si rady rovnou vyzkoušely. Postupně nám v salonu vlasy umyli a následně jsme se učily, jak krok za krokem vlasy správně vyfoukat a vytvarovat účes tak, aby vypadal jako od profesionála. Roman ochotně radil, kde děláme chyby a jak je napravit.

Výsledek byl perfektní! Odcházely jsme s dokonalými účesy a hlavně s jistotou, že správná péče o vlasy není žádná věda – stačí znát správné triky a mít ty správné nástroje.

Helena Karanská,
foto: Jakub Macháček







Nemůžu žít bez...

Bez čeho a koho si neumí představit svůj život architekta a designérka Helena Daňbujánová? Zeptali jsme se přímo a tady je její sedmička, bez které se zkrátka neobejde.

Rodina
Už jako malá holka jsem si snila o tom, až budu velká, budu mít velkou rodinu, tři děti, a to se stalo. Navíc do naší rodiny přibyla ještě dvě vnoučátka, a to je krása. Všichni jsme sice velmi vytížení plněním našich profesních snů, ale dost často se vídáme, a když se sejdeme, je to nejvíc.

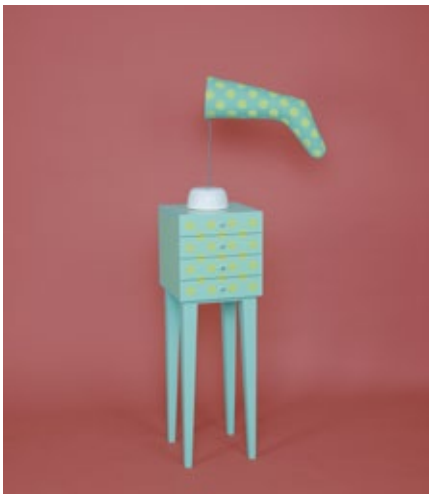
Přátelé
Před pár lety jsem se rozhodla oslavit své narozeniny na krásném, ale velmi dalekém místě uprostřed šumavských luhů a hájů a pozvala tam všechny své přátele. Dodnes to úplně nechápu, nenabídla jsem jim nic jiného než veselici na bývalé ovčí farmě uprostřed lesa, spaní ve stanu a oni všichni přijeli! Mám je moc ráda. Bez přátel by byl život smutný.

Práce
Architekturu jsem vystudovala a celý život jako architektka pracuji. Design, můj celoživotní koníček, přerostl ve velkého koně a zaujal sebevědomé místo v mém profesním životě. Baví mě obojí, nemohu být bez architektury ani bez designu. Obojí se vzájemně doplňuje a mě velmi naplňuje.

Koníčky
Ptala se mě jedna známá, jestli se chystám skončit s prací a jít do důchodu. Ptám se, proč bych to dělala? Protože bych prý měla konečně čas na své koníčky. A já odpovídám, ale já se svému koníčku věnuji celý život! Mám to velké štěstí, že mé povolání, má práce je mi mým koníčkem. Jsem za to vděčná, vím, že to nemůže říct každý.

Jóga
Už spoustu let začínám každé ráno jógou. Jsem moc vděčná za to, že jsem potkala mého indického učitele jógy Ajaye a díky němu pochopila, jaké dokáže jóga a ayurvéda zázraky, na těle i na duchu.

Vlak
Miluju vlaky. Od doby, kdy jsem jako malá holka jezdila s babičkou vlakem ještě s parní





lokomotivou za čerstvým vzduchem na hory, později pantografem na stavební průmyslovku do Mělníka, teď jezdím ideálně Pendolinem do Prahy do mého showroomu. Miluju to čekání na nástupišti, když se vynoří Pendolino, jeho kosmické křivky, uvědomím si, že mám radost, že se bláhově usmívám. Vrcholem pro mě byla jízda dva kilometry dlouhým vlakem v Indii a úplně největším zážitkem jízda Orient Expresem, když mi přátelé koupili jízdenku k narozeninám.

Cestování

Cestování je pro mě velkým zdrojem poznání, a to nejen cizích krajů, ale i sebe sama, je to zdroj inspirace, uvědomění si, kde je moje místo, setkávání s lidmi z celého světa, je to odpočinek, obohacení mysli, radost.

Voda a vzduch

Ranní sprcha studenou vodou na naší zahradě, přírodní protiproud v Orlici nebo čekání na díru v ledu na Opaťáku, voda v jakékoliv podobě, proud vody nebo klidná hladina, vždy velký zdroj energie a radosti.

Se vzduchem je to podobné. Příval vzduchu do plic, okysličení mozku, nové myšlenky, nápady a je jedno, jestli jsou to Alpy, nebo svěží vzduch z naší zahrady proudící otevřeným oknem. Prostě VZDUCH!



(red), foto: archiv Heleny Daňbujánové

Helena Daňbujánová

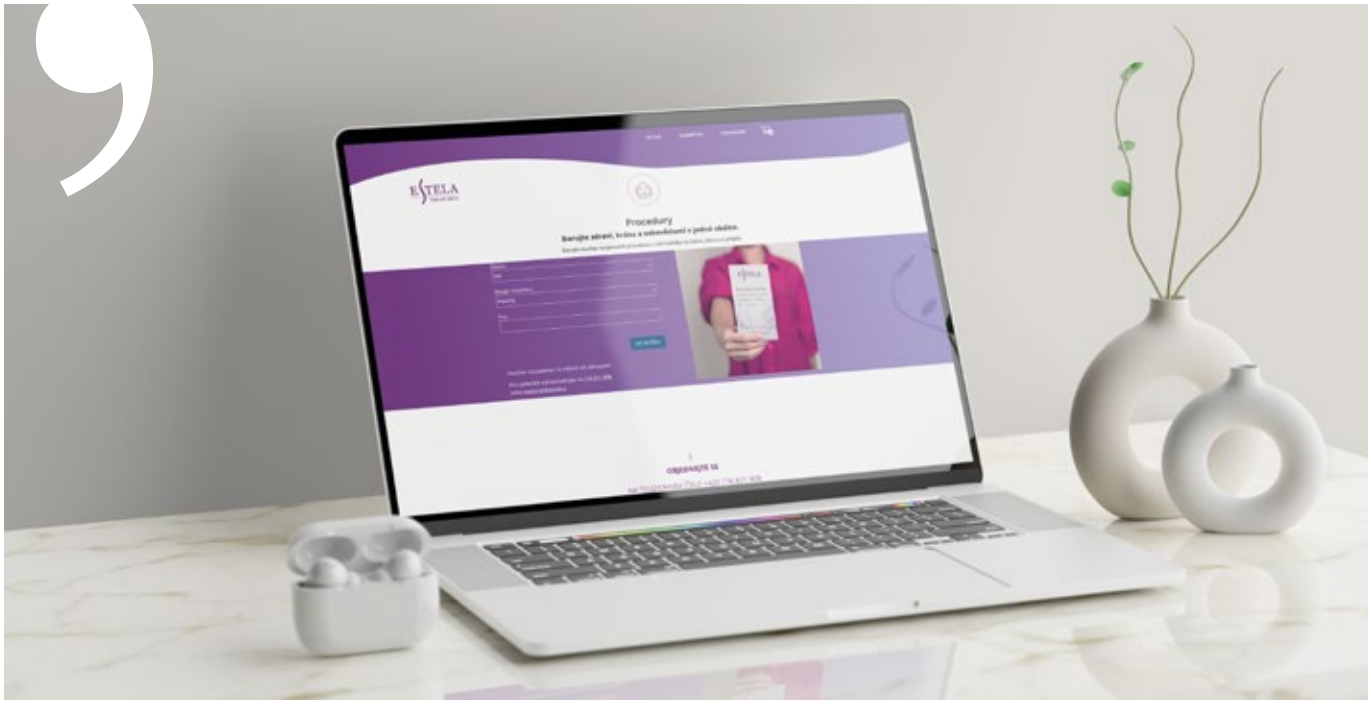
je architektka, designérka, autorka výstav o českém designu, matka tří dětí, babička dvou vnoučat, manželka jednoho muže se svátozáří, s domem v Hradci Králové a showroomem své vlastní značky v Praze, svého času zanícená fotografka, jogínka, cestovatelka, milovnice vlaků a hlavně Orient Expressu, mrakodrapů, ale také výhledů do malebné české krajiny, milovnice smíchu, čokolády, portského a smaženého květáku, knih, hudby, české kapely MYDY, Dušana Jurkoviče, Amadea Modiglianiho, Marcela Wanderse, Juliette Binoche a větru ve vlasech.

inzerce



Dárek, jaký si přejete

Perfektní dárek existuje. A od jara ho seženete ještě pohodlněji. Královéhradecké Estetické laserové centrum Estela spustilo nový e-shop, kde na pár kliknutí pořídíte otevřený dárkový voucher plný zdraví, krásy a sebevědomí. Proč „otevřený"? Protože jen s takovým poukazem si obdarovaný vybere přesně to, po čem touží. A to je win-win pro obě strany. Udělat radost nebylo nikdy jednodušší!



Narozeniny, svátek, výročí, Den matek, Vánoce… příležitostí k obdarování našich blízkých je po celý rok dost a dost, co ale dělat, když dochází inspirace a vy si říkáte, co pořád dávat? V Estele věří, že nejlepší dárek je takový, který přesně vystihne tužby a potřeby obdarovaného a jako bonus pomůže jeho zdraví, vyzmizíkuje nějakou tu vadu na krásе a zvedne sebevědomí. „*Dárkové vouchery jsou u nás velmi oblíbené a nabízíme je mnoho let. Díky e-shopu jsou teď ještě dostupnější. Pořídíte je klidně o půlnoci nebo na Štědrý den ráno,*" přibližuje Petra Velichová novinku v Estele s tím, že hlavní motivací pro spuštění této služby bylo potěšit jak stálou klientelu, tak nové zákazníky, kteří o první návštěvě centra teprve uvažují.

PROCEDURU NEBO MEDIK8?

Plastická operace víček, laserová depilace, mezoterapie, dermatologické peelingy, aplikace výplňových materiálů,… Přestože nabídka procedur i produktů lékařské kosmetiky Medik8 je v centru široká, nemusíte se bát žádné „rozhodovací paralýzy". V Estele po více než 25 letech fungování dobře vědí, že nejvíc potěší tzv. „otevřený poukaz." S ním si konkrétní proceduru či kosmetiku obdarovaný volí sám nebo po konzultaci se specialisty centra. Na e-shop zkrátka elegantně odkážete partnera či rodinu, aniž byste museli vysvětlovat, o jakou proceduru stojíte nebo jaký typ pečujícího séra zrovna používáte. „*Často klient přichází s vizí konkrétního ošetření a nakonec se domluvíme na jiném – pro něj vhodnějším a efektivnějším. Až v okamžiku osobní konzultace totiž probereme do detailu jeho představy a očekávání, zhodnotíme aktuální stav a dokážeme doporučit nejefektivnější postup,*" potvrzuje Petra Velichová.

A jak to tedy funguje? Jednoduše vyberete, zda chcete pořídit poukaz na proceduru nebo kosmetiku, pak jen zvolíte design voucheru odpovídající příležitosti (klasik, k narozeninám, z lásky či pod stromeček), částku a vyplníte věnování. Voucher vám po zaplacení přijde obratem do e-mailu a můžete obdarovávat. Objednat si samozřejmě můžete i dárkové balení s vytištěným poukazem, doprava už ale nějaký čas zabere. Obdarovaný pak poukaz uplatní telefonicky či e-mailem objednáním na vstupní konzultaci, od data nákupu běží lhůta 10 měsíců. Pokud vyberete voucher na lékařskou kosmetiku Medik8, platí i na tematické balíčky produktů.

A co jsou v nabídce Estely dlouholeté „bestsellery"? Jak potvrzuje Petra Velichová, záleží na sezoně. V zimě, před nástupem plavkové sezony, jsou populární laserové procedury, především trvalé odstranění chloupků, laserové vyhlazování vrásek a také blefaroplastiky neboli plastické operace horních a dolních víček. Na jaře a v létě roste zájem o aplikaci výplňových materiálů a na podzim frčí peelingy – chemický, retinolový či enzymatický. Více o procedurách Estely, kosmetice Medik8 a odkaz na e-shop najdete na www.estela-hk.cz

Michaela Mikysková, foto: archiv

ESTELA

www.estela-hk.cz

VISUS

www.ocni-visus.cz

Tip na dárek
ke Dni matek 11.5.



Vaše víčka v našich rukou



Fenomén Kardashians

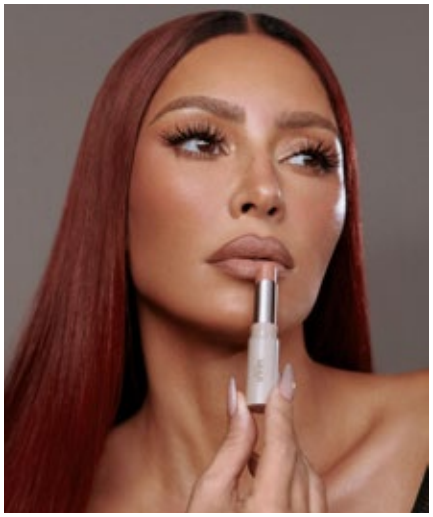
Málokteré jméno tak silně rezonuje kulturou a společností jako jméno Kardashian. Rodina, která se původně dostala do povědomí díky právnickému odkazu Roberta Kardashiana a skandálním videím Kim Kardashian, se proměnila v multimediální impérium s hodnotou v miliardách dolarů. Ale co přesně stojí za jejich neuvěřitelným úspěchem a proč se stali symbolem fenoménu naší doby?





OD REALITY SHOW K IKONÁM POPKULTURY

Rodina Kardashians se do světel reflektorů dostala díky reality show Keeping Up with the Kardashians v překladu Držte krok s Kardashians, která debutovala v roce 2007 na streamovací platformě Netflix. Formát pořadu byl jednoduchý: sledovat každodenní život bohaté rodiny, plný intrik,



konfliktů a luxusu. Zatímco podobné show často ztrácejí na popularitě po několika sezónách, KUWTK se podařilo přežít, ale také proměnit formát reality show v umění.

Úspěch pořadu spočíval ve schopnosti rodiny vytvořit pocit intimity. Diváci se cítili být součástí jejich života. Klíčovým prvkem bylo strategické odhalování soukromí – dostatečně, aby zaujali, ale nikdy tolik, aby se zcela odkryli. To katapultovalo „Kardashianky" mezi televizní hvězdy i módní a kulturní ikony.

SÍLA SOCIÁLNÍCH SÍTÍ

Kardashianovi byli mezi prvními, kdo plně využili potenciál sociálních sítí. Kim, nejvýraznější členka rodiny, má na Instagramu přes 350 milionů sledujících (k březnu 2025). Sociální sítě jim umožnily obejít tradiční média a komunikovat přímo se svými fanoušky.

Skoro každý příspěvek na Instagramu nebo Twitteru je pečlivě promyšlený a slouží k propagaci produktů, které rodina buď vlastní, nebo s nimi spolupracuje. Například kosmetická značka KKW Beauty (nyní SKKN by Kim) nebo značka spodního prádla SKIMS jsou příkladem, jak lze osobní značku úspěšně monetizovat.

Sociální sítě se staly jejich obchodním nástrojem, který přinesl miliardy dolarů. Podle odhadů si Kim Kardashian za jeden sponzorovaný příspěvek vydělá až jeden milion dolarů. Tím rodina nastavila standard pro influencery a také přetvořila význam slova celebrita.

BUSINESS JAKO RODINNÝ PROJEKT

Každý člen rodiny našel své specifické místo v byznysovém ekosystému Kardashianů. Kim se stala tváří luxusu a krásy, Kylie Jenner si získala pozornost mladší generace svým kosmetickým impériem Kylie Cosmetics, které jí pomohlo stát se jednou z nejmladších miliardářek historie. Khloé si vytvořila vlastní módní značku Good American. Kourtney se vydala cestou wellness s platformou Poosh, Kendall je slavnou modelkou a Kris Jenner, matka a manažerka rodiny, funguje jako orchestrátor celého impéria.

Klíčem k úspěchu je diverzifikace. Rodina není závislá pouze na jednom zdroji příjmů. Kombinace kosmetiky, módy, televizní produkce, sponzorských smluv a sociálních sítí jim umožňuje minimalizovat rizika a maximalizovat zisky.

CENA ZA ÚSPĚCH

Rodina však čelí pravidelné kritice. Zejména Kim a Kylie, se staly ikonami estetických ideálů, které jsou ve velkém výsledkem plastických operací, invazivních zákroků nebo extrémního stylingu.

Kimina slavná postava s úzkým pasem a výraznými křivkami, Kylieiny plné rty a dokonalý make-up – to vše vytvořilo kulturu, která oslavuje dokonalost na úkor přirozenosti. Mnoho fanoušků, zejména mladých dívek, se snaží těmto ideálům přiblížit, častokrát za cenu vlastního zdraví – psychického i fyzického. Nárůst estetických zákroků, jako je zvětšení rtů nebo brazilský lifting hýždí, je přímo spojován s vlivem Kardashianových.

Kritici tvrdí, že rodina profituje z nerealistického ideálu krásy a podporuje konzumerismus, kdy je krása vnímána jako něco, co si lze „koupit." Značky jako SKKN by Kim nebo Kylie Cosmetics prodávají pro-



dukty, ale i iluzi dokonalosti, která však není bez zásahu estetické medicíny možná. Tím vzniká tlak na vzhled, který může vést k problémům a nízkému sebevědomí.

Dalším terčem kritiky je jejich přístup k luxusu a konzumerismu. Kardashianovi prezentují bohatství jako cíl, kterého je třeba dosáhnout za každou cenu. Jejich životní styl – luxusní dovolené, drahá auta, honosné domy a exkluzivní oblečení – se stal snem mnoha lidí, ale zároveň odráží povrchní hodnoty, které jsou odtržené od reality většiny společnosti.

Rodina často čelí obvinění, že nevědomky přispívá k ekonomické a společenské nerovnosti. Zatímco jejich fanoušci utrácejí za produkty, které slibují přiblížení ke „Kardashians životnímu stylu," skutečnost je taková, že většina lidí si tento luxus nikdy nemůže dovolit. Tento model konzumace také zvyšuje tlak na lidi, aby žili nad své možnosti, a podporuje nezdravý vztah k financím.

Jedním z nejvíce fascinujících, ale zároveň kontroverzních aspektů fenoménu Kardashians je jejich schopnost profitovat ze skandálů. Kimino „uniklé" video z roku 2007, které mohlo zničit kariéru kohokoliv jiného, se stalo odrazovým můstkem pro celou rodinu. Místo toho, aby skandál potopil jejich pověst, rodina jej strategicky využila jako příležitost k zahájení výše zmiňované reality show Keeping Up with the Kardashians.

Tento přístup se stal jejich dlouhodobou strategií. Skandály, kontroverze a intriky nejsou v jejich světě překážkou, ale nástrojem, jak udržet pozornost médií a veřejnosti. Rozvody, veřejné hádky, konflikty i obviňování – vše se stává součástí jejich narativu, který následně prodávají svému publiku. Kritici tvrdí, že tím zosobňují kulturu, kde etika ustupuje zisku a kde je pozornost – byť negativní – považována za cennější než autenticita.

SELF-MADE JAKO RODINNÁ STRATEGIE

Jedním z nejvíce diskutovaných aspektů fenoménu Kardashians je jejich označení za self-made podnikatele a ikony. Tento pojem, který naznačuje, že si svůj úspěch vybudovali vlastními silami, rezonuje celým jejich příběhem, ale zároveň vyvolává otázky. Co vlastně znamená být self-made v kontextu rodiny Kardashians?

Tento přístup jde daleko za hranice tradičního podnikání – jde o schopnost proměnit mediální pozornost, kontroverze i kritiku v obchodní úspěch. Ať už se jednalo o reality show, která je vynesla na výsluní, nebo o jejich pozdější projekty v kosmetice, módě a wellness, klíčem bylo vždy strategické plánování a odhodlání držet otěže vlastního příběhu.

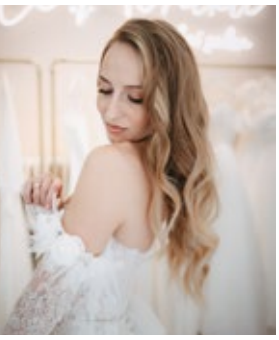
Kritici často zpochybňují, zda lze rodinu, která vyrůstala v luxusu, považovat za self-made. Ale právě schopnost adaptovat se na měnící se trendy, hledat nové cesty a přetavit příležitosti v zisk ukazuje, že tento koncept pro Kardashians znamená mnohem více než jen začít „od nuly." Jejich příběh je důkazem, že v moderní době může být self-made ten, kdo své zdroje a platformy dokáže využít s maximální efektivitou a přidanou hodnotou.

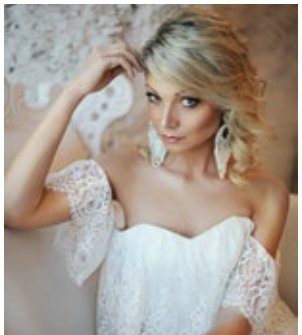
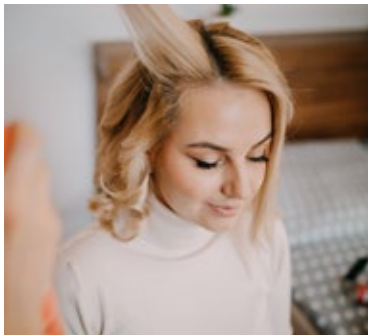
Helena Karanská, foto: archiv

Rodinné vazby

Robert Kardashian (1944–2003) a Kristen Mary „Kris" Houghton (*1955) tvořili pár od roku 1978. Během manželství přivítali na svět čtyři děti – dcery Kourtney (*1979), Kim (*1980), Khloé (*1984) a syna Roba (*1987). Jejich cesty se ale v roce 1991 rozešly a manželství skončilo rozvodem. Nedlouho poté Kris našla novou lásku v olympijském šampionovi Bruci Jennerovi (*1949), který v roce 2015 prošel proměnou a dnes je známý jako Caitlyn Jenner. Společně přivedli na svět dvě dcery, Kendall (*1995) a Kylie (*1997).

inzerce




vizážistka
Lenka Sladková
www.lenkasladkova.cz
lenka_sladkova_mua
+420 739 442 008

Glass Skin

Toužíte po pleti hladké a zářivé jako sklo? Objevte kouzlo korejských kolagenových masek, které intenzivně hydratují, vyhlazují a zpevňují pokožku, čímž jí dodávají mladistvý vzhled. Připravili jsme pro vás výběr těch, které fungují na jedničku.



SUPER COLLAGEN MASK

Maska s kolagenem a ovesnými extrakty zpevňuje pleť, vyhlazuje jemné linie a vrásky, zatímco zklidňuje a čistí pokožku. Přírodní minerály odstraňují nečistoty a zanechávají pleť svěží a hydratovanou. Ideální volba pro suchou, citlivou i smíšenou pleť – perfektní i na cesty pro okamžitou regeneraci.

douglas.cz
610 Kč

MEDITIME REAL COLLAGEN MASK

Hydrogelová maska se 76% přírodního kolagenu, kyselinou hyaluronovou, peptidy a černým kaviárem působí jako elixír mládí. Vyhlazuje vrásky, redukuje linky, obnovuje pevnost a pružnost pleti, zesvětluje skvrny a hloubkově hydratuje. Již po první aplikaci je pleť zářivější, hladší a intenzivně vyživená.

utama.cz
150 Kč



COLLAGEN+ VYPÍNACÍ SLUPOVACÍ MASKA

Maska s kolagenem a mořskými řasami vypíná pleť, vyhlazuje linky a odstraňuje zašedlost. Panthenol a kyselina hyaluronová hydratují a zjemňují pokožku, zatímco regenerace buněk a zlepšená mikrocirkulace dodají pleti energii a pevnější kontury.

dermacol.cz
69 Kč





MEDICUBE COLLAGEN NIGHT WRAPPING PEEL OFF MASK

Noční slupovací maska s kolagenovým filmem hydratuje, zpevňuje a sjednocuje pleť. Niacinamid redukuje póry, skvrny a chrání před volnými radikály, zatímco americká agáve a mořský narcis odstraňují nedokonalosti a zjemňují tón pleti. Vaše noční péče pro zdravý a zářivý vzhled.

cosibella.cz
909 Kč



BIODANCE BIO-COLLAGEN REAL DEEP MASK

Zlepšuje elasticitu, sjednocuje texturu a rozjasňuje díky niacinamidu. Po aplikaci je pleť jemná, hydratovaná a vypnutá, jemné vrásky jsou méně viditelné. Drží perfektně na obličeji, zklidňuje a nezanechává lepivý film. Ideální základ pro další péči.

dm.cz
199 Kč



AROCELL SUPER POWER MASK EX

Díky nízkomolekulárnímu kolagenu a kyselině hyaluronové zlepšuje pružnost, vyhlazuje jemné vrásky a dodává rozjasněný vzhled. Chrání před vysoušením a podrážděním. Ideální pro všechny typy pleti – ráno se probudíte s hladkou a svěží pokožkou.

korejskakrasa.eu
185 Kč



ESSENTÉ INTENZIVNÍ KOLAGENOVÁ MASKA

Napuštěná maska z netkané textilie s vysokým obsahem kolagenu a vitamínu E poskytuje intenzivní výživu a hydrataci. Zpevňuje pokožku, zlepšuje elasticitu a chrání ji před volnými radikály.

essente.cz
170 Kč



Řekněte ne fast fashion

Fenomén rychlé a levné módy nabízí široký výběr, nízké ceny a neustálou dostupnost nejnovějších trendů. Nevýhody? Přeplněné skříně oblečením, které ani neunosíte, a zároveň alarmující dopad na naši planetu i lidská práva. Možná je čas zpomalit, zamyslet se a dát šanci lokálním značkám, které přináší kvalitu, udržitelnost a jedinečný styl.

Produkce fast fashion vyžaduje obrovské množství přírodních zdrojů. Například na výrobu jednoho bavlněného trička je potřeba až 2700 litrů vody, což odpovídá množství, které člověk vypije za 2,5 roku. Textilní průmysl je navíc zodpovědný za 10 % globálních emisí skleníkových plynů – více než letecký a lodní průmysl dohromady. K tomu se přidává i masivní produkce odpadu: ročně končí na skládkách nebo ve spalovnách přes 92 milionů tun oblečení, z nichž většina není recyklována.



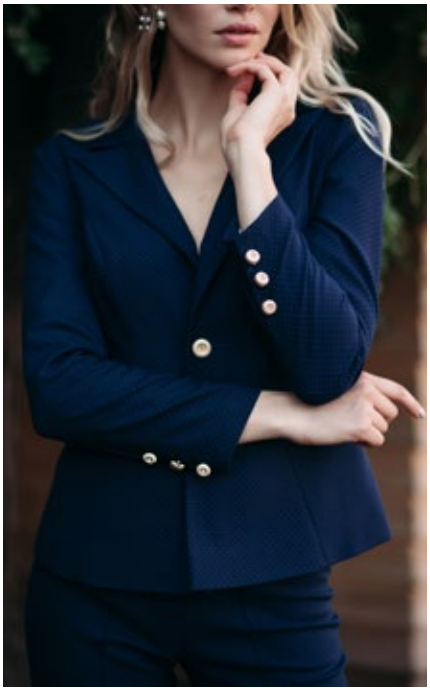
Za nízkými cenami stojí také neetické praktiky. Mnoho oděvů je vyráběno v rozvojových zemích za nevyhovujících podmínek, kde dělníci – často ženy a děti – pracují dlouhé hodiny za minimální mzdy. Výroba zároveň využívá levné, ale nekvalitní materiály, kvůli kterým oblečení nevydrží a nutí nás nakupovat stále dokola. Dobrou zprávou je, že trend udržitelnosti nabírá na síle. Stále více Čechů si uvědomuje, že je potřeba změnit své spotřební návyky. Podle průzkumu portálu Glami z roku 2022 má udržitelnost vliv na nákupní rozhodování u 47 % Čechů, což je nárůst oproti 25 % v roce 2019.





SÁHNĚTE PO LOKÁLNÍ TVORBĚ

Česká tvorba nabízí zákazníkům něco, co u masově vyráběných značek jen těžko najdete – kvalitu, originalitu a osobní přístup. Značky pečlivě vybírají materiály, jako je organická bavlna, len, hedvábí nebo vlněné textilie. Díky tomu jejich oblečení krásně vypadá, ale hlavně dlouho vydrží. Navíc se zaměřují na detailní zpracování, takže můžete mít jistotu, že i po letech nošení bude vaše oblečení vypadat skvěle. Jednou z velkých výhod je také originalita. Většina značek pracuje s limitovanými kolekcemi, proto je málo pravděpodobné, že potkáte na ulici



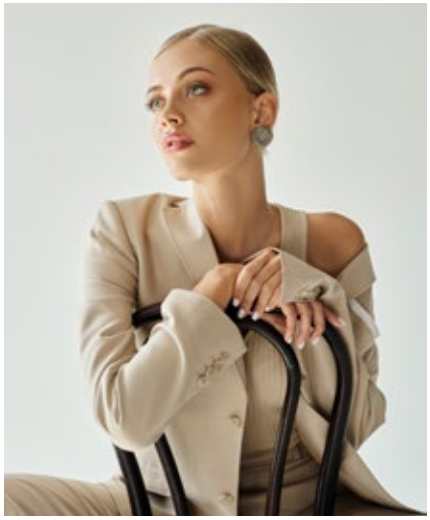
někoho ve stejném outfitu. Každý kousek je jedinečný, často s možností úprav na míru, díky čemuž získáte oblečení, které opravdu odpovídá vašemu stylu i postavě. Nepodporujete jen samotného návrháře, ale celou lokální ekonomiku. Vaše peníze jdou k lidem, kteří se starají o tradiční krejčovské řemeslo – od výrobců látek přes švadleny až po ty, kdo se starají o dopravu nebo provoz showroomů. Menší produkce, kvalitní materiály a dlouhá životnost oblečení jsou základní principy. Navíc díky tomu, že výrobky necestují přes půl světa, mají i menší uhlíkovou stopu. Podporujete tak šetrný přístup k životnímu prostředí. Dalším benefitem je osobní přístup, který u velkých značek často chybí. S návrhářem se setkáte tváří v tvář a můžete se dozvědět o tom, jak daný kousek vznikl a proč byl zvolen konkrétní materiál. A to dává nákupu úplně jiný rozměr – stáváte se součástí příběhu.

TIPY PRO UDRŽITELNĚJŠÍ ŠATNÍK

Místo impulzivního nakupování velkého množství levného oblečení zkuste investovat do několika kvalitních kousků, které vydrží roky. Čtěte cedulky a hledejte přírodní materiály, jako je len, bavlna nebo vlna – jsou nejen příjemné na nošení, ale také déle vydrží. Kvalitní oblečení sice stojí více, ale díky jeho dlouhé životnosti nakonec ušetříte.

Zajděte čas od času do second handu – mnoho z nich nabízí kvalitní a často zcela nové kousky prémiových značek za zlomek ceny a můžete v nich narazit na opravdový vintage poklad. Ze zimního čísla Quartieru už víte, že se vyplatí navštívit Lula Vintage, Slow Bazaar, Archive Store Prague nebo Skříň. Pamatujte, nadčasovost je klíčem k udržitelnému šatníku. Zaměřte se na jednoduché střihy, neutrální barvy a kvalitní materiály. Klasické bílé košile, dobře padnoucí džíny, vlněný kabát nebo kvalitní kožené boty nikdy nevyjdou z módy. Kousky jsou snadno kombinovatelné a mohou být základem vašeho šatníku na roky.

Než se vydáte na nákupy, udělejte si inventuru svého šatníku. Zjistěte, co vám chybí, a snažte se doplnit jen skutečně potřebné věci. Vyhněte se impulzivnímu nakupování, které vás jenom nutí k hromadění oblečení, které nenosíte. Raději vyzkoušejte princip kapsulového šatníku složeného z menšího počtu kousků, které spolu dokonale ladí.



ANAMÉ

Zrodila se z touhy Andrey Eichinger vytvořit módu, která by oslavovala ženskost a zároveň byla šetrná k přírodě. Její hlavní vizí je minimalistický, ale osobitý styl, postavený na vysoce kvalitních materiálech. V kolekcích najdete například halenky, šaty, sukně či kabáty, které se dají snadno kombinovat a vytvoří základ každého šatníku. Prioritou je použít co nejvíce přírodních či recyklovaných materiálů – mezi nejoblíbenější patří hedvábí a organická bavlna. Kromě kvality a nadčasovosti oblečení klade důraz také na etickou stránku výroby. Proto sází na vlastní švadlenky a férové pracovní podmínky. Kousky jsou často šity v limitovaných edicích, čímž jsou jednotlivé modely unikátní. Pokud si chcete zboží vyzkoušet na vlastní kůži, můžete zavítat do butiku na pražském Smíchově V Lesíčku 7, kde vládne přátelská a inspirativní atmosféra.





ROJI

Vznikla v roce 2017 z iniciativy módní návrhářky Jitky Ročňové, která chtěla navázat na tradiční krejčovské řemeslo a současně přinést na český trh stylové a nadčasové oblečení pro ženy. Cílem značky je, aby se v jejích modelech každá žena cítila sebevědomě, a to bez ohledu na konfekční velikost. Kolekce se nesou v duchu minimalismu a nadčasovosti, které podtrhují osobní styl nositelky. Anatomicky tvarované střihy se dokonale přizpůsobí postavě a vysoce kvalitní materiály dovezené převážně z Itálie a Londýna se postarají o dlouhou životnost oděvu. Pokud hledáte kousky s puncem osobitosti a precizní krejčovské práce, navštivte butik ve Spálené ulici 43 v Praze 1, kde si můžete jednotlivé modely prohlédnout a vyzkoušet.

HERMINE

Je dílem módní návrhářky Hermine, která pochází z Arménie a v Praze žije již 23 let. Ve své tvorbě se specializuje především na dámské kostýmy, saka a kabáty, kde každý detail hraje důležitou roli. Typickým rysem kolekcí jsou precizní střihy a důraz na nadčasovou eleganci, která padne ženám různého věku i typu postavy. Jednotlivé kousky vznikají v ateliéru na adrese Kunětická 2, Praha 2, 120 00, který zároveň slouží jako showroom. Zákaznice zde mohou vidět, jak se modely rodí pod rukama zkušených švadlen, a přímo na místě si je vyzkoušet. Díky možnosti vlastních úprav se tak každé sako či kostým stává jedinečným oděvem. V kombinaci s moderním designem dokáže Hermine zaujmout ženy, které hledají elegantní a současně originální kousky do svého šatníku.





LEEDA

Je autorský český módní label, za jehož vznikem stojí návrhářka Lucie Kutálková. Tvorba se vyznačuje jak limitovanými kolekcemi, tak zakázkovou výrobou na míru, včetně svatebních a společenských šatů. Šije v České republice s důrazem na osobní přístup ke každé zákaznici i na udržitelnost výrobního procesu. Kolekce obvykle vznikají v malých sériích, aby si značka udržela svou exkluzivitu a respektovala principy slow fashion. Navrhuje také unikátní kostýmy pro film a divadlo. Velkou pozornost věnuje i volbě materiálů – upřednostňuje kvalitní látky, které zaručují pohodlí i dlouhou životnost oděvů. Showroom a prodejnu naleznete v Bartolomějské ulici 1 v Praze.

Helena Karanská, foto: archiv




Vzkvétej,
jaro!



Slavte jaro po svém

Svěžest, očekávání, nový začátek, tak bychom mohli definovat jaro. Všichni to známe – rozkvetlé stromy, vůně trávy, energie přírody. Jenže co když už máme dost idealizovaných představ o tom, jak si roční období rozpuku „správně" užívat? Co když se chceme vrátit k tradicím, ale nechceme přitom sklouznout k povrchnímu kopírování zvyků, které nám nic neříkají?

Pojďme to vzít jinak. Přistupme k tradicím s respektem, ale i s odvahou je upravit tak, aby odpovídaly dnešku a hlavně našim představám. Nemusíme se držet dogmat, abychom v nich našli něco opravdového.



NEJEN NOSTALGIE

Patříte mezi ty, kterým naskakuje husí kůže, když se řekne tradice? Je to pro vás něco zaprášeného, co už se do dnešního světa nehodí? Zkuste změnit úhel pohledu. Přistupte k tradicím jako k živému organismu. Naši předci měli postoj k životu ryze praktický – jejich rituály byly odpovědí na potřeby dané doby. A stejně tak můžeme my. Například pálení čarodějnic: dříve symbolická ochrana proti zlu a příležitost očistit se od všeho negativního. Dnes? Můžeme tenhle oheň vnímat jako čas na mentální „úklid". Spalte si v krbu papírek se seznamem věcí, které už ve svém životě nechcete, a přidejte své vlastní přání pro nové období. Kdo říká, že musíte čekat na 30. dubna?

VELIKONOCE JAKO RESTART, NE POVINNOST

Pečení mazance, malování kraslic, pomlázka, ale také největší křesťanský svátek, který připomíná zmrtvýchvstání Ježíše Krista. To jsou Velikonoce, svátek nesoucí poselství o naději, odpuštění a vítězství života nad smrtí. Zároveň však stojí na prastarých pohanských rituálech oslavujících příchod jara. Jenže ne každému tohle vyhovuje. Co takhle udělat z Velikonoc čistě osobní oslavu jara?

Zapomeňte na stresující snahu o dokonalé mazance podle tradičních receptů. Co takhle zkusit něco zkrátka jiného? Možná to bude veganská nebo bezlepková verze mazance anebo něco, co symbolizuje jaro čistě pro vás – třeba koláč s prvními sezónními bylinkami nebo sladký chléb s citrónovou polevou. Klíčem je najít si v tom radost a neřídit se jen tím, co „by se mělo". Místo zdobení vajíček zkuste letos vytvořit to, co bude mít i praktické využití. Můžete si například zřídit malou bylinkovou zahrádku – stačí naplnit skořápky hlínou a zasadit do nich semínka bylinek. Každý den vás pak potěší pohled na rostoucí symbol nového života. Pokud máte zbytky vosku nebo rádi pracujete s přírodními materiály, vyrobte si vlastní svíčky, které dodají vašemu domovu útulnou atmosféru. Také věnec na dveře vyrobený z větviček „co jarní procházka dala" bude výborným oživením. Vyrazte ven a naučte se poznávat první jarní byliny. Sedmikrásky, pampelišky nebo kopřivy jsou nejen krásné, ale také plné vitamínů. Přidejte je do salátů, smoothie nebo čajů.





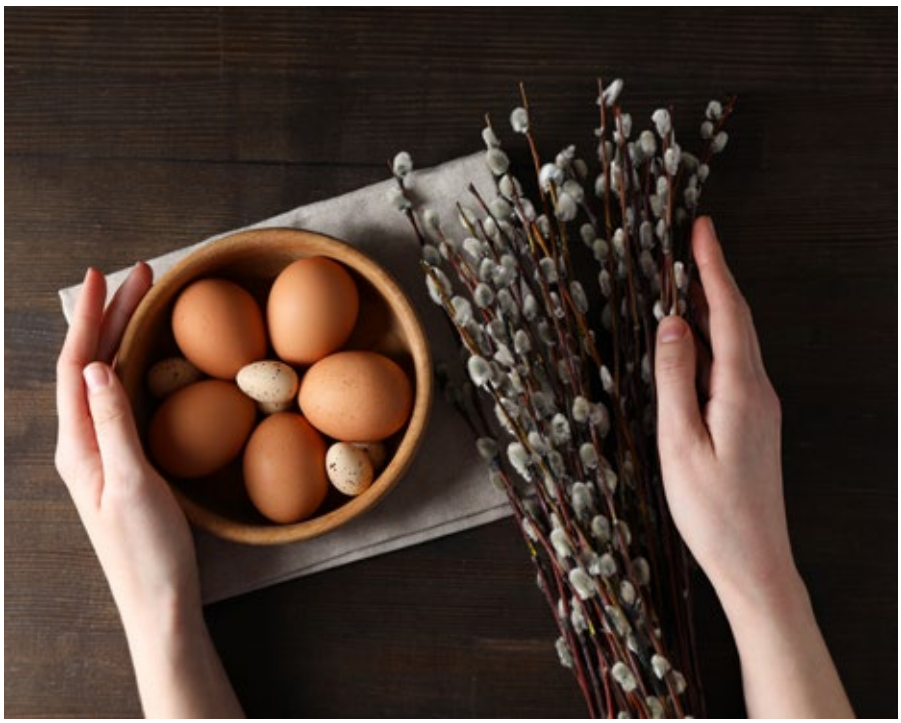
ZAPOJTE TĚLO I MYSL

Očisty k jaru neodmyslitelně patří. Dříve to znamenalo úklid domova, půst a regeneraci těla po zimě. Začněme tedy u něj. Nemusíte se pouštět do přísného půstu, pokud vám nevyhovuje, ale můžete odlehčit svůj jídelníček. Využijte čerstvou sezónní zeleninu jako ředkvičky, špenát nebo medvědí česnek a připravte si jednoduchá, svěží jídla. Vaše tělo vám poděkuje za příval vitamínů a lehkost, kterou s sebou taková strava nese. Dalším krokem je očista vašeho domova. Nehuntujte se – berte to jako příležitost k minimalismu. Projděte si své věci a zbavte se toho, co už nepotřebujete. Staré oblečení, které nenosíte, nebo předměty, které už nemají využití, můžete darovat někomu, komu poslouží lépe. Tím uvolníte místo nejen ve skříních, ale i ve své hlavě. Funguje to! A dostáváme se k mentální stránce. Dopřejte si chvíle klidu, které vám pomohou znovu se spojit sami se sebou. Vyzkoušejte třeba pětiminutová dechová cvičení, meditaci nebo si začněte psát deník.

NAJDĚTE SVŮJ VLASTNÍ SMYSL

Možná to zní paradoxně, ale i tradice vám můžou ušlapat cestu ke svobodě. Není nutné je otrocky následovat – můžeme je upravovat, zjednodušovat nebo jim dávat nový význam. Jde o to najít si v nich to, co nám dává smysl. Jaro je příležitostí zamyslet se, co do svého života chceme přidat a co naopak odložit. Ať už jde o staré zvyky, nové rituály nebo jen pár momentů, které věnujete sobě. Protože o to jde – ne o to, co „by se mělo“, ale o to, co vám dělá radost a přináší klid.Tak letos zkuste udělat věci jinak. Možná zjistíte, že právě v tom, co si vytvoříte sami, je skutečné kouzlo tradic.

Helena Karanská, foto: archiv



Herbář ze zahrady přímo na talíř 3



knihydobrovsky.cz
447 Kč

Vypěstuj si sám



alza.cz
375 Kč

Pětiletý deník



tamazpet.com
550 Kč



Ať to pučí!

Zatoužili jste po zahradě plné trvalek a okrasných travin, které vydrží roky? Jste na správné stránce. Tyto nenáročné rostliny zvládnou nepříznivé podmínky, okouzlí svými barvami a přinesou radost z pěstování i těm, kdo teprve začínají. Od voňavé levandule přes vzdušné okrasné traviny až po praktické nápady na malý balkon – inspirujte se tipy, jak proměnit každý prostor v kvetoucí oázu.

VYDRŽÍ VŠE

Trvalky jsou sázkou na jistotu v každé zahradě. Svou nenáročností, odolností a schopností oživit prostor si získaly oblibu jak mezi začátečníky, tak zkušenými zahradníky. Pokud hledáte rostliny, které snadno zvládnou proměnlivé klimatické podmínky a zároveň okouzlí svým vzhledem, tady rozhodně nešlápnete vedle. Skvělou volbou je třeba třapatkovka nachová (Echinacea purpurea), která nejenže ozdobí zahradu svými výraznými květy, ale zároveň přiláká opylovače.



Na suchá místa se perfektně hodí rozchodník (Sedum). Pokud hledáte rostlinu, která provoní vaši zahradu a zároveň přitáhne motýly, sázejte levanduli. Mezi rostliny, které jsou přirozené pro naši krajinu, patří chrastavec rolní (Knautia arvensis), nádherná fialová květina, lákající včely i motýly. Pro milovníky klasiky je zde kopretina bílá (Leucanthemum vulgare) – květina českých luk, která dokáže zahradě dodat přírodní a romantický ráz. Pokud máte chuť experimentovat, zaměřte se na exotické rostliny, které jsou schopné přizpůsobit se našemu klimatu. Například mandevila (Dipladenia) je popínavá kráska s bohatými květy, která vytvoří atraktivní dekoraci na pergolách či stěnách. Další zajímavou volbou je olivovník evropský, který si oblíbí nejen ti, kdo hledají nenáročné pěstování, ale také milovníci stylových zahradních prvků. Olivovník navíc skvěle vypadá i ve větších květináčích.

JAKO DESIGNOVÝ PRVEK

Okrasné traviny jsou nenáročné na údržbu, působí vzdušně a svou jemnou elegancí dokážou proměnit každou zahradu v oázu klidu. Skvěle se kombinují s kvetoucími trvalkami, ale díky svému charakteru mohou vyniknout i jako solitéry. Mezi nejoblíbenější druhy patří ozdobnice čínská (Miscanthus sinensis), vysoká a vznešená travina, která vypadá skvěle na záhonech i jako živý plot. Její oblíbené odrůdy, jako například ‘Morning Light’ nebo ‘Gracillimus’, zahradě dodají moderní a stylový vzhled. Dalším favoritem je dochan psárkovitý (Pennisetum alopecuroides), který zaujme svými jemnými klasovitými květy. Pro ty, kteří hledají něco lehkého a pohyblivého, je kavyl péřovitý (Stipa tenuissima). Tato travina se jemně pohupuje ve větru, čímž dodává zahradě pocit neustálého pohybu a živosti. Na vlhčí stanoviště pak vysaďte bezkolenec modrý (Molinia caerulea), který zaujme svým modrozeleným nádechem a elegantní stavbou.

MALÝ PROSTOR, VELKÉ NÁPADY

Ani malý balkon nemusí zůstat nevyužitý – i na omezeném prostoru můžete vytvořit krásnou a funkční oázu klidu. Jak na to? Skvělým řešením pro malé prostory jsou vertikální zahrady, které umožňují maximálně využít místo. Závěsné květináče, kapsáře na stěny nebo regály



s rostlinami jsou ideální pro pěstování bylinek, popínavých rostlin nebo menších okrasných druhů. Nejenže šetří místo, ale zároveň vytvářejí zajímavý vizuální prvek. Pro praktické využití balkonu můžete zvolit balkonové bylinky, jako jsou máta, bazalka nebo rozmarýn. Nejenže krásně vypadají a provoní prostor, ale také je využijete v kuchyni. K oživení balkonu přispějí barevné kombinace. Vyzkoušejte muškáty, petúnie nebo begónie v pestrobarevných květináčích, které dodají prostoru hravost a energii.

JAK SÁZET?

Sázejte vyšší rostliny, jako je ozdobnice, dozadu nebo do středu záhonu a nižší, jako jsou levandule nebo rozchodníky, dopředu. Kombinujte rostliny podle barev – kontrastní kombinace, například fialová echinacea

> *„Kombinujte rostliny podle jejich barev.“*

a žlutá třapatka, působí energicky, zatímco jemné tóny vytvářejí klidnou atmosféru. Nechte mezi jednotlivými rostlinami dostatek místa, aby měly prostor růst a prospívat. V prvních týdnech se zdá záhon řídký, ale brzy se zaplní. Sázejte v podvečer nebo brzy ráno, kdy není takové horko, a rostliny se lépe uchytí. Po výsadbě dobře zalijte, zejména pokud je suché počasí. S trochou péče si brzy vychutnáte krásu trvalek a travin, které budou vaši zahradu zdobit po mnoho let!

Helena Karanská, foto: archiv





Velikonoční skořicoví králíčci

Letos dejte šanci něčemu novému a místo tradičního mazance si připravte skořicové králíčky. Tyto voňavé dobroty ve tvaru roztomilých velikonočních zajíčků si zamilují všichni, kdo mají rádi skořici. Pokud se vám některý kousek nepovede úplně podle představ, stačí ho zakrýt lahodnou polevou – skvělá chuť totiž přebije jakékoli drobné nedokonalosti!

NA NÁPLŇ:

220 g světlého třtinového cukru
1 lžíce mleté skořice
80 g másla

NA TĚSTO:

2 lžičky sušeného droždí
250 ml vlažného mléka
100 g světlého třtinového cukru
80 g nesoleného másla
1 lžička soli
2 vejce
500 g hladké mouky na pečení

NA POLEVU:

80 g másla
180 g moučkového cukru na polevy
¼ hrnku smetanového měkkého sýru
½ lžičky vanilkového extraktu
špetka soli

POSTUP:

Smíchejte sušené droždí s lžičkou cukru a vlažným mlékem. Nechte pět minut stát na teplém místě, dokud se nevytvoří pěna. Do mísy nebo kuchyňského robota přidejte cukr, máslo, vejce, mouku a sůl. Přilijte kvásek a vypracujte hladké, pružné těsto. Přendejte těsto do mísy vymazané olejem, zakryjte a nechte kynout přibližně hodinu, dokud nezdvojnásobí svůj objem.

Mezitím si připravte náplň: smíchejte změklé máslo s cukrem a skořicí. Těsto rozválejte na pomoučeném válu na plát silný asi 0,5 cm, rovnoměrně potřete náplní a zarolujte do rolády.

Nakrájejte roládu na plátky široké asi 3 cm. Pro vytvoření králíčků rozviňte část šneka a vytvarujte z něj ouška. Připravené králíčky dejte na plech vyložený pečicím papírem a vložte na 10 minut do mrazáku, aby drželi tvar. Poté je nechte ještě 30 minut kynout. Předehřejte troubu na 180–200 °C a pečte 15–20 minut dozlatova. Mezitím si vyšlehejte polevu z másla, moučkového cukru, smetanového sýru, vanilkového extraktu a špetky soli.

Po vychladnutí králíčky ozdobte polevou a doplňte čokoládovými vajíčky.

(red)
foto: archiv



CASA

BAR & BISTRO & BED

Degustace

20. března: Degustace vín K2T.

27. března: CASA degustace odrůdy Sauvignon Blanc, 8-9 vzorků s delikatesami a studeným občerstvením.

3. dubna: CASA degustace vinařství buď Vinařství Skoupil nebo Vinařství Rex Bibendi Martin Nesvadba, za účasti vinaře.

11. dubna: Aperol párty.

22. května: CASA degustace rumů.

29. května: CASA degustace rakouského vinařství UMATHUM.

30. května: 5. narozeniny podniku CASA.

REZERVACE NUTNÁ!

Budeme se na Vás moc těšit.

www.casadelprosecco.cz



Jeho veličenstvo král jarní sezóny

Jaro se konečně hlásí o slovo a s ním přichází také pestrá paleta chutí sezónních surovin. Mezi nimi jednoznačně vyniká chřest – lahodná zelenina, která se stala symbolem jarní kuchyně. Tato delikatesa, kterou kdysi podávali jen na královských hostinách, si dnes našla místo v moderní gastronomii i v našich domácnostech. Jemná chuť, snadná příprava a řada zdravotních benefitů!

OD FARAONŮ K ČESKÝM TRADICÍM

Už ve starověkém Egyptě věděli o blahodárných účincích chřestu, a proto jej hojně zařazovali do svého jídelníčku a navíc ho považovali za symbol plodnosti a nového života. Pro Římany byl tak luxusní pochoutkou, že vyvinuli speciální techniky pro jeho sušení, aby si tuto zeleninu mohli užívat i mimo sezónu.

Do české kuchyně pronikl chřest až později – v 18. a 19. století. Velký rozmach jeho pěstování zažila oblast Ivančic na Moravě, kde se díky specifickým podmínkám dařilo vypěstovat chřest té nejvyšší kvality. Pro svoji oblíbenost se dokonce stal tradičním vývozním artiklem.

GASTRONOMICKÝ SKVOST

Jeho jemná chuť – od máslové až po svěže travnatou, se skvěle hodí k široké škále pokrmů. Kromě toho je bohatý na živiny. Obsahuje vysoké množství vitamínů A, C, E a K, je zdrojem důležitých minerálů jako železo, hořčík, draslík i fosfor a díky nízkému obsahu kalorií je ideální volbou pro jarní detox nebo redukční diety. Také je plný vlákniny, která podporuje zdravé trávení. Navíc se o chřestu traduje, že má afrodiziakální účinky – možná proto byl v historii vnímán nejen jako pochoutka, ale také jako prostředek pro povzbuzení vitality.

Na talíři si můžete vychutnat hned tři druhy této pochoutky, které zaujmou nejen svou barvou, ale také jedinečnou chutí a specifickým zpracováním. Bílý chřest, pěstovaný pod zemí, se pyšní jemnou, máslovou chutí, je ideálním pro klasické recepty, jako je chřest s holandskou omáčkou nebo lahodná krémová polévka. Než se však dostane na talíř, vyžaduje loupání, což je malá daň za jeho delikátní chuť. Zelený chřest, opálený sluncem, přináší naopak výraznější, svěží tóny, které ho předurčují k rychlé a snadné přípravě. Stačí odstranit dřevnaté konce a máte perfektní surovinu do salátů, těstovin nebo jako přílohu k masu nebo rybám. A nakonec je tu fialový chřest – skutečný gurmánský klenot. Jeho jemně oříšková chuť a atraktivní vzhled jsou perfektní na grilování i jako dekorativní prvek ve stylových pokrmech. Tři barvy, tři příběhy – a každý z nich stojí za to!

JAK VYBRAT?

Tato sezónní lahůdka se sklízí jen po krátkou dobu – obvykle od poloviny dubna do června. Právě díky této omezené dostupnosti je důležité věnovat pozornost jeho výběru. Při nákupu se zaměřte na čerstvost: stonky by měly být pevné, hladké a šťavnaté, s uzavřenými hlavičkami a neoschlými špičkami. Jen tak získáte tu nejlepší kvalitu, která se promítne i do chuti.

A jak chřest správně skladovat, aby si zachoval svou svěžest? Jedním z osvědčených triků je zabalit ho do vlhké utěrky a uložit do lednice, kde vydrží několik dní. Alternativně můžete stonky postavit do nádoby s trochou vody, podobně jako květiny, prodloužíte tím tak jeho trvanlivost.

Kam na nejlepší chřest u nás?

Skvělým místem jsou Ivančice, které jsou už po generace považovány za hlavní město českého chřestu. Pěstování má zde tradici sající až do 18. století. Navíc tu každé jaro pořádají slavnosti, kde ochutnáte nejrůznější speciality a můžete se také inspirovat, jak s touto delikatesou nejlépe pracovat. Další volbou jsou farmářské trhy, kde můžete nakoupit čerstvý chřest přímo od pěstitelů a mít jistotu, že domů přinesete to nejlepší, co sezóna nabízí.





VAŘENÝ CHŘEST S HOLANDSKOU OMÁČKOU

500 g bílého chřestu
3 žloutky
150 g másla
1 lžička citronové šťávy
špetka soli a bílého pepře

Chřest oloupejte a odkrojte dřevnaté konce. Povařte ho 5–8 minut v osolené vodě s trochou cukru a citronu. Na holandskou omáčku rozpusťte máslo a nechte ho lehce zchladnout. Žloutky dejte do misky nad vodní lázeň a pomalu šlehejte. Po troškách přilévejte máslo a šlehejte, dokud omáčka nezhoustne. Dochucujte citronovou šťávou, solí a pepřem. Vařený chřest servírujte přelitý holandskou omáčkou.

KRÉMOVÁ CHŘESTOVÁ POLÉVKA

500 g bílého nebo zeleného chřestu
1 cibule
1 lžíce másla
1 brambora
750 ml zeleninového vývaru
100 ml smetany na vaření
sůl a pepř na dochucení

Chřest oloupejte a odkrojte dřevnaté konce. Nakrájejte na menší kousky. Na másle orestujte nakrájenou cibuli, přidejte chřest a oloupanou bramboru nakrájenou na kostičky. Zalijte vývarem a vařte asi 15 minut, dokud zelenina nezměkne. Polévku rozmixujte dohladka, přidejte smetanu a dochuťte solí a pepřem.



CHŘESTOVÉ RIZOTO

300 g zeleného chřestu
1 hrnek arborio rýže
1 cibule
2 lžíce másla
100 ml bílého vína
750 ml zeleninového vývaru
50 g strouhaného parmazánu
sůl, pepř

Na másle orestujte cibuli nakrájenou nadrobno. Přidejte rýži a krátce ji osmahněte. Zalijte bílým vínem a nechte odpařit. Postupně přilévejte vývar a za stálého míchání vařte, dokud rýže nezměkne. Mezitím povařte chřest 3–4 minuty, nakrájejte na menší kousky a přidejte do hotového rizota. Do rizota vmíchejte nastrouhaný parmazán, dochuťte solí a pepřem a podávejte.





CHŘEST S PROSCIUTTEM A MOZZARELLOU

12 stonků zeleného chřestu
12 plátků prosciutta
1 balení mozzarelly
olivový olej
sůl a pepř
čerstvá bageta

Chřest povařte asi 3 minuty v osolené vodě a ihned zchlaďte ve studené vodě. Každý stonek zabalte do plátku prosciutta a přidejte kousek mozzarelly. Vyskládejte stonky chřestu na plech vyložený pečicím papírem, rovnoměrně zakápněte olivovým olejem a zlehka osolte a opepřete. Pečte v troubě předehřáté na 200 °C přibližně 10 minut. Podávejte s čerstvou bagetou.

TĚSTOVINY S CHŘESTEM A CITRONOVÝM MÁSLEM

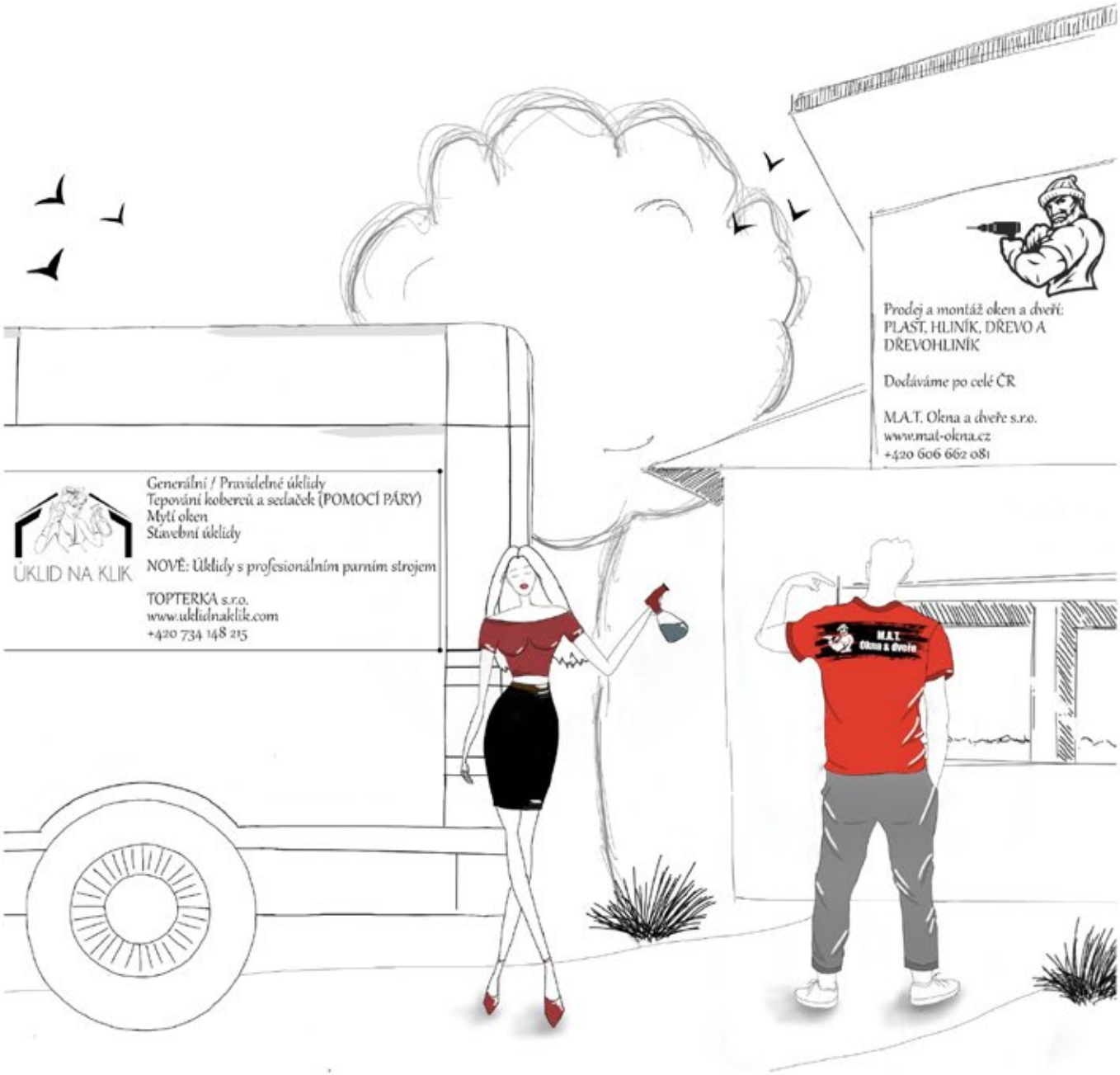
300 g špaget nebo tagliatelle
300 g zeleného chřestu
50 g másla
šťáva z půlky citronu
50 g strouhaného parmazánu
sůl, pepř

Uvařte těstoviny dle návodu na obale. Chřest nakrájejte na menší kousky a povařte přibližně 3 minuty v osolené vodě. Na pánvi rozpusťte máslo, přidejte citronovou šťávu a promíchejte. Uvařené těstoviny smíchejte s chřestem, citronovým máslem a nastrouhaným parmazánem. Dle chuti osolte, opepřete a ihned podávejte.

Helena Karanská,
foto: archiv




PŘED
PO


Prodej a montáž oken a dveří:
PLAST, HLINÍK, DŘEVO A
DŘEVOHLINÍK
Dodáváme po celé ČR
M.A.T. Okna a dveře s.r.o.
www.mat-okna.cz
+420 606 662 081
ÚKLID NA KLIK
Generální / Pravidelné úklidy
Tepování koberců a sedaček (POMOCÍ PÁRY)
Mytí oken
Stavební úklidy
NOVĚ: Úklidy s profesionálním parním strojem
TOPTERKA s.r.o.
www.uklidnaklik.com
+420 734 148 215
M.A.T.
Okna a dveře



Vstříc tulipánovému ráji

Co se vám vybaví, když se řekne Nizozemsko? Nekonečné lány barevných tulipánů, větrné mlýny a malebné kanály? To ale rozhodně není vše. Čtěte a zjistěte, proč by měl být výlet do jednoho z nejhustěji osídleného státu v Evropě na vašem seznamu snů, zvláště na jaře.

Nizozemsko s rozlohou přibližně 41 500 kilometrů čtverečních je jednou z nejhustěji osídlených zemí světa. Na jeden kilometr čtvereční zde připadá přibližně 400 obyvatel, což je jedna z nejvyšších hodnot v Evropě. Velká část populace žije v takzvané konurbaci Randstad, oblasti zahrnující města Amsterdam, Rotterdam, Haag a Utrecht. Tato část je ekonomickým, kulturním i politickým srdcem země a koncentruje téměř polovinu nizozemské populace.

KRÁLOVSKÁ HISTORIE A MODERNÍ MONARCHIE

Současným králem je Vilém Alexandr Nizozemský, který nastoupil na trůn v roce 2013. Ačkoliv je hlavním městem Amsterdam, královská rodina sídlí v Haagu, kde se nachází také parlament a významné mezinárodní instituce jako Mezinárodní soudní dvůr nebo Europol. V Haagu můžete navštívit Binnenhof, historický komplex budov, nebo královský palác Noordeinde, který je oficiální rezidencí krále.

HISTORICKÉ SYMBOLY A MODERNÍ TECHNOLOGIE

Asi tím nejvýznamnějším symbolem Nizozemska jsou pověstné větrné mlýny. Nejznámější oblastí je Kinderdijk, která je zapsána na seznam UNESCO. Těchto 19 mlýnů kdysi pomáhalo regulovat vodu a chránit nížinné oblasti před záplavami.

Dnes jsou mlýny spíše turistickou atrakcí, přesto však Nizozemsko zůstává inovativní zemí. Moderní větrné elektrárny patří k předním technologiím a ukazují, jak lze obnovitelné zdroje energie efektivně využívat.

Za zastávku stojí také skanzen Zaanse Schans, kde můžete vidět tradiční výrobu sýrů, dřeváků a poznat, jak se žilo v minulých staletích.

AMSTERDAM: MĚSTO KANÁLŮ A UMĚNÍ

Amsterdam je hlavním městem, ale také kulturním a historickým centrem Nizozemska. Jeho kanály, zapsané na seznam UNESCO, tvoří unikátní městskou síť, kterou byste neměli minout.

Navštivte muzeum Vincenta van Gogha, dům Anny Frankové nebo si užijte projížďku lodí po kanálech, která nabízí docela jiný pohled na město.

Tohle pulzující město je také známé svou otevřeností. Coffee shopy, kde lze legálně zakoupit lehké drogy, nebo čtvrť červených luceren De Wallen patří k jedinečnostem, které přitahují oči turistů z celého světa.

PŘÍRODNÍ UNIKÁTY A VESNICKÝ KLID

Pokud toužíte po klidnější atmosféře, zamiřte do vesničky Giethoorn, známé jako „Benátky severu“. Tady se pohybujete po kanálech na člunech nebo pěšky přes malebné mosty.

Další klenot najdete v Utrechtu, městě s unikátními kanály a nábřežími plnými kaváren



a galerií. Pro autentickou atmosféru zamiřte do regionu Frísko (Friesland) na severu země, kde najdete malebná městečka a rozmanitou přírodu.

JEDNODUCHÁ, ALE CHUTNÁ

Ačkoliv nizozemská kuchyně nepatří mezi nejslavnější na světě, nabízí řadu specialit, které stojí za hřích.

Stroopwafels: Lahodné oplatky plněné karamelovou náplní.

Haring: Syrový sleď podávaný s cibulkou a kyselou okurkou.





Sýry: Gouda, Edam nebo Leerdammer – věhlasné sýry, které si získaly světovou slávu. Navštivte trhy v Alkmaaru nebo Goudě, kde najdete nejlepší sýry a místní speciality.

TULIPÁNOVÁ SEZÓNA: KDY JE TEN PRAVÝ ČAS?

Každý rok od poloviny března do konce května se Nizozemsko promění v jeden velký květinový koberec. Největší koncentraci tulipánových polí najdete v oblasti Bollenstreek mezi Haarlemem a Leidenem. Pokud si chcete užít pravou esenci jara, návštěva parku Keukenhof je nevyhnutelná. Tento rozlehlý park o více než 32 hektarech nabízí samozřejmě tulipány, ale i narcisy, hyacinty a další druhy květin, které vás uchvátí svou vůní a barvami.

Tip: Duben je ideální měsíc k návštěvě. Pokud se chcete vyhnout davům, půjčte si kolo a projeďte se mezi poli v méně frekventovaných oblastech.

Opravdoví milovníci květin by neměli vynechat ani FloraHolland, největší květinovou burzu na světě ve městě Aalsmeer. Zde se každé ráno draží miliony květin, které putují do celého světa.

ZEMĚ CYKLISTŮ A UDRŽITELNOSTI

Nizozemsko je cyklistickou velmocí. S více než 22 miliony kol na 17 milionů obyvatel je kolo hlavním dopravním prostředkem většiny Nizozemců. Cyklistická infrastruktura je na špičkové úrovni a pro turisty je půjčení kola jedním z nejlepších způsobů, jak poznat zemi.

Kromě toho je Nizozemsko lídrem v oblasti udržitelnosti. Od ekologických čtvrtí, jako je De Ceuvel v Amsterdamu, až po moderní technologie využívané ve vodním hospodářství – a tak může vypadat budoucnost.

PRAKTICKÉ INFORMACE

Úředním jazykem nizozemština, známá také jako holandština. Ve fríské provincii Frísko se mluví také fríštinou, která má blízko ke staroangličtině. Pokud ale nizozemsky neumíte, nemusíte mít obavy – většina obyvatel mluví plynně anglicky. Přesto potěší místní, když se naučíte pár základních slovíček:



„Hallo“ znamená ahoj, „Dank je wel“ děkuji a „Alsjeblieft“ prosím.

Pokud jde o ubytování, Nizozemsko nabízí širokou škálu možností. Ve větších městech jako Amsterdam nebo Rotterdam najdete luxusní hotely a mezinárodní řetězce. Pro autentičtější zážitek zkuste rodinné penziony nebo venkovské farmstay. Pro mladé cestovatele a dobrodruhy jsou ideální hostely s dostupnými cenami. A pokud hledáte něco opravdu jedinečného, vyzkoušejte ubytování na hausbótu v Amsterdamu. Nezapomeňte si rezervovat ubytování včas, zejména pokud cestujete během hlavní sezóny na jaře a v létě.

Železniční doprava je páteří celého systému a vlaky provozované společností Nederlandse Spoorwegen (NS) vás rychle přepraví mezi městy jako Amsterdam, Rotterdam, Utrecht nebo Haag. Veřejná doprava funguje na OV-chipkaart, univerzální kartu, kterou lze použít na vlaky, autobusy, tramvaje i metro. Pokud plánujete více přesunů během jednoho dne, vyplatí se pořídit Holland Travel Ticket.



Větší města mají také rozsáhlé sítě tramvají a autobusů, které jsou ideální pro místní přepravu. Pro oblasti mimo dosah železničních tratí jsou perfektní volbou autobusy, zejména pokud chcete objevovat venkov.

Taxi v Nizozemsku je poměrně drahé, proto jsou oblíbenější služby jako Uber nebo místní alternativy. Cestování autem může být méně pohodlné kvůli hustému provozu a vysokým parkovacím poplatkům ve městech, proto je lepší spoléhat na veřejnou dopravu nebo kolo.

Helena Karanská,
foto: archiv







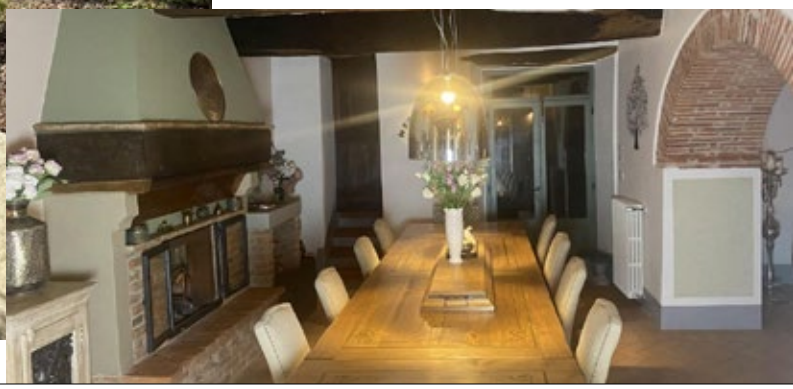
Ztratit se

Možná váš novoroční plán cílů pro tento rok zahrnuje více cestování a poznávání nových míst a tomu my v redakci hlasitě fandíme. A protože milujeme dobrodružství, rádi se necháváme rozmazlovat, vybrali jsme proto pro vás hned několik horkých novinek na Amazing Places, která rozhodně stojí za to navštívit.



VILLA DA EVA

Tyčí se na malebném kopci v blízkosti toskánských hranic, v historické krajině nedaleko městečka Monterchi v Itálii. Její historie sahá do konce 18. století a díky tomu si uchovává autentickou atmosféru italského venkova. O vilu se s láskou starají majitelé, kteří rádi poradí, kam vyrazit za pravou italskou kulturou, lokálními delikatesami i zážitky. Monterchi, stejně jako další městečka v okolí, zůstává stále stranou masového turismu. Ve vile se mísí původní kamenné prvky s útulným a stylovým vybavením. Součástí jsou plně vybavená apartmá s vlastní terasou a samostatným vchodem. V zahradě nechybí bazén se slanou vodou ani venkovní posezení, kde můžete grilovat při západu slunce.



BALTIC WAVE BOUTIQUE APARTMENTS

Nachází se v polském přímořském městě Gdaňsk, pouhých pár minut chůze od pláže Jelitkowo. Gdaňsk je proslulý svou historií, architekturou ovlivněnou hanseatic¬kým stylem a také pohodovou přímořskou atmosférou. Ubytování je jak pro milovníky městských procházek historickým centrem, tak pro ty, kteří chtějí relaxovat u Baltského moře. Apartmány sází na moderní, svěží design a kvalitní materiály. V interiérech převládají světlé tóny a přírodní dřevo. Každý apartmán je plně vybaven (kuchyň, koupelna, pohodlná postel i obývací část). Velká okna se starají o dostatek denního světla a některé apartmány mají i balkon nebo terasu.

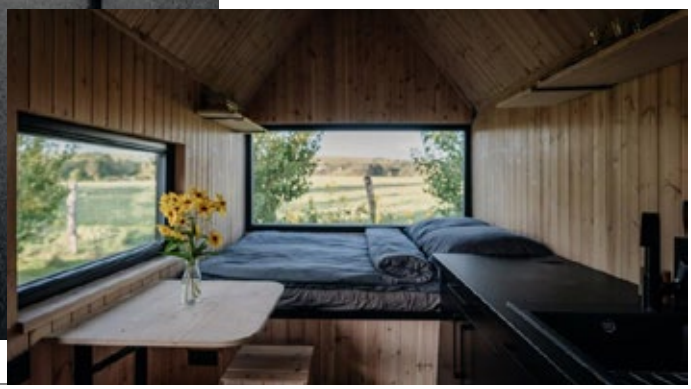






AIVA GLAMPING

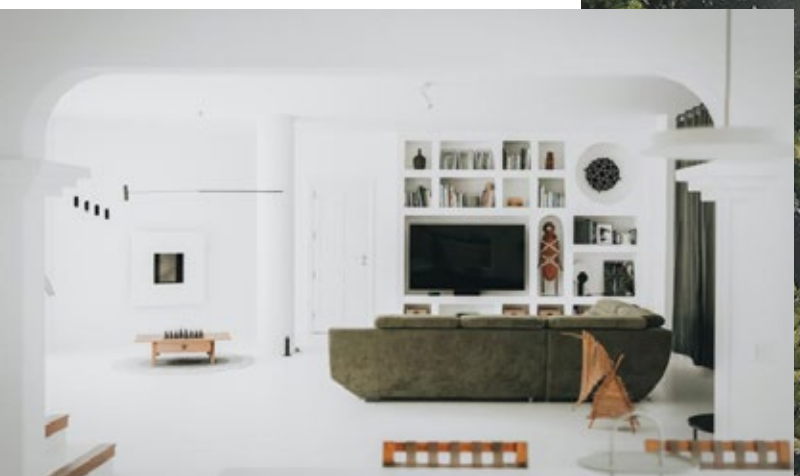
Propojuje moderní technologie s klidným prostředím meruňkové zahrady v Partizánském na Slovensku. Tento Tiny House, inspirovaný upcyklingovou verzí Ávie, vás přivítá minimalistickým designem a útulnou atmosférou, kde se čas zpomalí a vy si můžete odpočinout. Ekologická soběstačnost se tu snoubí s chytrými řešeními – nechybí plně vybavená kuchyň, koupelna se sprchou, rychlé Wi-Fi ani projektor s reproduktorem pro filmové večery. K relaxaci přispívá i pec na dřevo, koupací káď a finská sauna s výhledem na noční oblohu. Glamping je kousek od vodní nádrže Bágeř. A jestli cestujete se svým čtyřnohým kamarádem, žádný problém – AIVA je pet-friendly.

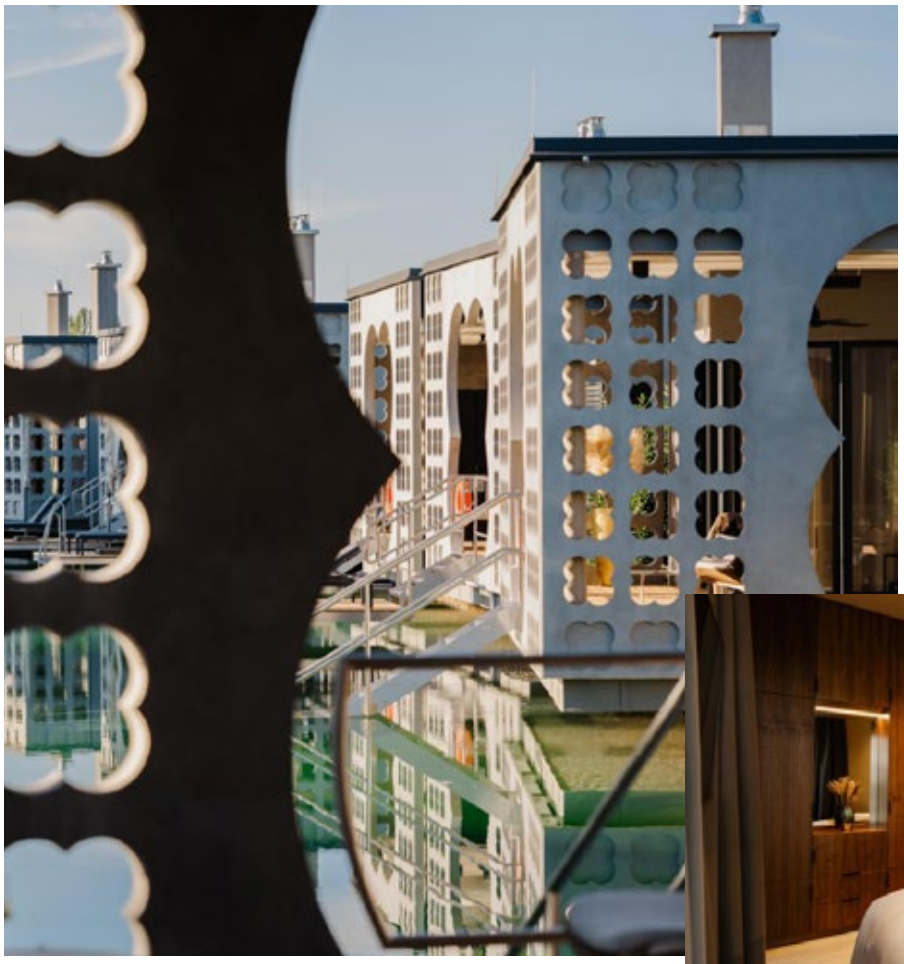


VILLA AMONITA

Vila je příkladem spojení architektonického umu českého studia OOOOX a kouzla kanárského ostrova Lanzarote. Stojí ve vesničce Tiagua, kde se pouštní písky mísí s černou vulkanickou horninou. Zaujme už na první pohled – rozlehlá zahrada plná zeleně poskytuje soukromí i stín pod vzrostlými palmami a vzdušnou pergolou. K naprostému uvolnění láká venkovní bazén, který ladí se zdejším minimalismem. Díky třem samostatným ložnicím je tu dostatek prostoru pro velkou rodinu nebo skupinu přátel. Centrem dění je prostorná obývací část propojená s kuchyní. Interiér staví na kombinaci sněhobílé a zelené, doplněné pohodlným nábytkem a vkusnými designovými kousky.

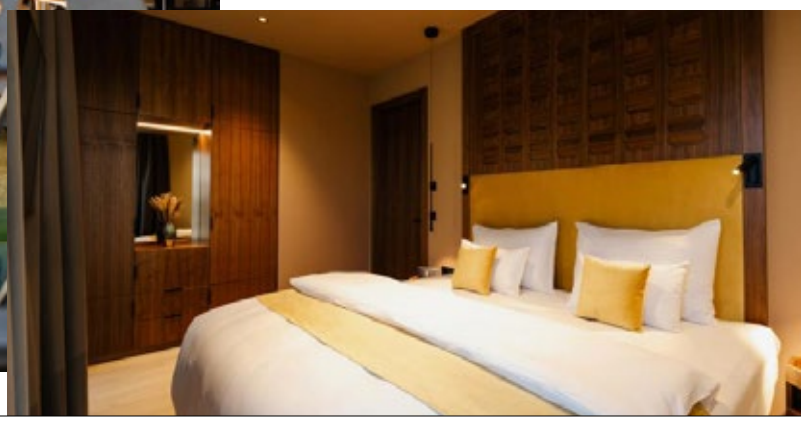






SILENT VILLAS

Jen kousek od rakouských hranic, ve vinařském městečku Laa an der Thaya, vznikla v rámci Thermenresortu Laa exkluzivní zóna deseti unikátních vil. Zaujmou nadčasovou architekturou, propracovaným interiérem a dokonalým soukromím. Každá vila je přizpůsobena pro dvě osoby a kromě pohodlné ložnice a obývacího pokoje s krbem nabízí také soukromou saunu, zážitkovou sprchu a volně stojící vanu. Srdcem odpočinkové zóny je zastřešená terasa s luxusními lehátky a celoroční vířivou vanou, kde si dosyta užijete ticho a relax. Působivým architektonickým detailem jsou gotické.

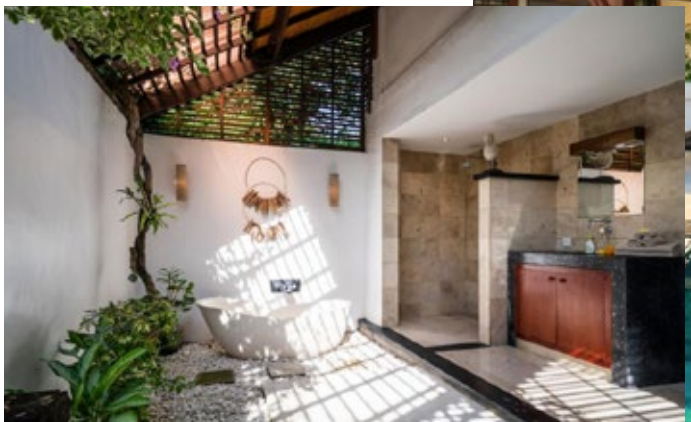


BÁBA NA BALI

Nechte se unést vůní tropů, šuměním moře a atmosférou klidné balijské vesničky Saba. Právě tady vznikl projekt, který vám ve spolupráci s místními i českými hostiteli ukáže autentickou tvář ostrova daleko od davů turistů. Vaším zázemím se stane Rumah Bunga s překrásným výhledem na moře nebo komplex čtyř tradičních Saba Cottages jen pár minut chůze vzdálený. V oblasti Saba si můžete užívat místní život ve vší jeho syrové kráse: pastviny vedle vil, černý písek na pláži a přátelské sousedy připravující chutné pokrmy, které rozhodně stojí za vyzkoušení. O vše potřebné se postarají hostitelé, kteří tu žijí od roku 2017 – rádi vás provedou místními zvyky a ukážou skrytá místa.

Helena Karanská, foto: archiv







FiftyFifty
KREATIVNÍ AGENTURA



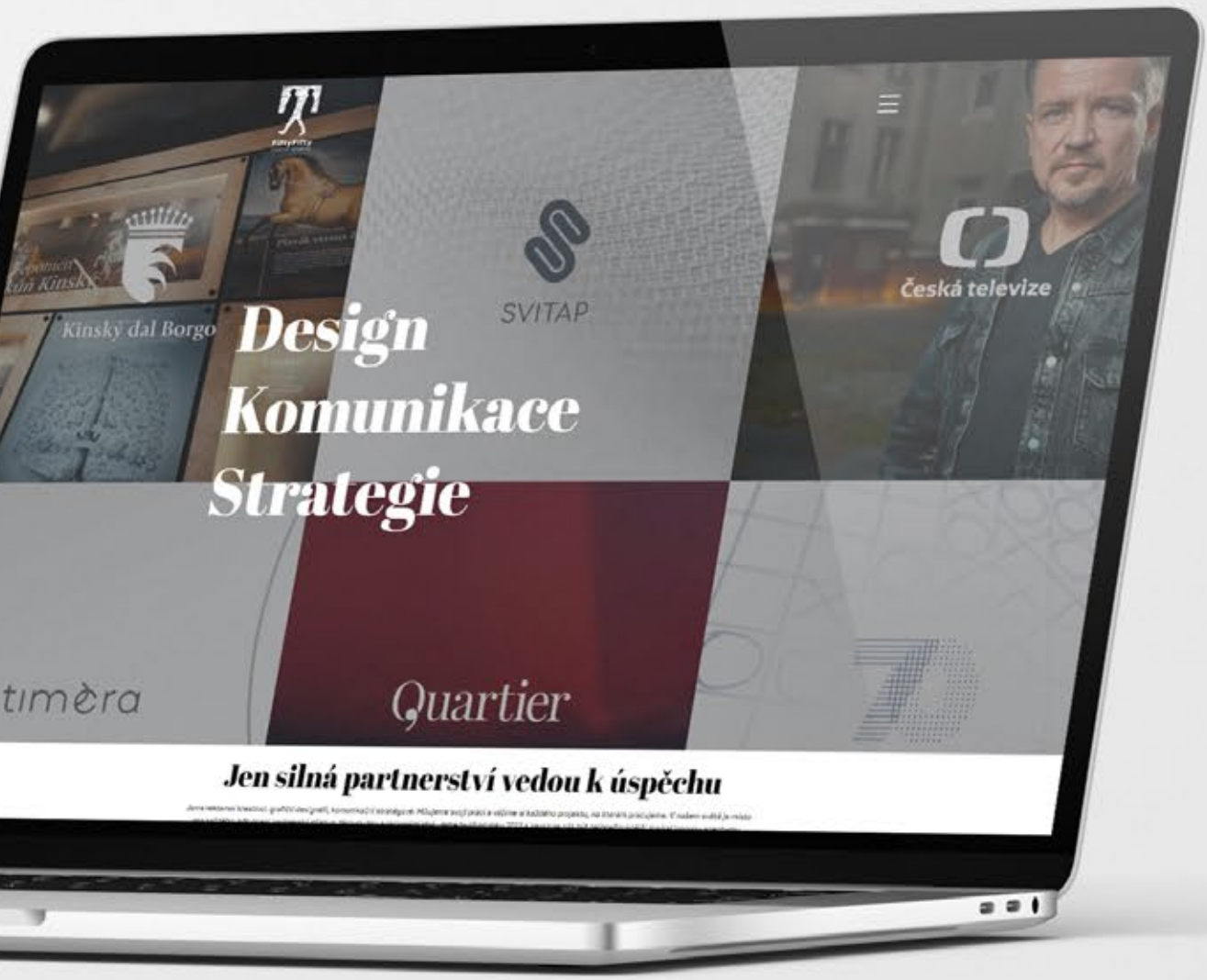
www.fifty-50.cz

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



Šlápněte do pedálů

Vyrazte za dobrodružstvím, přírodou i historií na vybraných cyklotrasách krajů východních Čech. Od nenáročných rodinných okruhů přes romantická údolí, zámecké parky a historická místa až po adrenalinové bikeparky – každá trasa má to své. Nasedněte a užijte si bezstarostné chvíle v sedle kola!



VELKÝ OKRUH PARDUBICEMI

Nenáročná cyklotrasa dlouhá 21,2 km je ideální pro rodiny s většími dětmi i dospělé. Začíná na Pernštýnském náměstí a vede přes historický Pardubický zámek na Labskou cyklostezku, která vás zavede podél řeky Labe. Trasa pokračuje městskou částí Svítkov k Památníku Zámeček, připomínajícímu události druhé světové války. Projedete kolem Automatických mlýnů a výlet zakončíte v parku Na Špici u řeky Chrudimky, fajn místě pro odpočinek. Po cestě narazíte na několik příjemných kaváren a restaurací, kde si můžete dopřát občerstvení. Spojení přírody, historie i moderní architektury, zkrátka pohodový výlet v okolí Pardubic, který stojí za to.

PO STOPÁCH KOŇSKÝCH KOPYT

Trasa měří 56,7 km a propojuje místa spojená s chovem koní na Pardubicku. Začíná u vlakového nádraží v Chlumci nad Cidlinou, v místě konání prvního závodu Velké pardubické. Pokračuje přes Kladruby nad Labem, známé chovem starokladrubských koní, a dále do Choltic s barokním zámkem a oborou. Vede také přes Heřmanův Městec, kde lze navštívit zrekonstruované výcvikové stáje z roku 1875, nyní sloužící jako výcvikové centrum starokladrubských koní. Po cestě se naskytne několik příležitostí k zastávce v malebných vesnicích a hospůdkách s regionálními specialitami. Cíl vás čeká ve Slatiňanech, městě s bohatou koňskou historií, kde si můžete prohlédnout hřebčín, koňské muzeum i krásný zámecký park. Trasa nabízí jedinečný pohled na českou jezdeckou tradici a přírodní krásy regionu.





ZA ZVÍŘÁTKY OKOLO BÝŠTĚ

Na 30,1km trase, která se táhne převážně lesem, narazíte na obory s jeleny, srnkami, muflony, daňky, a dokonce i bizony. Ve Chvojenci můžete navštívit expozici kočkovitých šelem, které v našich lesích běžně nepotkáte. Závěr výletu nabízí relaxaci v arboretu ve Vysokém Chvojně, založeném koncem 19. století jako zámecký park. Arboretum navazuje na Naučnou stezku Viselce vedoucí do Holic. Po cestě potkáte i několik odpočinkových míst s lavičkami, kde si můžete vychutnat atmosféru lesa. Trasa je vhodná pro cyklisty i pěší a v některých úsecích nabízí krásné výhledy na okolní krajinu. Pro rodiny s dětmi je možné trasu zkrátit na necelých 18 km, když z Vysokého Chvojna dojedete do Rokytna a stejnou cestou se vrátíte zpět, čímž navštívíte nejzajímavější místa pro děti. Milovníci přírody a zvířat si tento pohodový výlet jistě užijí.

KRAJEM ŽELEZNÝCH HOR

Měří 21,2 km a začíná u Sečské přehrady. Vede po úbočí Železných hor do městečka Třemošnice, odkud se mírným stoupáním vrací skalnatou roklí Hedvičina údolí, přírodní památky Kaňkových hor. Cestou budete sledovat tok Zlatého potoka a minete rybník Dolní Peklo. Trasa místy kopíruje naučnou stezku Krajem Železných hor, což je ideální volbou pro milovníky přírody a historie. Nabízí kombinaci vodních ploch, lesů a skalních útvarů, typických pro tuto oblast. Po cestě se nachází několik vyhlídkových míst, odkud se můžete pokochat krásou zvlněné krajiny. Na trase narazíte i na několik informačních tabulí, které vám přiblíží geologickou historii a zajímavosti místní fauny a flóry. Výlet můžete zakončit odpočinkem u Sečské přehrady nebo návštěvou některé z místních restaurací s regionálními specialitami.



CESTA PODÉL LABE

Labská stezka je mezinárodní dálková cyklotrasa vedoucí podél řeky Labe od pramene v Krkonoších až po ústí do Severního moře v německém Cuxhavenu s celkovou délkou téměř 1 300 km. V České republice měří přibližně 370 km a prochází Královéhradeckým, Pardubickým, Středočeským a Ústeckým krajem. Stezka nabízí cyklistům rovinatý terén, kvalitní asfaltový povrch a vede převážně mimo silniční provoz, což je ideální pro rodiny s dětmi i rekreační cyklisty. Cestou lze navštívit Hradec Králové, Pardubice, Kolín či Litoměřice a obdivovat přírodní scenérie Polabí a Labských pískovců. Trasa je dobře značena a v některých úsecích nabízí odpočinková místa s lavičkami a informačními panely. V letních měsících lze trasu kombinovat s lodní dopravou nebo využít cyklobusy, které propojují některé úseky stezky.





ZA PRAVĚKEM

Naučná cyklotrasa dlouhá 30 km začíná na Pivovarském náměstí v Hradci Králové a vede přes významné archeologické lokality až do Archeoparku pravěku ve Všestarech. Pokračuje přes Nedělitě, Rodov a Habřinu a končí ve Smiřicích, kde se lze napojit na Labskou cyklotrasu a vrátit se zpět do Hradce Králové, čímž vznikne okruh o délce 45 km. Na trase je umístěno 14 informačních panelů, které přibližují archeologické zajímavosti regionu. Hlavní atrakcí je Archeopark Všestary, kde si návštěvníci mohou prohlédnout rekonstrukce pravěkých staveb a seznámit se s každodenním životem pravěkých lidí prostřednictvím interaktivních expozic a ukázek řemesel.

PO ZÁMCÍCH NA ŘECE ORLICI

Měří přibližně 18 km a začíná v Lípě nad Orlicí, pokračuje přes Čestice do Častolovic se zastávkou na renesančním zámku s anglickým parkem a zvěřincem. Dále pojedete do Kostelce nad Orlicí, kde stojí empírový Nový zámek obklopený rozlehlým parkem. Pokračujete přes Doudleby nad Orlicí s renesančním zámkem zdobeným sgrafity a přes obec Záměl až do Potštejna. Zde můžete prozkoumat barokní zámek a zříceninu hradu tyčící se nad městem. Trasa je rovinatá a vhodná pro rodiny s dětmi i rekreační cyklisty. Díky blízkosti železničních tratí je možné výlet kombinovat s využitím vlakové dopravy, což umožňuje trasu různě přizpůsobit. Pokud byste si chtěli výlet prodloužit, můžete pokračovat směrem na Týniště nad Orlicí nebo se vydat přes Choceň k Ústí nad Orlicí, kde na vás čekají další historické památky.





ZA KRÁSAMI ÚDOLÍ METUJE

20km dobrodružství začíná v oblíbeném výletním místě Peklo u Nového Města nad Metují, známém Jurkovičovou restaurací. Odtud vede podél Metuje do Náchoda, kde můžete navštívit zámek a historické centrum. Pokračuje přes Běloves, kde lze ochutnat minerální vodu Ida, a dále do Velkého Poříčí. Trasa končí v Hronově, rodišti spisovatele Aloise Jiráska, s možností návštěvy jeho rodného domku. Stezka je vhodná pro rodiny s dětmi i rekreační cyklisty, nabízí rovinatý terén a krásné přírodní scenérie. Díky napojení na další cyklotrasy lze výlet prodloužit například do lázeňského města Kudowa-Zdrój v Polsku.

(red), foto: archiv

NEZMEŠKEJTE BONUSOVKU OD SUZUKI



Suzuki Vitara
praktické SUV

Suzuki S-Cross
rodinný crossover

Suzuki Swift
stylovka na každý den

Přijďte si do Suzuki pro svoji **Bonusovku** bez háčků a nesplnitelných podmínek a odvezte si nový vůz se všemi bonusy.

Kola zdarma +
Kompletní sada čtyř zimních kol

Palivo zdarma +
Palivová karta na pohonné hmoty

Záruka zdarma +
Prodloužená záruka na 5 let*

Přezutí zdarma
Jedno kompletní přezutí pneumatik

5 LET GARANCE

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

Emise CO_2 (WLTP), kombinovaná spotřeba Suzuki Swift 1.2 Dualjet: 98–99 g/km, 4,4 l/100km; Suzuki S-Cross 1.4 Boosterjet: 119–120 g/km, 5,3 l/100km; Suzuki Vitara 1.4 Boosterjet: 121–122 g/km, 5,4 l/100km. * 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. Fotografie jsou pouze ilustrativní. Podmínky akce Bonusovka naleznete na www.suzuki.cz. Výrobce si vyhrazuje právo podmínky akce změnit či akci předčasně ukončit.

SUZUKI

AUTOREGINA

REGINA, a.s.

Bří. Štefanů 492, Hradec Králové, tel. 495 845 304
www.regina.suzuki@, prodej.suzuki@autoregina.cz

Autorizovaný prodej a servis SUZUKI

Co podniknout na jaře?

S příchodem jara se východní Čechy probouzejí do krásy a nabízejí nespočet příležitostí k objevování přírody, kultury a tradic. Připravili jsme pro vás výběr devíti akcí a míst, které byste si letos neměli nechat ujít.



VELIKONOČNÍ JARMARK V HRADCI KRÁLOVÉ

13. 4. 2025

Velikonoce jsou časem tradic a v Hradci Králové je můžete zažít v jejich autentické podobě. Adalbertinum a přilehlé Žižkovy sady ožijí stánky plnými rukodělných výrobků – od ručně malovaných kraslic až po jemnou keramiku. Návštěvníky čeká nejen pestrá nabídka řemeslných produktů, ale i bohatý kulturní program a velikonoční dílničky pro děti.



VÝLET DO TOULOVCOVÝCH MAŠTALÍ

Po celý rok

Procházka mezi skalními soutěskami a pískovcovými věžemi? Toulovcovy Maštale nabízejí nezapomenutelný výlet do divoké přírody. Tento pohádkový kraj je protkán značenými stezkami, které vás provedou tajemnými lesy i romantickými vyhlídkami.



VISUTÝ MOST SKY BRIDGE 721

Po celý rok

Dolní Morava se pyšní unikátní turistickou atrakcí – nejdelším visutým mostem pro pěší v Česku. Sky Bridge 721 překlenuje horské údolí a nabízí jedinečné výhledy na okolní krajinu. Adrenalinový zážitek doplňuje naučná stezka, která vám umožní poznat místní historii a přírodní krásy.



PARDUBICKÉ HUDEBNÍ JARO 2025

30. 3.–31. 5. 2025

Klasická hudba v podání světových interpretů zazní během dvou měsíců na různých místech Pardubického kraje. Letos festival uvítá Janoska Ensemble i virtuózního trumpetistu Reinholda Friedricha. Koncerty se uskuteční například v Gočárově galerii, v kostelech nebo v historických sálech zámků.



SAFARI PARK DVŮR KRÁLOVÉ

18.–21. 4. 2025

Prožijte safari dobrodružství uprostřed Čech. V areálu Safari Parku Dvůr Králové se setkáte s africkou faunou v přirozeném prostředí, kde jaro přináší nejen probouzející se přírodu, ale i speciální akce. V období 18.–21. dubna 2025 park oslaví Velikonoce tematickým programem pro rodiny s dětmi.



PROHLÍDKA HRADU KUNĚTICKÁ HORA

Po celý rok

Tento majestátní hrad čnící nad krajinou nabízí nejen dechberoucí výhledy, ale i atraktivní kulturní program. Jaro zde patří divadelním představením, koncertům a tematickým prohlídkám, které návštěvníky seznámí s historií pevnosti i legendami, které ji obestírají.

inzerce

Nejlepší zážitek z Costa del Sol

Ubytujte se v luxusní vile na krásném a slunném pobřeží.
Přivítejte každý den nepopsatelným pohledem na moře
a krásnou Benalmádenu!

@casa.veronica.benalmadena
www.casaveronica.eu

Casa Verónica
BENALMÁDENA
SPAIN





V zajetí stránek

Nechte se strhnout knižními tituly, které jsme pro vás vybrali jako „povinnou četbu" během prvních teplých dnů tohoto roku. Uvelebte se v oprášeném křesle na terase, na lavičce v parku nebo na zahrádce oblíbené kavárny. Nechte se vtáhnout do napínavých příběhů, které vás zavedou do jiných světů, inspirují k novým začátkům nebo vám připomenou kouzlo všedních okamžiků.



NENÁVIST K BĚHU

Jan Havlíček

Co nás stále znovu a znovu motivuje nazout běžecké boty a vyrazit ven, i když nás bolí nohy, počasí nám nepřeje nebo máme málo času? Co nás pohání k tomu rozběhnout se z kopce, proběhnout loukou, zdolat vrchol nebo jen oběhnout blok co nejrychleji? Jan Havlíček ve svých esejích, recenzích a poznámkách původně publikovaných v běžeckém časopise B nenabízí jednoznačnou odpověď. Ukazuje ale, jak hluboce je běh propojen s našimi životy, a jak nám umožňuje nalézt spojení s něčím, co nás přesahuje. Běhání, jak popisuje, je mnohem víc, než by si kdokoliv představoval během školní dvanáctiminutovky na tělocviku.



NESMYSLNOST

Dan Ariely

Dezinformace ovlivňují náš každodenní život – zasahují do osobních vztahů a pronikají od sociálních sítí až do politických diskusí. Ať už jde o rozhovory v rodině nebo neformální debaty u pokladny v supermarketu, jejich dopad je všudypřítomný. Přestože si často uvědomujeme rizika, jejich skutečný rozsah a bývá mnohem větší, než bychom si mohli připustit. Renomovaný sociální vědec Dan Ariely v knize upozorňuje, že k pochopení toho, proč jsou nepravdivé informace tak přitažlivé, je nezbytné nejdříve proniknout do samotné podstaty tohoto jevu. Právě díky pochopení těchto psychologických mechanismů je možné se začít bránit jejich vlivu.



PAY GAP

Šárka Homfray, Lucie Václavková

Jak vypadá pracovní prostředí žen v Česku a jaká jsou jejich práva? Jak rozpoznat šikanu na pracovišti, jak zvládnout sladění práce a rodinného života, jaké přínosy i nevýhody přináší flexibilní pracovní úvazky, co dělat v případě švarcsystému nebo jak reagovat na nepříjemné situace v zaměstnání? Tato a další důležitá témata rozebírá kniha Pay Gap: Kratší konec provazu, kterou napsaly odborová právnička Šárka Homfray a kariérní poradkyně Lucie Václavková. Publikace je detailním průvodcem tím, jak funguje pracovní život českých žen, a zároveň nabízí množství praktických doporučení, příkladů dobré i špatné praxe.



REKONSTRUKCE
Kateřina Šindelářová

Rekonstrukce je cestou k proměně, což dokonale vystihuje název této knihy. Ať už se chystáte na drobné úpravy nebo kompletní přestavbu, tato kniha se stane vaším praktickým průvodcem krok za krokem na cestě k vysněnému bydlení. Nečekejte však jen „technickou příručku".



DYNAMO100
Petr Dufek

Unikátní kronika, která na 600 stranách zachycuje bohatou historii pardubického hokejového klubu. Kniha obsahuje detailní přehled všech 74 sezon, během kterých klub od svého založení působil v nejvyšší soutěži (1937/38 a 1950–2023). Nechybí ani rekordy, kuriozity a zajímavosti z historie klubu.



VĚK REVOLUCÍ
Fareed Zakaria

Které revoluce skutečně mění svět? Populismus, ideologické zlomy, ekonomické a technologické otřesy, války a neustále hrozící rizika globálních katastrof. Jaké revoluce však skutečně formovaly historii a co nám mohou říci o dnešním neklidném světě?

inzerce

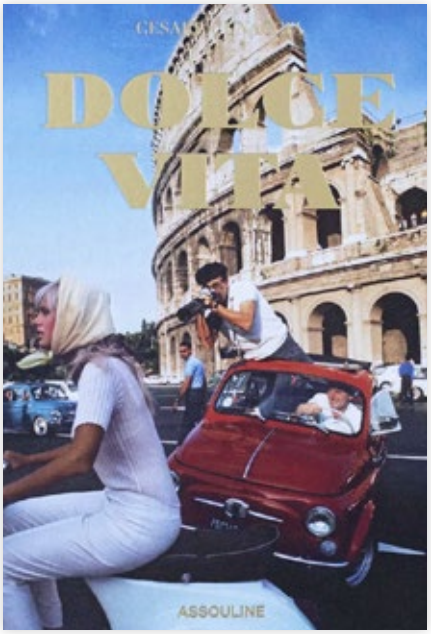




PENÍZE V DĚJINÁCH LIDSTVA

David McWilliams

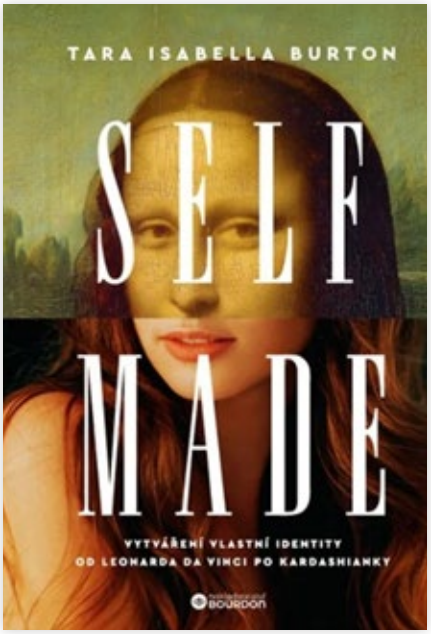
Ať už si to připouštíme, nebo ne, peníze jsou středobodem našeho světa, přesto nad jejich podstatou často nepřemýšlíme. Co vlastně peníze jsou? Odkud pocházejí a mohou někdy dojít? Jak se staly tou silou, která pohání obchod, revoluce, objevy a inspiruje umění, filozofii i vědu? Ekonom David McWilliams nás v této poučné, často odlehčené a překvapivé cestě provází historií peněz a odkrývá fascinující vztah mezi lidstvem a jeho měnami. Sleduje jejich vývoj od sčítacích kolíků ve starověké Africe až po vznik amerického dolaru a moderní éru kryptoměn.



DOLCE VITA

Cesare Cunaccia

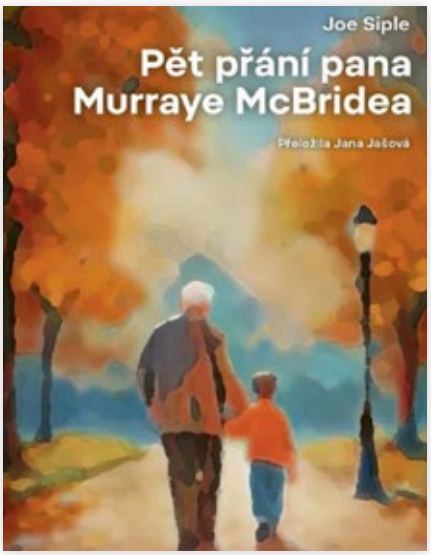
Zažijte životní styl Dolce Vita – harmonii krásy, stylu a šarmu inspirovanou filmem Federica Felliniho z roku 1960. Nechte se pohltit jeho neodolatelným kouzlem zachyceným renomovanými fotografy Ferdinando Sciannou a Brunem Barbeyem, od Emilia-Romagna až po Sicílii. Seznamte se s nezapomenutelnými osobnostmi, jako jsou Maria Callas, Sophia Loren nebo Marcello Mastroianni. Díky okouzlujícímu úvodu od Cesare Cunacci a pečlivě vybranému souboru fotografií vás tato kniha zavede na cestu po Itálii a odhalí kořeny Dolce Vita.



SELF–MADE

Tara Isabella Burton

V současné době je lákavé zdůrazňovat svou „jedinečnou originalitu“. Koncept „brandingu“, tedy vědomého (a někdy až úporného) utváření vlastní identity, se stal běžnou součástí naší kultury. Přesto tento jev není žádnou novinkou. Autorka se ve své knize ponořila do fascinující historie tohoto fenoménu. S odvahou se zaměřuje na příběhy známých i méně známých „tvůrců sebe sama“ od dob renesance, až po současnost masových médií. Zkoumá kulturní vlivy, teorie i síly, které odedávna pohánějí touhu člověka po budování vlastní identity a její prezentace.



PĚT PŘÁNÍ PANA MURRAYHO MCBRIDEA

Joe Siple

Dojemný román o neobvyklém přátelství, blízkosti smrti a nezdolné touze po životě. Murray McBride, který se dožil sta let, přežil všechny, které kdy miloval. Rodina i přátelé odešli a spolu s nimi i důvod, proč dál žít. Všechno se však změní, když se setká s desetiletým Jasonem Cashmanem, chlapcem trpícím nevyléčitelnou srdeční vadou. Jason má svůj seznam pěti věcí, které by chtěl stihnout, než odejde. Toto setkání přivede Murraye na cestu za objevováním smyslu života – rozhodne se, že Jasonovi pomůže splnit jeho poslední přání.

VÍNA S MINIMÁLNÍ OBSAHEM *histaminu*



Tyto vína koupíte ve **vinotéce U Mazlíka**

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

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

VINOTÉKA *u mazlíka*



Kino volá!

Jaro přináší mimo jiné i celou řadu nových filmových premiér všech žánrů. Navštivte jiné světy, prožijte pohádkové příběhy, dovolte si na chvíli se bát a chvíli se zase smát. Zkrátka od každého něco najdete mezi našimi tipy, které jsme pro vás vybrali.



JAK SE NÁM TO MOHLO STÁT

Nová komedie Petra Zahrádky s Bolkem Polívkou a Miroslavem Donutilem v hlavních rolích se točí kolem střetu dvou naprosto odlišných rodin. Aristokraté Cimburk-Kolovratníkovi se na svatbě svých dětí setkávají s rodinou Novákových. Nevěsta a ženich odhalí rodičům díky testům DNA jejich skutečný původ. Výsledkem je lavina komických situací.



ČARODĚJNICE A LOVEC

Akční fantasy o královně, která je pro naplnění své lásky ochotna udělat naprosto cokoliv. Vyšle mocnou čarodějnici Gray Alys do Ztracených zemí pátrat po magické moci. Průvodcem jí je tajemný lovec a dobrodruh Boyce. Režie se ujal Paul W. S. Anderson, takže jistě nikoho nepřekvapí, že do hlavní role obsadil svou ženu a dvorní herečku Millu Jovovich.



THE ALTO KNIGHTS

Milovníci gangsterek si přijdou na své ve snímku The Alto Knights. Film je inspirován životem skutečných postav – Vitem Genovesem a Frankem Costellem, kteří v minulém století vedli ve Spojených státech dvě konkurenční mafiánské rodiny. Roku 1957 je rodinou Genovese spáchán atentát na Costella. V obou hlavních rolích se nepředstaví nikdo jiný než slavný Robert De Niro.



MNICHOV 1972

Filmové drama rekonstruuje jednu z nejtragičtějších událostí moderní historie z pohledu štábu americké ABC. Příběh se odehrává během Letních olympijských her v Mnichově v roce 1972, kdy se sportovní redakce americké televize, která do té doby reportovala jen o výsledcích na hrách, začala v přímém přenosu věnovat teroristickému útoku na izraelský olympijský tým.



SNĚHURKA

Hraný remake legendární animované klasiky Walta Disneyho vypráví příběh mladičké princezny Sněhurky, kterou se chystá usmrtit její žárlivá macecha. Sněhurka je nucena utéct do hlubokého lesa, kde nalézá útočiště v chaloupce sedmi trpaslíků. Zlá královna se však nezastaví téměř před ničím. Vezměte děti a nechte se unést příběhem, kde dobro zvítězí nad zlem.



MICKEY 17

Po oscarovém úspěchu Parazita přináší režisér Bong Joon Hoa do kin sci-fi černou komedii, ve které hlavní hrdina Mickey Barnes pracuje pro zaměstnavatele, jenž vyžaduje maximální pracovní nasazení. Robert Pattinson se v hlavních rolích Mickeyho objeví hned několikrát. Jde o zcela odlišný filmový zážitek, který vás přinutí k zamyšlení…

inzerce



FRANCE CAR www.francecar.cz

Probuďte se s jarní přírodou

Také jste na jaře zatoužili po „něčem“ novém, čím byste oživili váš šatník, domov, zahradu nebo kosmetickou taštičku? Právě pro vás jsme vybrali 12 pečlivě zvolených produktů, kterými si uděláte radost a rozhodně je budete potřebovat!



NADČASOVÝ KAMARÁD

Nadčasový náramek Pandora Rose z růžově pozlaceného stříbra podtrhne váš styl a můžete jej nosit samostatně nebo doplnit o přívěsky dle vlastního vkusu. Jemné linie a precizní zpracování z něj dělají dokonalý šperk pro každou příležitost. Nechte se unést jarní romantikou a ozdobte své zápěstí kouskem, který nikdy nevyjde z módy.

pandora.net
4 149 Kč

VŮNĚ RŮŽÍ

Provoňte svůj domov autentickou vůní čerstvě nařezaných růží. Tato ikonická svíčka od Yankee Candle vytvoří atmosféru rozkvetlé jarní zahrady a dodá vašemu interiéru nádech romantiky. Dlouhá doba hoření a intenzivní vůně promění každý večer v příjemnou relaxaci. Perfektní volba pro milovníky květinových tónů, kteří si chtějí užít kouzlo jara i v pohodlí domova.

yankeesvicky.cz
462 Kč





JARO JE CÍTIT

Jaro je obdobím nových začátků, radosti a svěžesti – a přesně taková je i ikonická vůně La Vie Est Belle. Spojení elegantního kosatce, omamného jasmínu a svěžího pomerančového květu vytváří harmonickou kompozici, která podtrhne váš šarm. Díky tomuto parfému budete vyzařovat sebevědomí po celý den.

lancome.cz
2 160 Kč

SLUNCE, SVIŤ!

Chraňte své oči stylově a s lehkostí díky slunečním brýlím Ray-Ban Erika. Tento ikonický model spojuje klasický design s moderními prvky a je ideální pro každodenní nošení. Lehké, elegantní a univerzální brýle skvěle padnou ke každému outfitu a dodají mu špetku nadčasové elegance. Perfektní společník na slunečné jarní dny!

eyerim.cz
2 729 Kč



ROZMAZLUJTE SE

Dopřejte sobě nebo svým blízkým jedinečný zážitek – workshop Sama sobě kadeřníkem pod vedením uznávaného kadeřníka Romana Šnajdrvinta. V salonu Jeaniss se naučíte, jak si správně upravovat vlasy, vybrat ideální styling a osvojit si triky profesionálů. Perfektní dárek pro každou ženu, která chce mít své vlasy vždy pod kontrolou!

jeaniss.cz
4 000 Kč





KVĚTINOVÝ SPOLEČNÍK

Dodejte svému outfitu sofistikovanost a nadčasovou eleganci s luxusním hedvábným šátkem od ANTORINI. Jemné pastelové tóny a vzory inspirované probouzející se přírodou vnášejí do jarního šatníku svěžest a lehkost. Díky precizní-mu ručnímu zpracování a prvotřídnímu materiálu se šátek stane nejen stylovým doplňkem, ale i výrazem vaší individuality. Můžete ho uvázat kolem krku, do vlasů nebo jako ozdobu kabelky – vždy dodá vašemu vzhledu exkluzivní nádech.

antorini.cz
6 000 Kč

ŠÁLEK NA ZAHŘÁTÍ

Osvěžte své smysly ovocnou směsí AquaRosa od Kusmi Tea. Tato aromatická kombinace ibišku, jablek a červe-ných bobulí je ideální pro přípravu horkého i ledového čaje. Jemná kyselkavost a bohaté ovocné tóny vytvářejí dokonale osvěžující nápoj, který vás naladí na slunečné jarní dny. Dopřejte si chvíli klidu s lahodným čajem, který povzbudí tělo i mysl.

kulina.cz
532 Kč



ZÁŘIVÉ RTY

Dodejte svým rtům nejen výraznou barvu, ale i luxusní péči se rtěnkou Color Riche Shine od L'Oréal Paris. Její krémová textura s hydratačními složkami zajišťuje, že vaše rty zůstanou vláčné a vyživené po celý den. Zářivý lesklý finiš dodá vašemu jarnímu looku svěžest a přirozenou eleganci. Ideální volba pro každodenní nošení i speciální příležitosti.

vivantis.cz
300 Kč



HURÁ VEN!

Vychutnejte si jaro naplno s lehkou a praktickou piknikovou dekou Spokey Picnic Flamingo. Díky voděodolné spodní vrstvě si užijete pohodlí i na čerstvě posekané trávě. Stylový design s motivem plameňáků navíc dodá vašemu pikniku jedinečnou atmosféru. Skvělý doplněk pro slunečné dny v přírodě!

www.spokey.cz
427 Kč





OZDOBÍ DOMOV

Vneste do svého interiéru přírodní eleganci s ručně vyráběnou vázou Bloomingville Taza. Jemná glazura a přírodní tóny dodají vašemu domovu skandinávský nádech a dokonale doplní jarní květiny. Každý kus je originál, který se stane sofistikovaným prvkem každé místnosti.

bonami.cz
839 Kč



HEBKÉ TĚLO

Dopřejte své pokožce jemnou, ale účinnou obnovu s přírodním tělovým peelingem od Natura Siberica. Kombinace organických extraktů a olejů šetrně odstraňuje odumřelé buňky, zanechává pleť hebkou a podporuje její přirozenou regeneraci. Svěží a hydratovaná pokožka je klíčem k pocitu pohody během jarních měsíců – začněte péči už dnes.

naturasiberica.cz
199 Kč

ZDRAVÍ NA PRVNÍM MÍSTĚ

Podpořte svou vitalitu a energii díky multivitaminové a minerální formuli od Viridian. Tato pečlivě sestavená kombinace živin dodá vašemu tělu potřebné vitamíny a minerály, které vás podpoří během proměnlivých jarních dnů. Ideální volba pro ty, kteří chtějí posílit svou imunitu a cítit se skvěle každý den.

foractiv.cz
495 Kč



HAIR TOXX
FULL TREATMENT

www.kadernickysalonperfekt.cz

Ledová terapie: Objevte kouzlo chladu

Unikátní metoda hloubkově regeneruje poškozené vlasy, obnovuje jejich vitalitu a lesk. Dopřejte si pohádkovou péči a ochraňte své vlasy před dalším poškozením.



PŘED KRYOTERAPIÍ



PO KRYOTERAPII



PŘED KRYOTERAPIÍ



PO KRYOTERAPII

PERFEKT
KADEŘNICKÝ SALON

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



Příští číslo

očekávejte v červnu

Cestujte chytře

Technologické vychytávky pro dovolenková dobrodružství.

Zůstaňte ve flow

Tipy a triky, jak nepropadnout prázdninové mánii.

Hravé chvíle pro celou rodinu

Kreativní nápady a hry pro deštivé letní dny.

Dokonalý relax

Proměňte svou zahradu v letní oázu.

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

Úklid na klik
úklidová firma z Hradce Králové
Všestary 173, Všestary u Hradce Králové
www.uklidnaklik.com

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 • **Jeaniss** – Plácelova 1256 • **JS fyzio** – Jana Černého 545/48 • **Kadeřnický salon Perfekt** – Víta Nejedlého 1100 • **Kadeřnictví Viktor Borčický** – Tomkova 620/20 • **Knihovna města Hradce Králové** – Wonkova 1262/1a • **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

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 • **MIsoun Pardubice** – Smilova 337 • **Boutique Paradis Fashion** – Sladkovského 767 • **Pardubický perník - Pavel JANOŠ** - Věry Junkové 306 • **ProSpánek** – S. K. Neumanna 2869 • **Východočeské muzeum v Pardubicích** – Zámek č.p. 2

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 • **Lázně 1897** – Lázně 100, 552 11 Velichovky • **K-TRIUMF RESORT** – Hustířanská 209, Velichovky 552 11



Těšíme se na vás v centru Hradce Králové

TopStyl

Švehlova 321 a Masarykovo náměstí

www.topstyl.cz

Joseph Ribkoff CAMPIONE ELISA CAVALETTI pierre cardin MARCCAIN TAIFUN

ARROWS
advokátní kancelář

AI TÝM ARROWS

2024 právnická firma roku

Jsme o krok napřed – právně i technologicky.

Školíme a sdílíme naše know-how o umělé inteligenci. AI není jen trend – je to nástroj, který Vám může usnadnit práci a zvýšit produktivitu. Ale víte, jak ji používat správně a v souladu se zákony?

ARROWS
HRADEC KRÁLOVÉ
Klicperova 1266/1



Ozvěte se nám ještě dnes!

Mgr. Libor Zbořil, advokát, partner

office@arws.cz