vše důležité nejen z východních Čech

královský magazín

Quartier

léto 2025



Dokonalý relax

Proměňte svou zahradu v letní oázu.

Zůstaňte ve flow

Tipy a triky, jak nepropadnout prázdninové mánii.

Fenomén Bentley

Příběh ikonické značky

Cestování je život

Rozhovor s Naďou & Petrem Voldánovými

ZDARMA



Quartier

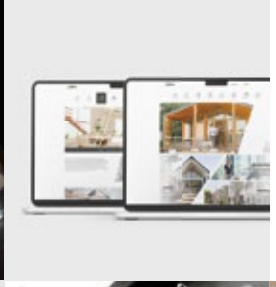
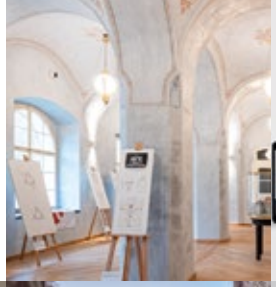
K dostání na vybraných místech uvedených na
qmag.cz/distribuce

Sledujte nás na sociálních sítích:

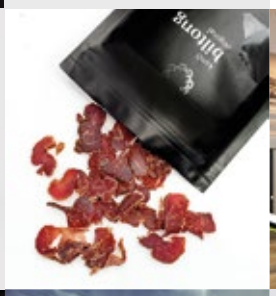
@quartiermagazin
@quartiermagazin

www.quartiermagazin.cz

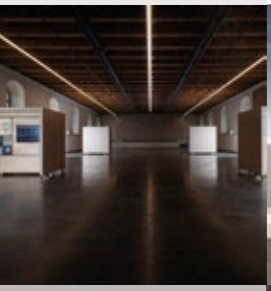


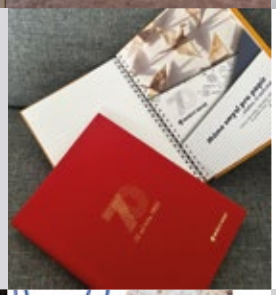











Miele
CENTER
VLÁŠEK


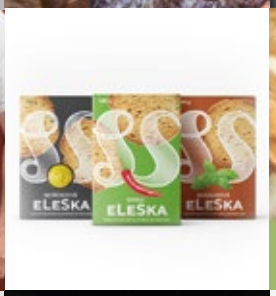



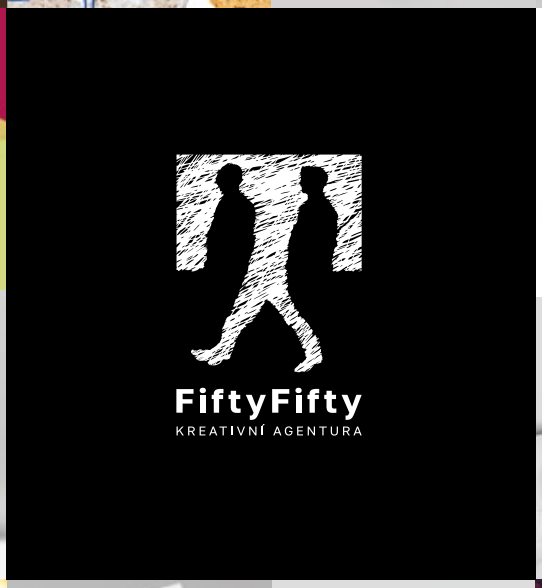


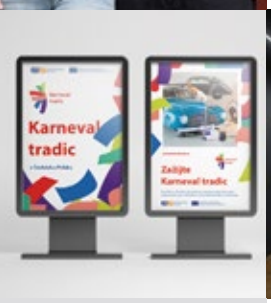

DÁRKOVÝ VOUCHER






ELEŠKA
ELEŠKA
ELEŠKA

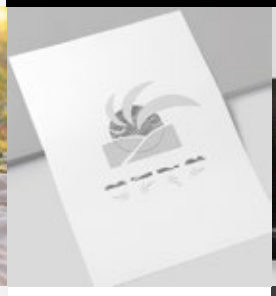
DOG
PARK

FiftyFifty
KREATIVNÍ AGENTURA


Karneval
tradic

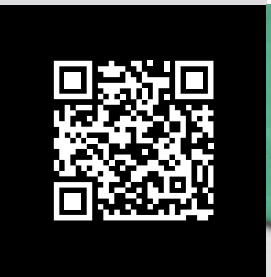
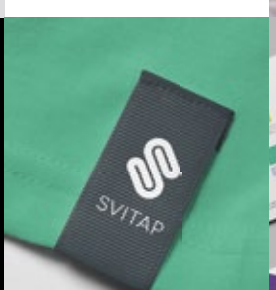


CIRCLE


Kinský dal Borgo



Quartier



SVITAP

Quartier – královský magazín. Vychází čtyřikrát ročně. Registrace MK ČR E 22647. Vydává QUARTIER MEDIA s.r.o., IČ: 05257913, sídlo: Klicperova 1266/1, 500 03 Hradec Králové.
Vydavatelka: Monika Staňková, Šéfredaktorka: Gabriela Mlynka. Redakce: Michaela Mikysková. 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 2. 6. 2025. Toto vydání vyšlo dne 19. 6. 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 a šíření části nebo celku magazínu Quartier bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Nevyžádané rukopisy se nevracejí.



Zleva manažerka obchodu Iva Půlpánová, šéfredaktorka Gabriela Mlynka a vydavatelka Monika Staňková





Léto je tu – období nekonečných slunečních dnů, kdy horké paprsky rozehřívají krajinu a vzduch je plný vůně rozkvetlých luk. Léto přichází s energií a radostí, kdy můžete znovu najít harmonii a napojení na přírodu. Je to čas, kdy se oblékáte lehce, kdy vás první ranní paprsky budí přes otevřené okno. Chceme vás inspirovat k tomu, abyste si právě toto období užili naplno – ať už při výletech do přírody, objevování nových chutí nebo při relaxaci na dovolené.

Načerpejte energii z každodenních okamžiků. Je to příležitost zpomalit a oslavit malé zázraky života – první ranní kávu na terase, teplé sluneční paprsky na tváři nebo nekonečné procházky za soumraku.

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 osvěžující recepty z letních surovin, ale také spoustu cestovatelské inspirace, protože je zkrátka čas vyrazit ven.

Léto je také čas nových začátků, a tak hlásíme i jednu změnu v našem týmu: po odchodu Heleny Karanské na mateřskou dovolenou se šéfredaktorkou stala Gabriela Mlynka.

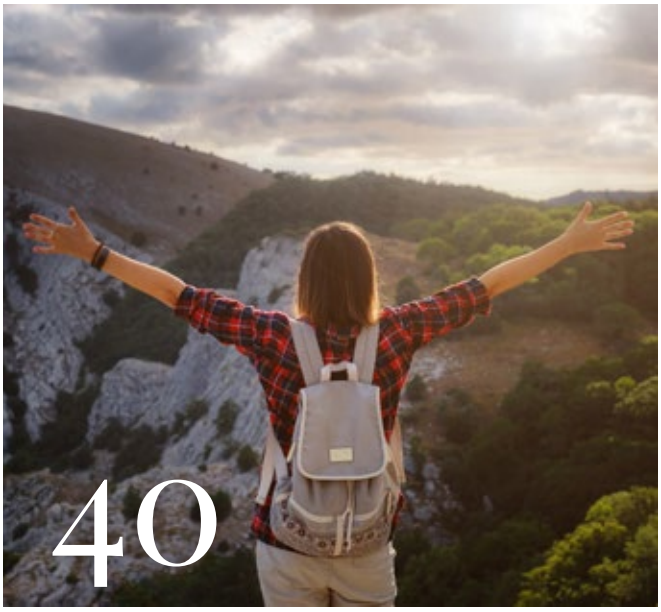
Přejeme vám, aby toto léto bylo plné krásných chvil a radosti.

Vaše

Monika Staňková
vydavatelka

Gabriela Mlynka
šéfredaktorka







OSOBNOSTI ČÍSLA

Cestování je život 6

BYZNYS

Když se domov oblékne do elegance 14

Gastronomická tradice budoucnosti 16

Olfin Car v roce 2025 s novou energií 18

Domov s charakterem 20

Postaví, uklidí, vyzdobí 22

ŽIVOTNÍ STYL

Přestaňte se bát užívat si život 26

Letní zkracování a odhalování začíná 28

Od svatebních příprav k vlastnímu byznysu 30

25 let Pardubického kraje 32

Poslední dny naplněné důstojností 34

Nemůžu žít bez... 36

Citronové pokušení 38

Zůstaňte ve flow 40

Živé řeky pro živý Hradec 44

Moje místo 46

KULTURA & SPORT

Stalo se na východě Čech 50

Jarní zastavení 52









10 otázek pro... 54
30 let festivalu REGIONY 56
Pardubické dostihové závodiště láká 57
Hradecký hokej míří do Evropy 58
Hudba a příroda jsou mým odreagováním 60

DESIGN, MÓDA & KRÁSA
Styl pod širým nebem 62
Fenomén Bentley 64
Dokonalý relax 68
Silnější než manželství 72
Žhavý letní fresh make-up 73

LÉTO
Sladká letní symfonie 76
Letní osvěžení 78
Perla Jónského moře 82

TIPY
Cestujte chytře: technologické vychytávky 88
Hravé chvíle pro celou rodinu 92
Co si (ne)balit na dovolenou 94
Užijte si léto! 98
Stránky jako dovolená 100
Léto volá do kina! 104
Letní elegance, která oslní 106



NAĎA & PETR VOLDÁNOVI:

Cestování je život

Známý rozhlasový a televizní reportér Petr Voldán se svou manželkou Naďou promluvili o společném životě naplněném cestováním, o hledání rovnováhy mezi profesními a rodinnými závazky i o tom, jak osmnáct let v zahraničí formovalo jejich vztah. Tato dvojice je důkazem, že i náročná novinářská profese a rodinný život mohou jít ruku v ruce – stačí jen vzájemná podpora a tolerance.

Petře, vaše jméno si většina lidí spojí především s cestováním. Jak jste se vlastně dostal k této profesi?
PV: Když to vezmu od konce, s novinářskou profesí je cestování většinou spojené. Já jsem v podstatě cestoval od mládí, protože jsme se jako rodina hodně stěhovali. Narodil jsem se v Pardubicích, pak jsem bydlel v Novém Městě nad Metují, ale ještě v kočárkovém věku jsme se přestěhovali do Josefova, pak do Tábora a nakonec do Prahy.

S rodiči jsme navíc hodně cestovali po republice, jezdili jsme po různých kempech a hradech. Vždycky byl připravený itinerář, trasa – to mi zůstalo. I dnes, když jedeme s ostravskou televizí natáčet Postřehy, dělám itinerář, protože nejlépe vím, ve kterých místech chceme točit jaká témata a jak to provázat s ubytováním a přejezdy. To jsem asi zdědil po tátovi. Takže ty toulavé boty jsem měl už odmala. A samozřejmě i v knihách – cestování je také spojené s fantazií, kterou jsem vždycky měl rád.

Máte za sebou i práci v zahraniční redakci Českého rozhlasu. Byla to pro vás přirozená cesta?
PV: Vlastně ano. Vystudoval jsem žurnalistiku a postupně se propracoval k práci v zahraniční redakci. Novinařina pro mě nikdy nebyla jen práce, ale hlavně koníček. Když je člověk placený za svého koníčka, je to to nejlepší, co se vám může stát. Postupně jsem se dostal k vysílání z různých destinací, nejdříve z České republiky a potom i ze zahraničí. Byl jsem stálým zahraničním zpravodajem v Londýně a v Moskvě. Celkem jsme prožili v zahraničí osmnáct let.

Jak jste se vlastně seznámili s Naďou?
PV: To je zajímavý příběh. Naďa byla rozvedená a její bývalý manžel se mnou spolupracoval. Já jsem mu často volal, ale on tam už nebydlel. Tak jsem se seznámil s Naďou.

> *„Když jsme se vrátili ze zahraničí, objevila jsem v sobě velkou lásku k malování.“*

NV: Řekla jsem mu, ať nevolá, že tady už manžel není. Ale jeho to vůbec neodradilo. Naopak.

PV: Půl roku jsme se znali velmi dobře pouze po telefonu, a když mělo dojít k prvnímu setkání, přišel jsem na schůzku pozdě. Naďa jako dokonalá perfekcionistka nečekala víc než čtvrt hodiny. Já jsem přišel až v sedmnácté minutě, a už tam nebyla.

Petře, práce zahraničního redaktora je spojená s častým cestováním do zahraničí. Jak se dá skloubit tato profese s rodinným životem?
PV: Je to těžké. Klidně můžu říct, že mé první manželství ta práce a cestování v podstatě ohrozily. Naďa je moje druhá žena a jsem nesmírně vděčný za její velkou míru tolerance. Dokonce si troufnu říct, že i trochu sebeobětování – protože když z osmadvaceti let, co jsme spolu, prožijete osmnáct let v cizině, je to náročné. Jak Naďa říká, osmnáct let jsme žili „v kufru“.

Stěhujete se s rodinou, pokud ji máte. Ta rodina tam musí nějak fungovat a někdo se o ni musí starat. Jako zahraniční zpravodaj máte nabitou pracovní dobu. Jste v práci pořád, volají vám ráno, v noci. Chod domácnosti, včetně nakupování, starost o děti a školu – to všechno záleží na manželce. Ve chvíli, kdy je žena ochotna tohle podstoupit, můžete dělat dobře svoji práci. A jestli jsem ji dělal dobře, bylo to jedině díky tomuto zázemí.

Naďo, jak jste to vnímala vy? Bylo to pro vás velké sebeobětování?
NV: Bylo to komplikované. Nebrala jsem to ale jako oběť. Ale protože jsem měla dvě děti z předchozích manželství, bylo složité je vytrhnout z jejich prostředí, škol a částečně i z jejich dalších rodin. To mi dalo dost práce – srovnat se s tím. V jednom případě to probíhalo perfektně, ve druhém úplně ne. To byl pro mě větší problém než vzdát se práce.

Vy máte dohromady tři děti, ale žádné společné. Jak se vám podařilo skloubit dvě rodiny dohromady?
NV: Kromě mých dvou dětí, má ještě Petr syna z předchozího manželství. To bylo další velké téma. Moje dcera Lucie navíc

přišla o svého tatínka, když jí bylo deset let. Byli jsme zrovna v Moskvě. A ona k Petrovi přilnula, vždy ho měla ráda. Petr se k ní choval jako pravý táta už od začátku.

PV: Mám s dcerou skvělý vztah. Dokonce když měla svatbu, vedl jsem ji k obřadu. Ale nebylo to vždy jednoduché. Začátky byly složité a museli jsme překonat mnoho překážek, než se vztahy ustálily. Dnes spolu všechny děti dobře vycházejí a setkávají se, což je skvělé.

Jak složité to bylo po návratu? Osmnáct let v zahraničí musí člověka změnit…
PV: Osmnáct let žít nepřetržitě v cizině je náročné, protože přicházíte o přátele, kteří jsou doma. Nemáte šanci se s nimi potkávat, jít s nimi na pivo nebo na kávu, dokonce i s příbuznými se setkáváte jen velmi omezeně. Někteří to chápou, někteří hůř. Ale má to i odvrácenou stranu – s rodiči jsme se potkávali velmi málo a oba moji rodiče zemřeli v době, kdy jsme byli v zahraničí. Vždycky je to něco za něco.

NV: Pro mě byl návrat spojen s hledáním sebe sama, co budu vlastně dělat. Vracet se po tolika letech do práce v bance by bylo komplikované. Naštěstí jsem objevila malování, které mi dalo nový smysl a radost.

Jak k tomu došlo?
NV: Je paradoxní, že jsme se vrátili ze zahraničí a já teprve potom začala malovat. Petr říká, že to je výsledek našeho cestování, protože jsme se v místech, kde jsme žili – ať už to byl Londýn, Brusel nebo Moskva – snažili navštěvovat galerie a zajímavá místa.



Když jsme se vrátili, měli jsme nový domek, a když jsme ho zařídili a upravili zahradu, říkala jsem si, že potřebuju něco dělat. Nebylo reálné vracet se do práce, protože jsem mnoho let byla mimo to prostředí. A protože jsem kolem sebe měla dost lidí, kteří malovali, tak jsem si řekla, že to zkusím.

Kdy jste poprvé uvěřila, že byste se malování mohla věnovat naplno?
NV: První skutečný impuls byl, když si jeden pán koupil můj obrázek jako dárek k narozeninám pro svou manželku. To mě šokovalo – že někdo chce moji práci, moje vlastní vyjádření, jako dárek pro někoho blízkého. Je to svým způsobem vyznamenání, když vás někdo pouští do svého soukromí. Když si pověsíte obrázek v bytě, vstupujete tím do světa toho člověka.

PV: Je to velmi intimní. Někdo si dá do svého prostoru váš obraz, vaše vidění světa. To je velká pocta.

Měla jste k malování vlohy?
NV: Jsem vystudovaná strojařka, takže v sobě mám asi nějakou pečlivost, přesnost a smysl pro detail.

Jsem důkazem, že člověk může ve vyšším věku objevit nějakou svoji schopnost. Kdyby se to nestalo, kdybych dál chodila do práce nebo kdybychom byli někde jinde, nikdy bych nezačala malovat. Důležité je také umět přijmout, že člověk může začít i později v životě – bylo mi skoro šedesát, když jsem začala, a nebála jsem se to zkusit.

Máte nějaký malířský rituál, bez kterého se neobejdete?
NV: Nejsem typ umělce, který by potřeboval při tvorbě skleničku vína nebo cigaretu. Naopak, potřebuji mít čistou hlavu, abych se mohla soustředit na detaily. Často si pustím podcast nebo starý film či hudbu. Potřebuji mít kolem sebe pohodu. Ale hlavně musím mít všechno hotové, abych věděla, že ten den nebudu nic jiného dělat, jen malovat.

Petře, procestoval jste jako reportér téměř celý svět. Kde se vám pracovalo nejlépe a kde naopak nejhůře?
PV: Nemůžu říct, že by se mi někde vyloženě nelíbilo, protože všude na světě se dá najít něco dobrého. A když chci negovat, tak všude se dá najít i něco špatného. Vždycky jsem si bez předsudků vybíral to lepší.

Pracuje se samozřejmě různě na různých místech. Hůř se pracuje tam, kde je napětí. Nikdy jsem se necítil být válečným zpravodajem, a přesto jsem byl na místech, kde to nebylo jednoduché. Jezdil jsem do Severního Irska, kde probíhaly boje mezi katolíky a protestanty. V Moskvě byl teroristický útok na restauraci, do které jsme chodili. Byl jsem v Čečensku. Jediná země, kam bych se nechtěl vrátit pracovat, je Afghánistán, protože tam jsem se necítil bezpečně. Přitom je tam fantastická příroda – byla by to jedna z nejkrásnějších destinací pro turistiku, kdyby to šlo.

Naďo, jak jste prožívala manželovy cesty do nebezpečných oblastí?
NV: To bylo opravdu těžké. Třeba když byl Petr v Afghánistánu, neměli jsme dobré spojení. Týden jsem od něj neměla vůbec žádné zprávy a zoufale jsem sháněla spojení třeba na ambasádu. S kamarádkou, manželkou zpravodaje slovenské televize, jsme volaly na všechna možná místa. Navíc přicházely zprávy, že byl sestřelen vrtulník s novináři. Když po týdnu Petr konečně zavolal z nějakého půjčeného telefonu, měl takový divný hlas kvůli satelitnímu spojení, že jsem ho skoro nepoznala. To bylo asi nejhorší období.

Petře, vy říkáte: Miluji jako patriot vyhledávat české stopy v cizině. Můžete uvést nějaký příklad?
PV: Sedět v Jižní Koreji v kavárně navržené Bořkem Šípkem nebo být na Maltě u domu Adiny Mandlové a mluvit s člověkem, který od ní má předměty. Držel jsem v ruce příbory, kterými jedla Adina Mandlová. Ve Švýcarsku jsem bydlel v hotelu, kde pobýval Karel Čapek.

Nebo když jsme objevili, že rodák z Jičína, nějaký Jan Přibyl, postavil největší nemocnici na Kavkaze – nikdo o tom skoro neví ani v Jičíně. A nedávno jsme ve španělském městě Cuenca v katedrále našli varhanici, která je rodačkou z Litomyšle a bydlela v domě, ve kterém se narodil Bedřich Smetana. Takové objevy jsou důvod, proč rád cestuji.

Sbíráte během svých cest nějaké netradiční suvenýry?
PV: Ano, sbírám především šálky na espresso. Mám jich asi osmdesát, ale všechny jsou s příběhem. Například mám londýnský šálek z metra, který navrhl český výtvarník – nikdo to neví, ale všichni, kdo si koupí suvenýr z londýnského metra, kupují výtvarné dílo českého umělce. Mám také šálek od Jana Kaplického. Navštívil jsem jeho stavby v Londýně, natáčel jsem s ním, a když jsem zjistil, že navrhoval i porcelán, pořídil jsem si šálek na espresso od něj.



Naďa Voldánová

narozená 2. května 1963 v Ústí nad Labem, je česká výtvarnice, členka Unie výtvarných umělců Královéhradeckého kraje a výtvarného Ateliéru AMAG v Náchodě. Vystudovala Strojní průmyslovou školu v Ústí nad Labem. Věnuje se tvorbě suchým pastelem a vystavovala například v Petrof Gallery Hradec Králové, v Galerii Vinohradská 12 v Praze, v Galerii Na Hradě, pravidelně v pasáži Českého designu v Praze či v galerii Univerzitní knihovny ZČU Plzeň.



Petr Voldán

narozený 20. prosince 1953, je český novinář a cestovatel. Vystudoval žurnalistiku na Karlově univerzitě v Praze. Pracoval v Českém rozhlase v Praze na Vinohradech jako reportér a stálý zahraniční zpravodaj v Moskvě a Londýně. Dvanáct let působil jako asistent v Evropském parlamentu v Bruselu. Spolupracuje s Českým rozhlasem Hradec Králové a Pardubice, kde aktuálně připravuje pořad „Na cestách s Petrem Voldánem“. Od roku 1999 je jedním z autorů cestopisných fejetonů České televize. Jeho kniha „Na vlnách s Petrem Voldánem“ byla nominována na Cestopis roku 2020 – Cenu Hanzelky a Zikmunda.

NV: Samozřejmě, ty sbírky jsou hezké, ale musíme je i někam umístit. Bydlíme v malém domku po babičce a já jako perfekcionistka mám ráda, když je všechno vyladěné a uklizené. Takže občas máme debaty, kam všechny ty poklady umístit.

Při natáčení pořadů spolupracujete s různými lidmi. Jak taková spolupráce probíhá?

PV: V rádiu i v televizi je spolupráce s kolegy klíčová. V rozhlase jsem často pracoval sám, ale v televizi je to jiné. Tam je za výsledek kromě mě odpovědný ještě zvukař, kameraman, počasí a všechno další dohromady.

Bez vzájemné důvěry by to nešlo. Postřehy natáčíme zhruba sedmnáct dní v dané destinaci a vznikne z toho třináct dílů. Lidem se může zdát, že šest minut pořadu je hned, ale natočit dobrých šest minut je strašně náročné. Všechno musí fungovat, a když ne, tak to už dnes nemám zapotřebí. V mém věku si už vybírám, co budu dělat a s kým. Vždycky chci pracovat s profesionály.

Vyhledáváte při natáčení nějaká konkrétní témata, která vás zajímají?

PV: Teď natáčím nejraději s lidmi cestovatelský pořad pro rozhlas, kde mi vyprávějí, jak cestují. Baví mě dostávat z lidí cestovatelské zážitky, i když si na první pohled člověk ani nepředstaví, že by se hodili do pořadu o cestování. Třeba když děláte rozhovor s operní pěvkyní Dagmar Peckovou, se kterou se znám již dlouho. Měli jsme zajímavý itinerář setkávání – potkali jsme se poprvé v Londýně u zeleniny, když jsme se ještě neznali a kde jsme oba nakupovali, a za dva dny jsme spolu měli natáčet. Pak jsem dělal zpravodaje v Moskvě, ona tam přijela zpívat. Znovu jsme se potkali v Bruselu a ve Štrasburku. A nakonec jsme zjistili, že bydlíme pět set metrů od sebe v Praze. Od té doby se známe, a dokonce mi křtila knihu.

Vaše cestovatelské zkušenosti jste tedy zpracoval i knižně?

PV: Ano, kniha se jmenuje „Na vlnách s Petrem Voldánem“ a není to jen o cestování, ale o té pomyslné vlně – jednak rozhlasové, jednak jak se s kým naladíte. Když chytnete společnou vlnu s hostem u mikrofonu, je ten rozhovor lepší, než když ho jen zpovídáte. Kniha má také podtitul „Ušima, očima a srdcem“, protože to přesně vystihuje, jak vnímám svět kolem sebe.

Naďo, vyzkoušela jste si někdy rozhlasovou práci na vlastní kůži?

NV: Ano, jednou mě pozvali do rádia, abych mluvila o své výstavě. Ale nebylo to pro mě jednoduché. Redaktor se mě ptal, jestli vystavuji oleje nebo akvarely, a já jsem musela říct, že ne – tvořím suchým pastelem. Takže těch pár minut ve vysílání jsme strávili vysvětlováním, co vlastně dělám *(smích)*.

Čerpáte inspiraci pro malování z cestování, nebo máte jiné zdroje inspirace?

NV: Párkrát se mi stalo, že třeba Petr udělal nějaké pěkné fotky, když jsme šli v Praze na Starém Městě. Fotka mě zaujala, tak jsem podle ní kreslila. Nebo nedávno, když jsme se vrátili z Thajska, jsem namalovala vlnu.

> *„Lásku k cestování jsem zdědil po tátovi.“*

PV: Myslím, že je to nepřímá inspirace. Člověku se zážitek nějak promítne do tvorby.

NV: Nejsem typ, který by se vyjadřoval abstraktně nebo maloval pocity. Musím si vybrat konkrétní věc, něco zajímavého, pak mě to baví.

Jak lidé reagují, když zjistí, kdo je Petr Voldán? Máte svůj fanklub?

PV: V některých místech mám opravdu něco jako fanklub. Někteří jezdí na mé besedy pravidelně. Je to milé, když vás lidé poznávají a oceňují vaši práci.

NV: Já jsem vždycky ráda, když si lidé váží manželovy práce. Nikdy jsem nebyla žárlivá na jeho „fanynky“, naopak mě to těší. Jsou to navíc většinou dámy v letech, takže není důvod k žárlivosti *(smích)*.

V čem vidíte tajemství vašeho dlouholetého vztahu?

PV: Je v tom velká míra tolerance a vzájemného respektu. Také to, že jsme spolu překonali mnoho výzev – stěhování do ciziny, výchovu dětí z předchozích vztahů, adaptaci na nová prostředí. A také to, že se navzájem podporujeme v tom, co děláme a co nás baví.

NV: Myslím, že právě to, že jsme spolu zažili tolik různých situací, nás stmelilo. A také to, že každý z nás má prostor pro své zájmy a koníčky. Petr má své cestování a já mám své malování. Vzájemně se podporujeme, i když si občas řekneme svůj názor.

Co byste poradili párům, ve kterých jeden z partnerů má podobně náročnou profesi?

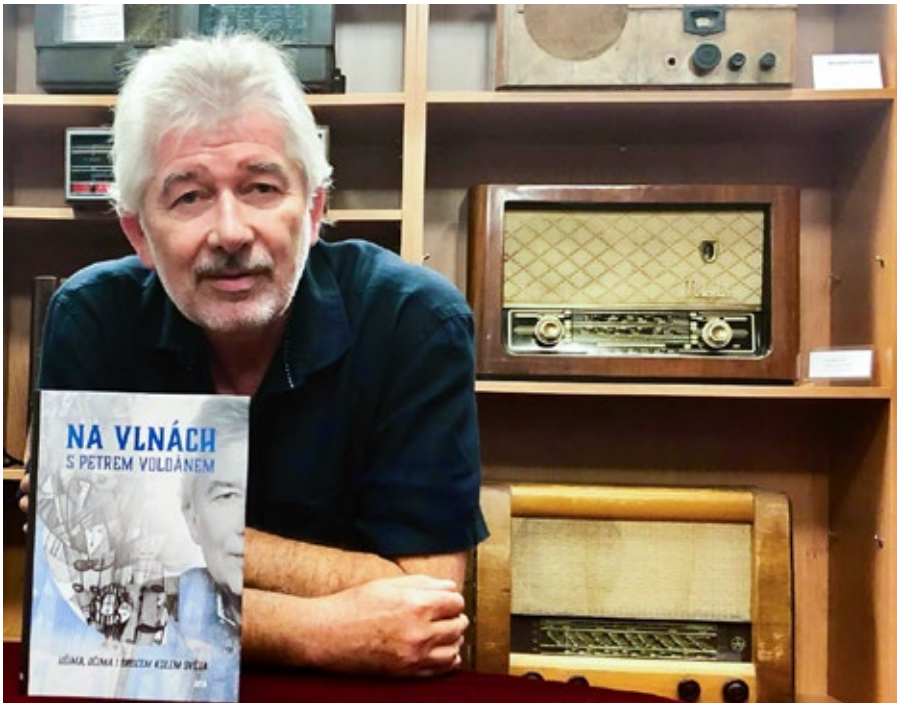
PV: Důležitá je komunikace a pochopení. Také je potřeba najít rovnováhu mezi profesním a osobním životem, i když to někdy není snadné. Važte si času, který můžete strávit spolu.

Máte nějaký společný sen, který byste ještě chtěli uskutečnit?

PV: Po těch letech cestování si teď spíš užíváme klid našeho domova. Ale stále rád objevuji a natáčím zajímavé příběhy lidí. A také se těším, až dokončíme různé projekty u nás doma a na zahradě.

NV: Já bych chtěla ještě uspořádat více výstav a dál se zdokonalovat v malování. Ale hlavně si užívat společný čas, vnoučata a všechno, co nám život přináší. Chci, abychom byli v klidu a mohli si užívat společného života.

Gabriela Mlynka
foto: Jakub Macháček, archiv
místo: Železniční muzeum Výtopna Jaroměř



Jaro v srdci přírody

Jarní atmosféra nás zavedla do malebného prostředí resortu K-Triumf ve Velichovkách, kde jsme s radostí oslavili vydání již 35. čísla magazínu Quartier. Tento slavnostní večer nebyl pouze poctou našemu novému vydání, ale také příležitostí přivítat Gabrielu Mlynku, která se jako nová šéfredaktorka ujímá vedení magazínu po dobu mateřské dovolené Heleny Karanské.

Hosté měli možnost vychutnat si krásu okolní přírody, která tvoří přirozenou kulisu resortu K-Triumf. Tento moderní komplex v srdci přírody nabízí výhledy na malebné rybníky, lesy a oboru se zvířaty – místo, kde klid a styl jdou ruku v ruce.

Součástí večera byly i komentované prohlídky resortu vedené ředitelem Vojtěchem Kačerovským. Ten hostům představil široké spektrum služeb – od wellness zóny s vířivkami a saunou přes sportovní vyžití na tenisových kurtech až po prvotřídní gastronomii místní restaurace.

Celý večer se nesl v přátelském duchu plném obchodních setkání, inspirativních rozhovorů a radosti z dalšího úspěšného vydání.

Velké poděkování patří Petru Čermákovi, výkonnému řediteli společnosti Lázně 1897, s.r.o., za poskytnutí prostor a podporu této výjimečné události. A samozřejmě všem hostům – děkujeme, že jste byli s námi.

Těšíme se na další inspirativní 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**

Když se domov oblékne do elegance

V srdci východních Čech, v Hradci Králové a Náchodě, najdete showroomy společnosti LF Design, kde se odehrává tichá revoluce v pojetí interiérového designu. Společnost, která začínala v roce 2008 v Náchodě, dnes nabízí komplexní řešení pro ty, kteří touží po dokonalé souhře funkčnosti a estetiky ve svém domově. Při návštěvě hradeckého showroomu jsme si povídali s majitelem firmy Lubošem Flouskem o tom, jak proměnit obyčejný prostor v místo, kde se snoubí světlo, stín a elegance.



OD PROJEKTU K REALIZACI

„*Bohužel mnoho lidí si vzpomene na stínicí techniku až ve chvíli, kdy je dům hotový*," vysvětluje Luboš Flousek, zatímco před námi rozevírá katalog s nejnovějšími vzory látek. „*A to je pozdě. Ideálně by měl zákazník přijít už ve fázi hrubé stavby, kdy se řeší elektroinstalace.*"

Není to přehnané? Proč myslet na závěsy nebo žaluzie, když dům ještě nemá ani omítky? Odpověď je jednoduchá – moderní stínění už dávno není jen o estetice. Podle Luboše Flouska díky automatizaci domácností potřebujeme myslet na přívody elektřiny. Když plánujete například vnitřní garnýže s motorovým pohonem, elektrikáři musí vědět, kam táhnout kabely, než přijdou sádrokartonáři.

Právě tento komplexní přístup odlišuje LF Design od konkurence. Zatímco běžné firmy vám prodají produkt, tady získáte partnera pro celý proces – od plánování přes výběr až po instalaci a následnou údržbu.

VÍC NEŽ JEN ZÁCLONY A ŽALUZIE

Lidé si často myslí, že stínicí technika je jen o tom, jestli mít žaluzie nebo rolety. Celá věda je o tom, jak pracovat se světlem, jak vytvořit příjemné prostředí, jak sladit funkčnost s designem interiéru.

Portfolio společnosti LF Design zahrnuje záclony a závěsy šité na míru, garnýžové systémy stěnové i stropní, komplexní interiérovou i exteriérovou stínicí techniku,

automatizaci všech prvků, tapety včetně jejich instalace, dekorační stěrky, bioklimatické pergoly a další bytové doplňky včetně povlečení či polštářů.

Luboš Flousek zdůrazňuje, že když k nim přijde klient, neřeší jen to, co chce, ale i to, co potřebuje. Dodává, že je zajímá, jestli je pokoj orientovaný na západ, kde může být přes den příliš světla, nebo naopak na sever, kde potřebujeme světlo maximálně využít. Barevnost interiéru, styl nábytku, praktické potřeby rodiny – to vše podle něj hraje roli.



VÝZVY JAKO SPECIALITA

Zatímco pro běžné firmy mohou být nestandardní požadavky problémem, pro LF Design jsou výzvou. „*Nedávno jsme řešili desetimetrový oblouk garnýže do oblouku s patnáctimetrovým rádiusem, který měl být zapuštěný v sádrokartonu*," vzpomíná majitel. Trojúhelníková okna nebo montáž žaluzií v osmém patře panelového domu? I to firma zvládne.

Spolupráce s bytovými architekty a designéry je pro firmu klíčová. Luboš Flousek se čím dál tím více přiklání k názoru, že zapojení bytového architekta do procesu stavby či rekonstrukce je nejlepší cesta. Dodává, že architekt dokáže odchytit spoustu věcí, které běžného stavebníka ani nenapadnou a ani stavební firma ho na ně neupozorní.



KDYŽ SE TECHNOLOGIE POTKÁ S ELEGANCÍ

Automatizace domácnosti je trendem, který LF Design plně podporuje. Majitel ukazuje na svém tabletu aplikaci ovládající žaluzie a vysvětluje, že mají systémy, které dokážou samy reagovat na povětrnostní podmínky, na čas nebo na zvyky uživatelů. Popisuje, že ráno se rolety samy zvednou, večer zatáhnou. A když odjedete na dovolenou, mohou simulovat přítomnost v domě.

A co materiály? I zde jde firma s dobou. Luboš Flousek popisuje, že mají látky s akustickými vlastnostmi, které snižují hluk v místnosti. Nebo materiály odolné vůči vysokým teplotám, které v létě udrží v interiéru příjemný chládek. Dodává také, že pro náročné zákazníky dokážou sehnat i exkluzivní materiály, třeba látky protkané zlatem.



KVALITA V KAŽDÉM DETAILU

Když se ptám na udržitelnost a životnost produktů, dozvídám se, že běžná záruka je 2 roky, ale reálná životnost produktů je mnohem delší. „*Máme klienty, kterým naše závěsy slouží už přes deset let. Klíčová je údržba – doporučujeme jednou za rok sundat záclony a závěsy a nechat je profesionálně vyčistit*," radí majitel.

LF Design přitom nabízí kompletní servis včetně demontáže, čištění a opětovné instalace. „*Zákazník se o nic nemusí starat, vše zařídíme*," dodává Luboš Flousek.

ZAŘIZUJETE DOMOV? ZAČNĚTE VČAS

Hlavní rada pro všechny, kteří plánují stavbu domu nebo rekonstrukci? Majitel zdůrazňuje, že by měli začít o stínění přemýšlet co nejdříve. Dodává, že ideálně už při přípravě projektu by měli konzultovat své představy s odborníky. Ušetří si tak starosti, peníze i zklamání z kompromisů.

Showroomy LF Design v Hradci Králové a Náchodě jsou otevřené od úterý do pátku od 9 do 17 hodin. Firma ale jezdí i přímo ke klientům domů, včetně víkendů. Přivezou vzorky, katalogy a na místě vše vyladí k dokonalosti.

V LF Design zkrátka věří, že každý domov si zaslouží to nejlepší – perfektní souhru světla a stínu, funkčnosti a krásy. A jejich výsledky po celých východních Čechách i za jejich hranicemi jim dávají za pravdu.

Gabriela Mlynka, foto: Zdeněk Puš



Gastronomická tradice budoucnosti

Naskýtá se vám exkluzivní pohled z VIP skyboxu na hradeckém zimním stadionu. Zatímco na ledě probíhá napínavý hokejový souboj, ve vašem komfortním zázemí se o dokonalý gastronomický zážitek stará tým Ivana Kavana. Jeho cateringová společnost Cool team nenápadně, ale spolehlivě utváří atmosféru těch nejprestižnějších prostor stadionu už třetím rokem. Za patnáct let existence si firma vybudovala respektovanou pozici nejen v hokejovém prostředí, ale také v oblasti špičkového cateringu pro společenské akce napříč východními Čechami.

OD FOTBALOVÉHO TRÁVNÍKU K HOKEJOVÉMU LEDU

Cesta Cool teamu začala před patnácti lety na fotbalovém Malšovickém stadionu, kde Ivan Kavan rozpoznal příležitost posunout kvalitu místních cateringových služeb na vyšší stupeň. „*V Hradci byl tehdy v oblasti kvalitního cateringu na sportovních akcích značný nedostatek. Chyběla zde nabídka služeb, které by splňovaly vyšší standardy*," vzpomíná na začátky podnikání. Od začátku se snažíme budovat kvalitní tým pod taktovkou provozního manažera Miroslava Špičana. „*Tato profese se postupně proměnila v mou skutečnou vášeň*," podotýká Miroslav Špičan.

Postupem času firma přenesla těžiště svých aktivit na hokejový zimní stadion, kde nyní obstarává catering pro významnou část VIP prostor.

PŘEDÁVÁNÍ NOVÉ GENERACI

Co činí příběh Cool teamu mimořádným, je jasná vize jeho zakladatele. Ivan Kavan od počátku buduje firmu s myšlenkou, že jednou připadne jeho synovi Matyášovi, který se do rodinného podnikání již aktivně zapojil.

Matyáš, který již nyní zastává důležitou roli v chodu firmy, k tomu dodává: „*Věřím, že až dostuduji a získám dostatečné zkušenosti, bude ideální čas na to uvažovat o převzetí rodinného podniku.*"

V době, kdy jsou menší podniky často pohlcovány velkými korporacemi, představuje Cool team inspirativní příklad firmy, která úspěšně staví na pevných rodinných hodnotách a promyšlené dlouhodobé strategii.

FILOZOFIE ZALOŽENÁ NA KVALITĚ

Namísto honby za kvantitou a masovou produkcí se Cool team zaměřil na kvalitu a personalizovaný přístup ke každému klientovi.

„*Naším cílem je poskytovat přesně to, co si klient přeje a objedná,*" shrnuje filozofii firmy její zakladatel. „*Nechceme být největší, ale chceme být nejlepší v tom, co děláme.*"

K nejvyhledávanějším specialitám podniku patří pečlivě připravované obložené chlebíčky a lahodné zvěřinové pokrmy, které si získaly výsadní postavení v nabídce pro skyboxy. Tyto zdánlivé maličkosti tvoří unikátní



rukopis Cool teamu, který jejich klienti dokáží rozpoznat.

PORTFOLIO PRESTIŽNÍCH AKCÍ

Za patnáct let působení na gastronomické scéně se Cool team podílel na zajištění špičkového cateringu pro široké spektrum významných událostí. K těm nejprestižnějším bezesporu patří koncerty renomovaných hudebních interpretů jako Kabát, Chinaski, Ewa Farna či Elán, kde firma zabezpečovala kompletní gastronomický servis nejen pro VIP hosty, ale rovněž pro samotné umělce a jejich realizační týmy.

Stejnou péči však věnují i menším událostem, jako jsou svatby, rodinné oslavy nebo firemní akce. „*Přistupujeme ke každé zakázce se stejným nasazením, bez ohledu na její velikost*," zdůrazňuje Ivan Kavan. „*Pro nás je každý spokojený klient tou nejlepší referencí.*"

INOVACE V TRADIČNÍM GASTRONOMICKÉM ODVĚTVÍ

I v tradičním gastronomickém oboru je třeba držet krok s dobou. Cool team proto implementoval několik inovativních přístupů, které jejich služby posouvají na vyšší úroveň. Jednou z novinek je donášková služba jídla přes mobilní aplikaci přímo na stadionu během hokejových zápasů.

„*Majitelé permanentních vstupenek mají možnost přihlásit se do mobilní aplikace, prostřednictvím které si mohou objednat buď merchandisingové zboží, nebo občerstvení od Cool teamu*," vysvětluje Matyáš Kavan. „*Donášková služba je k dispozici průběžně během celého utkání s výjimkou přestávek, což fanouškům umožňuje sledovat veškeré klíčové momenty zápasu, aniž by museli opustit svá sedadla.*"

Tato služba představuje perfektní propojení tradičního cateringu s moderními technologiemi, které reagují na měnící se očekávání zákazníků.

MLADÁ GENERACE PŘEBÍRÁ OTĚŽE

Právě Matyáš Kavan, syn zakladatele, má na starosti klíčovou část cateringových služeb firmy – servis ve skyboxech. „*Komunikujeme s naší kuchyní, která nám dodává pokrmy. Zajišťujeme jejich doručení, obstaráváme nápoje a poskytujeme kompletní servis ve skyboxech, včetně koordinace s hosteskami*," popisuje Matyáš svou práci, která vyžaduje preciznost, komunikační dovednosti a schopnost řešit neočekávané situace.

Jeho zapojení do chodu firmy symbolizuje harmonické propojení zkušeností starší generace s energií a novými nápady té mladší.

HORIZONTY DALŠÍHO ROZVOJE FIRMY

Ačkoliv Cool team primárně působí v Hradci Králové, jejich aktivity sahají daleko za jeho hranice. Firma zajišťuje catering i na akcích v širokém okolí Hradce Králové, v minulosti například v Opočně, a dokáže profesionálně obsloužit jak komorní společnost, tak i akce čítající několik tisíc hostů.

„*Limitem pro nás není počet hostů, ale spíše vhodný prostor a zázemí*," vysvětluje Ivan Kavan flexibilitu svého týmu. „*Dokážeme se přizpůsobit různým podmínkám a vždy najít řešení, které bude fungovat.*"

S takovým přístupem má Cool team všechny předpoklady úspěšně pokračovat ve své cestě i v dalších letech. A co je nejdůležitější – za firmou stojí inspirativní příběh otce a syna, kteří společnými silami budují podnik, jenž má ambici stát se trvalou součástí hradecké gastroscény.

Až tedy příště usednete do skyboxu na hradeckém zimním stadionu, vzpomeňte si, že za každým dokonale připraveným pokrmem a perfektním servisem stojí rodinný příběh, který se píše už patnáct let.

Gabriela Mlynka,
foto: Ondřej Šlambora, archiv





Olfin Car v roce 2025 s novou energií

OLFIN Car vstoupil do roku 2025 s řadou důležitých změn značících odhodlání společnosti zůstat silným hráčem na automobilovém trhu východních Čech. Klíčové personální změny i příchod nových značek ukazují, že firma neusíná na vavřínech a dále se aktivně rozvíjí.



SILNÉ VEDENÍ V RODINNÉM DUCHU

Jednou z nejvýznamnějších novinek je jmenování Anety Kuhnové druhou jednatelkou společnosti, kdy ve vedení společnosti doplnila manžela Viktora Kuhna. Dosud působila jako finanční ředitelka a byla tak přirozenou součástí vedení firmy. Jejím jmenováním zůstává společnost OLFIN Car i nadále pevně ukotvena jako rodinná firma, v jejímž čele stojí lidé, kteří ji nejen řídí, ale také jí věří a doslova pro ni dýchají. Zároveň však Aneta Kuhnová zůstává i v roli finanční ředitelky a bude tak neustále v centru dění.

POHYB V MANAŽERSKÝCH PATRECH SPOLEČNOSTI

Změna přichází i na postu obchodního ředitele. Markéta Makydová, která tuto funkci doposud zastávala, se rozhodla na vlastní žádost vrátit ke své srdeční záležitosti – značce Volkswagen. Nově tak přebírá vedení prodeje nových vozů VW v Hradci Králové a v Trutnově. Jak sama říká, zvítězila touha být blíže zákazníkům a značce, která ji provází velkou část profesní kariéry a s níž dosáhla v rámci OLFIN Car velkých prodejních úspěchů. Do své staronové role se vrací s radostí a vděkem, navíc obohacena o zkušenosti, které nasbírala během působení ve vrcholném vedení společnosti.

Volné místo obchodního ředitele obsadil Vladimír Štěpánek, který se stal zodpovědným nejen za prodej ojetých, ale čerstvě i nových vozů. Během krátké doby se stihl pevně usadit ve vedení firmy a jeho znalosti z automobilového prostředí jsou pro další rozvoj společnosti velmi cenné. Kromě bohatých zkušeností přináší do týmu i silný tah na branku, který je v této branži klíčový.

Do vedení firmy se začátkem roku připojil také Marek Holeček, který převzal roli marketingového ředitele. Marketingový tým OLFIN Car tak dostává novou energii i směr. Pod vedením zkušeného ředitele plánuje firma výrazněji posílit svou komunikaci nejen směrem k zákazníkům, ale i směrem ke komunitě a regionu, v němž působí.

NOVÉ ZNAČKY ZNAČÍ NOVÉ PŘÍLEŽITOSTI

Významnou kapitolou letošního roku je rozšíření portfolia o nové automobilové značky. Do nabídky OLFIN Car přibyly čínské novinky Omoda a Jaecoo. Obě značky cílí na moderní zákazníky, kteří hledají technologicky vyspělé vozy s luxusní výbavou a atraktivní cenovkou. Nové showroomy těchto značek vznikají jak v Hradci Králové, tak v Trutnově. Tato změna přichází ruku v ruce s rozhodnutím ukončit spolupráci s automobilkou Ford, která v nabídce uvolnila místo právě nově příchozím značkám.

BLÍŽE ZÁKAZNÍKŮM

Do zbytku roku se OLFIN Car chystá nejen rozvíjet vztahy se zákazníky, ale i připravit celou sérii lokálních marketingových aktivit. Vedle tradiční podpory sportu a účasti na Trutnovském a Hradeckém maratonu, se chystají tematické akce přímo na pobočkách i rozšířená kooperace s regionálními sportovními a kulturními partnery. Díky spolupráci s resortem Golf & Spa Kunětická Hora bude OLFIN Car hlavním partnerem významné charitativní akce Golf pro Paraple. To vše s cílem být zákazníkům stále blíže a nabídnout jim více než jen samotný prodej auta.

OLFIN Car tak do další kapitoly vstupuje sebevědomě, s novou energií a schopným týmem, který má chuť posouvat společnost dál a rozvíjet její potenciál do budoucna. A to je ten nejlepší základ pro další růst.

(red), foto: archiv



Brzy u OLFIN Car

OMODA | JAECOO



NOVINKY NA ČESKÉM AUTOMOBILOVÉM TRHU, ZNAČKY OMODA A JAECOO, ROZŠIŘUJÍ NABÍDKU OLFIN CAR!

Tato moderní SUV si nyní můžete prohlédnout na naší pobočce Ford v Hradci Králové, kde jsou již první vozy k dispozici. Využijte testovací jízdy i možnost předprodeje a zarezervujte si svůj model ještě dnes. Přijďte se podívat a objevte dostupný luxus s Omoda a Jaecoo v OLFIN Car! Brzy i v Trutnově!

+420 736 512 795, miroslav.moravec@olfincar.cz | +420 774 402 552, jiri.havelka@olfincar.cz

Bratří Štefanů 66/85 | 500 03 Hradec Králové | www.olfincar.cz



Domov s charakterem

Vstupte do světa, kde každý detail vypráví váš osobní příběh. Představte si moment, kdy se vracíte domů po dlouhém dni. Otevíráte dveře a v tu chvíli pocítíte tu zvláštní, nenahraditelnou atmosféru místa, které je skutečně vaše. Co dělá z obyčejného bytu opravdový domov? Jsou to drobnosti, detaily a pečlivě vybrané prvky, které odrážejí vaši osobnost. A právě dveře – prvek, kterého se dotýkáte každý den – mohou hrát v této symfonii domova překvapivě důležitou roli.

KDYŽ DVEŘE VYPRÁVÍ PŘÍBĚH

Od prvorepublikových časů se české dveře SAPELI staly synonymem kvality, která přetrvává generace. Nejde jen o funkční prvek, který odděluje prostory – jde o designový statement, který dokáže proměnit charakter celého interiéru. Jako přední český výrobce, SAPELI neustále spolupracuje s předními designéry a architekty, aby vytvářel modely odpovídající současným trendům v bydlení.

„*Dveře vybíráte jen párkrát za život, ale provázejí vás dennodenně*," připomíná tým společnosti STAVBY spol. s r.o., která se od roku 1994 specializuje na prodej a odbornou montáž těchto prémiových dveří. A má pravdu – zatímco nábytek měníme relativně často, dveře jsou investicí na desetiletí. Proto stojí za to věnovat jim náležitou pozornost.

GALERIE INSPIRACE: ŠEST TVÁŘÍ MODERNÍHO BYDLENÍ

Kolekce SAPELI nabízí 18 originálních modelových řad, z nichž každá vnáší do prostoru jiný charakteristický prvek. Pojďme

se podívat na šest z nich, které reprezentují současné trendy v interiérovém designu.

INVESTICE, KTERÁ ZHODNOTÍ VÁŠ DOMOV

V době, kdy stále více lidí investuje do kvalitního bydlení, představují dveře SAPELI rozumnou volbu. Nejde jen o estetickou hodnotu – kvalitní dveře zlepšují akustické vlastnosti prostoru, přispívají k tepelné pohodě a v neposlední řadě zvyšují hodnotu nemovitosti.

„*Nebudete na to sami*," ujišťuje tým STAVBY spol. s r.o. Ve vzorkovnách společnosti vás zkušení obchodníci provedou celým procesem od výběru až po montáž. Protože – jak sami říkají – dveře jsou investice, kterou musíte vidět a vyzkoušet naživo.

POZVÁNKA DO SVĚTA INSPIRACE

Specialisté ze společnosti STAVBY spol. s r.o. dobře vědí, že vybrat správné dveře chce čas a inspiraci. Proto zvou všechny zájemce do svých vzorkoven, kde si můžete prohlédnout téměř kompletní sortiment SAPELI včetně různých povrchů, materiálů a způsobů otevírání. Přijďte se inspirovat! Navíc vám zde odborníci rádi poradí.

Pro čtenáře Quartire magazínu je připravena speciální nabídka – při předložení tohoto článku získáte ve vzorkovně kávu zdarma a malé občerstvení. Nezávazná návštěva může být prvním krokem.

(red),
foto: archiv



HARMONIE



Dokonalá rovnováha luxusu a minimalismu. Tyto dveře působí elegantně, aniž by na sebe strhávaly přílišnou pozornost. Ideální volba pro ty, kteří vyznávají sofistikovanou jednoduchost.

Od 9 290 *Kč*

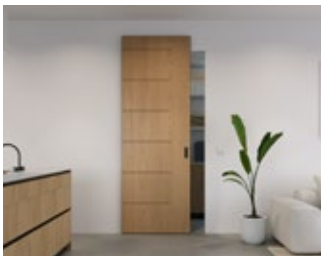
SWING



Nestárnoucí design s praktickým benefitem. Tyto dveře nejen že přežijí všechny módní vlny, ale díky proskleným plochám přirozeně prosvětlí interiér a opticky jej zvětší.

Od 8 690 *Kč*

LOTOS



Detail dělá mistrovské dílo. Jemný stříbrný nebo kontrastní černý proužek dodává těmto dveřím charakteristický prvek, který dokáže sjednotit vizuální styl celého interiéru.

Od 6 590 *Kč*

TALIA



Čistý minimalismus v první řadě. Bezrámové zasklení bez viditelných lišt a rušivých elementů umožňuje vyniknout kráse samotného skla – ať už čirého, mléčného nebo dekorativního.

Od 8 990 *Kč*

BERGAMO



Retro s moderním nádechem. Výrazná lišta na těchto dveřích dokonale doplní skandinávský interiér nebo jakýkoliv prostor inspirovaný nadčasovou estetikou poloviny 20. století.

Od 5 490 *Kč*

ELEGANT



Klidná elegance pro každý domov. Tyto univerzální dveře s různými možnostmi prosklení se stanou nenápadným, přesto důležitým doplňkem vašeho domova a stylu bydlení.

Od 3 990 *Kč*



Postaví, uklidí, vyzdobí

V zimním čísle magazínu Quartier slíbila novinku – a teď ji odhaluje. Tereza společně s Martinem rozšiřuje rodinné podnikání o zcela nový rozměr: kromě stavebních a úklidových služeb se nyní věnují také sezónnímu dekorování interiérů, organizaci domácnosti a detailům, které z bytu dělají skutečný domov. Jak se jejich cesta od montáží oken a prvních zakázek vyvinula až k dnešnímu komplexnímu servisu?

KDYŽ SE TALENT POTKÁ S VIZÍ

Jejich příběh začal docela obyčejně. Martin už od jednadvaceti let pracoval v oboru montáží oken, měl za sebou roky praxe a nemalé zkušenosti. Přesto se jeho talent často ztrácel v anonymitě větších firem. Tereza, která ho poznala právě v této době, okamžitě rozpoznala jeho potenciál. „*Viděla jsem v něm člověka s obrovskými schopnostmi, jehož práce si zasloužila mnohem větší uznání*," vzpomíná na začátky jejich společné cesty.

Spojení těchto dvou osobností se ukázalo jako ideální kombinace – praktické dovednosti a podnikatelská vize vytvořily základ pro něco zcela nového. Tak vznikla první firma M.A.T. Okna a dveře, jejíž název symbolicky spojuje počáteční písmena jejich jmen. Martin A Tereza – jednoduché, ale výstižné pojmenování, které odráží partnerský přístup k podnikání i k životu.

ROZŠÍŘENÍ HORIZONTŮ

Úspěch první firmy však nebyl konečnou stanicí. Tereza cítila potřebu vybudovat něco vlastního, co by bylo bližší ženské perspektivě a potřebám. Stavebnictví je tradičně mužskou doménou, a tak se zrodil nápad na druhý projekt – Úklidnaklik.

„*Chtěla jsem vytvořit prostor, kde budu moci uplatnit své nápady a zároveň navázat bližší vztahy s klientkami*," vysvětluje Tereza svou motivaci. Tento krok se ukázal jako mimořádně prozíravý – obě firmy si dnes vzájemně doplňují služby a fungují jako jeden harmonický celek.

FILOZOFIE KVALITY NAD KVANTITOU

Co odlišuje jejich podnikání od konkurence? Především důsledný důraz na kvalitu práce a osobní přístup ke každému klientovi. „*Raději přijmeme méně projektů, ale každému věnujeme maximální pozornost*," říká Martin. „*Každá zakázka, kterou vezmu, je pro nás výzvou udělat u daného klienta to, čemu říkám wow efekt*," doplňuje Tereza.

Důvěru budují především transparentní komunikací. Od prvního kontaktu mají klienti jasno o cenách, možnostech i termínech realizace. „*Bohužel na trhu často potkáváme mentalitu ‚hlavně že je zaplaceno', ale náš cíl je zcela jiný – chceme být spolehlivým partnerem po celou dobu spolupráce*," zdůrazňuje Martin.

NEZAPOMENUTELNÉ VÝZVY

Mezi nejnáročnějšími projekty zůstává v paměti kulaté okno sloužící jako střecha o průměru asi pěti metrů v jednom nádherném domě na Novém Hradci. „*To byla opravdu výzva pro naše dovednosti*," vzpomíná Martin. Na druhé straně spektra stojí úklidová zakázka v kebab restauraci v Hradci Králové. „*Takhle mastní jsme dlouho nebyli*," směje se Tereza,

ale dodává, že i taková práce má svůj význam a přináší uspokojení z dobře odvedené práce.

KOMPLEXNÍ ŘEŠENÍ POD JEDNOU STŘECHOU

Heslo „Postavíme – uklidíme“ nevzniklo náhodou. Reaguje na konkrétní požadavky klientů, kteří po montáži oken často žádali i úklidové služby. Dnes jejich portfolio zahrnuje prodej a montáž plastových, hliníkových i dřevěných oken, vchodových dveří, skleněných fasád a výloh. Zajišťují kompletní rekonstrukce bytů i výstavbu domů na klíč.

Úklidová divize nabízí nejen standardní generální a pravidelné úklidy, ale i specializované služby jako čištění parou, tepování koberců a sedaček, praní a žehlení. Nově přibyla služba hospodyně přímo v domácnosti a kreativní bytový design. „*Od jara máme novou službu – tou je sezónní dekorování interiéru. Vánoční, velikonoční, podzimní i letní výzdoba včetně květin a bytového textilu, nově i se záclonami a závěsy. Také organizujeme úložné prostory jako zásuvky v kuchyni nebo šatní skříně,*“ odhaluje Tereza budoucí plány.



RODINNÝ BUSINESS V PRAXI

Jak zvládají skloubit rodinný život s vedením dvou firem? „*Rodinný život a vedení dvou firem zvládám jen díky rodině, která mi velmi pomáhá jak s technickými dotazy, tak plánováním či kontrolou plateb a objednávek. Důležité je také důkladné plánování zakázek a kontaktů s klienty versus naplánované dovolené cirka rok dopředu a veškerý volný čas v diáři,*“ vysvětluje svůj time management Tereza.



Martin má na věc trochu jiný pohled: „*Žena musí mít neustále přehled o pracovních zakázkách, termínech a kontaktech. Jakmile je má, doma je klid.*“

RADA PRO ZAČÍNAJÍCÍ PODNIKATELE

Co by Tereza poradila jiným ženám, které uvažují o podnikání? „*Všem ženám, ale celkově všem schopným lidem, co mají energii a možnost, bych doporučila: Pokud máte nějaký nápad na business, běžte do toho!*

VIZE DO BUDOUCNA

Ambice obou podnikatelů směřují k dalšímu růstu, ale opět s důrazem na kvalitu. „*Chceme být vidět a slyšet především v Hradci Králové, Pardubicích a okolí,*“ říká Tereza. Cílem je postupné budování týmu spolehlivých zaměstnanců a rozšiřování okruhu spokojených klientů.

Martin má jasnou vizi pro svou firmu: „*Usilujeme o to, abychom se stali jednou z předních firem v oblasti prodeje a montáže oken se zaměřením na koncové zákazníky.*“

Gabriela Mlynka, foto: archiv



- 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



Přestaňte se bát užívat si život

Podnikatel, moderátor a životní optimista Jiří Volenec spustil nový podcast Enjoy Life. Jeho vize je jasná – inspirovat lidi k tomu, aby si přestali zakazovat radost a dokázali skloubit materiální svět s duchovnem. O tom, proč se bojíme být šťastní a jak najít rovnováhu mezi byznysem a duší, jsme si povídali v jeho nově otevřeném studiu.

Váš podcast Enjoy Life jede každý čtvrtek v šest ráno. To je docela ambiciózní plán…

Chci mít vždy zásobu několika dílů dopředu, abych mohl případně odjet na Bali a cestovat. Už teď mám seznam 65 hostů a díky kontaktům, které jsem za celý život nasbíral, mám kolem sebe spoustu lidí, kterým nemusím dvakrát opakovat pozvání. Máme už natočené díly s Kubou Misíkem, Tomášem Chmelem, Tomášem Čepkem nebo Klárou Novotnou ze Salori.

Co vás vedlo k vytvoření pořadu s touto tématikou?

Celá myšlenka vznikla proto, že jsem chtěl dělat zajímavý pořad s lidmi, kteří už mají dost negativity. Když dnes zapnete jakákoli média, sypou na vás jen samé obavy – co bude s politikou, s penězi, s válkou. Je to neustálé strašení. Moje myšlenka byla jednoduchá: Užívej si život a snaž se vidět svět jinak, zaměř se na to pozitivní.

Jak vznikla vaše značka Enjoy Life?

Před deseti lety jsem byl v Americe, studoval jsem tři měsíce na New York University. Dali mi tam přezdívku „Enjoyman“, protože jsem se pořád smál. První otázka každého byla: „Co bereš?“ Lidé se už přestali smát,



přestali se usmívat na svět. Většinou se vysmívají, ne usmívají. Díky tomu, jak nás s manželkou ovlivňuje Bali a cestování po světě, máme k duchovnu jiný přístup.

Takže nejde jen o byznys a peníze?
Vůbec ne. Ať už sedíte s dětmi u lesa a opékáte buřty, může vás to činit stejně šťastným, jako když poletíte luxusním letadlem do pětihvězdičkového hotelu s těmi nejlepšími službami. Ten pocit štěstí může být úplně stejný. V pořadu vystoupí lidé, kteří nejsou jen úspěšní podnikatelé, ale mají co říct a čím inspirovat. Je to manuál, návod a inspirace pro ostatní.

Jak se vám daří kombinovat materiální svět s duchovnem?
Dokážu být pragmatický materialista – vím, že se musí platit účty, mám zaměstnance, platím jim mzdy, hradím provozní náklady, vytvářím nové produkty. A proti tomu stojí ta druhá stránka: Baví vás ta práce? Proč jste naštvaní? Co můžu udělat, abyste do práce nechodili s odporem? Třeba jim dovezu koláče z pekárny.

Co bylo vaše osobní prozření?
V pětačtyřiceti jsem dokončil vysokou školu a pochopil, že vzdělání je nepřetržitý proces až do konce života. Už vím, jak funguje svět. Nejde o to, že bych získal veškerou moudrost, ale pochopil jsem, že když se budu dál vzdělávat v různých oblastech, budu stále růst, místo abych jen dožíval. Spousta mých vrstevníků mi připadá, že se předčasně smířili se stárnutím – ne že by byli hodnými dědečky pro vnoučata, ale přijali tu roli a už nic nového nechtějí.

Někde jsem si přečetla, že hlásáte: „Nesměješ se? Nedělej." Co to znamená?
S Péťou jezdíme na Bali na různé healingy a transformační rituály. Zeptal jsem se tam šamana: „*Mám skvělou pracovní spolupráci, krásnou finanční odměnu za ni, nemám si na co stěžovat, ale v poslední době mi to už nedává smysl.*" On mě chytil za ruce a řekl: „*Nesměješ se? Nedělej.*" Nejdřív jsem to nechápal, ale když jsem se vrátil domů, došlo mi to. Na následné poradě jsem oznámil, že chci odejít – a nesmírně se mi ulevilo.

Jak se potom změnil váš život?
Přestala mě bolet hlava. Když je člověk zahlcený negativními emocemi, promítá se to do jeho fyzického stavu a nemůže tvořit nic hezkého. Dnes už vím, že nejdůležitější jsem v životě já sám. Musel jsem na sobě hodně pracovat. Manželka mi to řekla jasně: „*Buď na sobě budeš pracovat, nebo spolu nemůžeme být.*"

Chcete prostřednictvím podcastu inspirovat lidi k práci na sobě?
Ano. Zjišťuji, že se často i bohatí lidé bojí si život užít, nebo to před ostatními skrývají. Mně to připadá zbytečné. Věřím tomu, že když se člověk raduje, celé jeho nitro se směje. Smyslem života je přece si ho užívat. Někdo to bohužel pochopí, až když se ocitne v nemocnici. A v tu chvíli určitě nebude litovat toho, že nebyl v sobotu v práci.

Jaké máte plány s podcastem?
Bude to mít dvě roviny. První je ta praktická – pronajímám studio, natáčím podcasty na zakázku. To pokrývá provozní náklady. A pak je tu ta druhá stránka – inspirovat lidi. Chci vytvořit komunitu „Enjoy life" – společenství lidí, kteří chápou, o čem život je. Budu tam sdílet inspirativní věci ze svého života a zkušeností. Zamyšlení nad každodenními situacemi.

Na koho se můžou diváci těšit?
V prvním díle je rozhovor se mnou – vysvětluji, proč jsem se do tohoto projektu pustil. Pak jsem točil třeba s Kubou Misíkem, Tomášem Chmelem, Tomášem Čepkem, Janou Dapecí nebo Klárou Novotnou. Do budoucna bych rád pozval herce a zpěváky. Ale nejde jen o celebrity. Chci tam inspirativní hosty, kteří ve svém slovníku nemají „to mi nepůjde".

Co byste vzkázal lidem, kteří mají problém si život užívat?
Já jako podnikatel jsem si i po třiceti letech v branži vyčítal, že jsem si koupil nové džíny. Tři dny jsem přemýšlel, jestli jsem místo toho neměl raději investovat do vybavení firmy. Neuměl jsem si udělat čas sám pro sebe. Ve chvíli, kdy si začnete život užívat bez výčitek a bezvýhradně, svět se vám otevře.

Gabriela Mlynka
foto: archiv







Letní zkracování a odhalování začíná

Léto je obdobím, kdy odkládáme vrstvy oblečení a saháme po kraťasech, sukních a šatech. Jenže ne každý se cítí připraven ukázat víc kůže – zimní měsíce totiž často zanechají stopy, které bychom raději schovaly. Pro všechny, kdo chtějí své tělo před sezonou rychle a efektivně „vyladit", nabízí Salon Be In v Hradci Králové šikovné řešení. Moderní technologie tu pracují za vás – bez bolesti, bez námahy, a přitom s viditelným výsledkem.

TECHNOLOGIE MÍSTO POTU

Salon Be In se specializuje na neinvazivní metody formování postavy, které využívají nejnovější technologické postupy. Jedním z hlavních taháků je procedura EMS SLIM, která prostřednictvím elektromagnetických impulzů aktivuje svaly tak, že během půl hodiny absolvujete ekvivalent tisíců kontrakcí. Jinými slovy: tělo „cvičí", zatímco vy si v klidu užíváte odpočinku.

Výsledek? Efektivní spalování tuků a posilování svalů, což se projeví úbytkem centimetrů v pase, na stehnech nebo v oblasti břicha. Už po první návštěvě je možné zaznamenat znatelné zpevnění a při opakovaných procedurách se výsledky násobí.

SBOHEM, CELULITIDO

Dalším oblíbeným ošetřením jsou tělové zábaly a anticelulitidní programy. Pomocí speciálních přípravků a masáží se podporuje mikrocirkulace, detoxikace a zpevnění pokožky. Právě kombinace těchto procedur dokáže viditelně zjemnit a vyhladit problematické partie, zejména stehna a hýždě. Pomerančová kůže se stává minulostí – a kdo by nechtěl s klidem obléknout letní šaty či kraťasy bez přemýšlení o drobných nedokonalostech?

PÉČE, KTERÁ HÝČKÁ TĚLO I MYSL

Salon Be In nenabízí jen technologická řešení, ale také příjemnou atmosféru, kde se každý cítí vítán. Klienti (ženy i muži) oceňují individuální přístup, odborné poradenství a důraz na komfort během procedur. Celá návštěva je nejen fyzickou, ale i psychickou vzpruhou – člověk odchází nejen lehčí na váze, ale i s „lehčí" hlavou.

CHCETE RYCHLÉ I DLOUHODOBÉ VÝSLEDKY?

Při správné kombinaci procedur se můžete během jedné návštěvy zbavit několika centimetrů, což je ideální například před dovolenou nebo slavnostní příležitostí. Pro dlouhodobější efekt se doporučuje absolvovat několik sezení a podpořit výsledky lehkým pohybem a zdravou stravou. Díky detoxikačním účinkům si navíc tělo lépe poradí s nahromaděnými škodlivinami, což se projeví nejen na váze, ale i na kvalitě pokožky.

PROČ PRÁVĚ TEĎ?

V létě je ideální čas pustit se do proměny – nejen kvůli estetice, ale hlavně kvůli dobrému pocitu. Ošetření v Salonu Be In nejsou jen o centimetrech, ale o sebevědomí. Ať už si chcete bez ostychu obléknout plavky, nebo se prostě cítit lépe ve své kůži, moderní technologie jsou tady jako šikovný pomocník. Protože někdy stačí málo – pár hodin péče – a člověk je připraven ukázat světu tu nejlepší verzi sebe sama.

Gabriela Mlynka, foto: Zdeněk Puš



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.

Od svatebních příprav k vlastnímu byznysu

Gabriela Urban vybudovala úspěšný byznys jako svatební koordinátorka. Párům pomáhá nejen s organizací a logistikou jejich velkého dne, ale především s tím nejnáročnějším – sladit rodinné vztahy, očekávání a emoce.

Gabrielo, co vás přivedlo k profesi svatební koordinátorky?
Impulsem byla Itálie, kde jsem nějaký čas žila. Na jihu jsem navštívila místní svatby a byla jsem naprosto fascinovaná. Uvědomila jsem si, že u nás podobné možnosti sice existují, ale ne všichni se k nim dostanou. Poslední kapkou pak byla organizace mé vlastní svatby – bez koordinátorky. Tehdy jsem si řekla, že chci párům ušetřit stres spojený s plánováním.

V čem se liší italské svatby od těch pořádaných v České republice?
Na jihu Itálie je svatba absolutním vrcholem. Celé je to hodně nábožensky založené, takže i když je snoubencům třicet pět let, stále žijí odděleně až do svatby. Svatba o pěti stech lidech je tam běžná, tisíc tři sta hostů není výjimka. Funguje to recipročně – všichni přispívají pět set až tisíc eur na hlavu, takže se svatba nejen zaplatí, ale ještě něco zbude na start mladé rodiny.

Prozradíte nám, kdy podle vás stojí za to najmout si koordinátorku?
Poradila bych párům, ať si nejdřív sami zkusí naplánovat proces a upřímně zváží, kolik času tomu chtějí věnovat. Od padesáti hostů už to určitě doporučuji. Do padesáti lidí je to relativně zvladatelné, zejména když je počet hostů omezený kvůli rozpočtu.



Jaké jsou největší výzvy při koordinaci svatby?
Možná vás to překvapí, ale největší výzva je vždycky rodina, ne logistika. Dějí se různé věci – někdo bojkotuje dress code, přijede o hodinu dřív než má, nebo se prostě rozhodne sabotovat atmosféru. Nevěsta mě upozorňovala na strýce z Moravy, že určitě přijede s domácí pálenou, tak ať na něj dohlédnu, aby vydržel svěží alespoň do hostiny. Musela jsem mu tedy zabavit láhev s příslibem, že po hostině ji dostane zpět.

Jak konkrétně řešíte ty rodinné vztahy?
Jsem vlastně filtr mezi rodinou a párem. Předem se s nevěstou domluvím, na koho si mám dávat pozor a co chce, abych pohlídala. Kopu za pár – je to jejich den a chci, aby si ho užili maximálně. Když někdo přijde v džínách na elegantní svatbu, na skupinové fotce ho nenápadně posunu dozadu.

Stalo se vám někdy, že jste musela řešit nějakou vážnou krizi?
Problém je, když je velká svatba na rozlehlém prostoru a hosté se ztrácejí. Třeba areál zámku – je nádherný, ale může se jednat o komplex několika budov. Když je obřad v kapli a hostina v pavilonu, musím hosty doslova nahánět. Na takovou svatbu si beru asistentku a jsme na vysílačkách.

A co děláte, když se pokazí něco opravdu zásadního?
Znám příběhy, kdy někdo vezl dort, zapomněl na něj a vzal moc rychle zatáčku – v kufru měl placku místo dortu (*smích*). Takže sednu do auta a jedu koupit medovník do nejbližšího obchodu, aby bylo co krájet. Koordinátorka prostě musí umět řešit úplně vše a hlavně zachovat klid.



Jaké jsou současné svatební trendy?
Osmdesát procent nevěst chce svatbu jednoduchou, klasickou, v jemných tónech. Místo tradičních kytic jsou teď populární květinové kabelky – kovová obruč s květinami, kterou držíte jako ucho kabelky. A hodně se rozjely kvalitní umělé květiny – na pět centimetrů je nepoznáte od živých, přitom stojí zlomek ceny a vydrží jako vzpomínka navždy.



Gabriela Mlynka,
foto: Veronika Budíková, Karolína Kutnarová

MBDENT

STOMATOLOGICKÁ ORDINACE



MIKROSKOPICKÁ ENDODONCIE

ESTETICKÁ STOMATOLOGIE

- estetické korekce
- fazety
- fotokompozitní výplně
- dentální hygiena GBT
- bělení zubů
- léčba paradontitidy

PARDUBICE | +420 739 003 988 | MBDENT@EMAIL.CZ



25 let Pardubického kraje

Za čtvrt století od svého vzniku prošel Pardubický kraj dlouhou cestu od „hejtmanského hlavičkového papíru" k modernímu regionu s rozvinutým zdravotnictvím, dopravní infrastrukturou a kulturním dědictvím. V rozhovoru se současným hejtmanem Martinem Netolickým a radním Romanem Línkem, který jako první hejtman stál u zrodu novodobého Pardubického kraje, se dozvíte o největších výzvách při budování krajské samosprávy, klíčových krajských investicích za dobu existence i o tom, proč dodnes bojují za spravedlivější rozdělení peněz mezi kraje.

Pane radní, vzpomenete si, co bylo největší výzvou při vzniku Pardubického kraje v roce 2000?

RL: V letech 1960–1990 jsme byli součástí Východočeského kraje s krajským městem Hradec Králové. V roce 2000 jsme tedy začínali v mnohém od nuly a mou hlavní zbraní byl ze začátku jen hejtmanský hlavičkový papír. Teprve postupně mizel stav, kdy existovaly kraje I. a II. kategorie. Oboustranné vztahy s královéhradeckou krajskou samosprávou dnes ale považuji za dobré a partnerské. Snad k tomu přispěl i fakt, že první setkání hejtmanů a vznik Asociace krajů České republiky se před 25 lety uskutečnilo na Labi, na lodi Arnošt z Pardubic, a pozvánku podepsal spolu se mnou i hejtman z „rivalského" Královéhradeckého kraje Pavel Bradík.

Jaké byly tehdy hlavní cíle krajského zřízení a podařilo se je naplnit?

RL: Téměř všechny evropské země mají mezi státem a obcemi jeden nebo i dva stupně územní veřejné správy. U nás byl obnoven krajský mezistupeň 10 let po sametové revoluci. To, co jde spravovat na místní úrovni, spravují dnes obce, například ve školství to jsou mateřské a základní školy. To, co se týká většího území, spravují kraje, v tomto případě střední školy. A to, co využívají občané celého státu, pak vláda prostřednictvím svých ministerstev, tady se to týká vysokých škol. A to se nezměnilo. Samosprávy krajů mají kompetence v oblastech zdravotnictví, dopravy, školství, sociální péče, kultury a celkového rozvoje regionu.

Jak se vůbec změnila role krajů od jejich vzniku po současnost?

RL: Dnes kraje a krajské úřady tvoří spolu s pověřenými městy základní kameny veřejné správy v České republice. To zpočátku tak úplně nebylo. Kraje po svém vzniku nejprve neměly vlastní příjmy a postupně se to legislativně řešilo. S odstupem je jasné, že základní algoritmus, který tehdy ministerstvo financí pro rozdělení daňových příjmů mezi kraje použilo, byl nespravedlivý. Dnes se tato nespravedlnost stává velkým politikem.



Pane hejtmane, vy dlouhodobě upozorňujete právě na nespravedlivé rozdělení financí mezi kraje. Jaký dopad to má na Pardubický kraj?

MN: O změnu rozpočtového určení daní (RUD) usilujeme společně s dalšími regiony už několik let, protože je nutné narovnat letitou nerovnost v příjmech mezi srovnatelně velkými kraji. Není možné, aby byly tak propastné rozdíly mezi obdobně velkými kraji, které však mají zajišťovat obdobný rozsah služeb pro občany. V našem případě by změna znamenala posílení rozpočtu až o 1,4 miliardy korun. Je nutné dodat, že přesně víme, na jaké aktivity v rámci území bychom je použili. Pokud letos investujeme do rekonstrukcí silnic 600 milionů korun, s novým rozpočtem by to mohlo

být minimálně 1,1 miliardy. Chtěli bychom také urychlit opravy 38 mostů ve špatném stavu a odstranit deset mostních provizorií. V oblasti zdravotnictví je naší prioritou nová lůžková část Svitavské nemocnice za 1,1 miliardy korun. Chceme také rozvíjet Orlickoústeckou nemocnici a Pardubickou nemocnici. Změna RUD by nám umožnila investice urychlit bez nutnosti čekat na dotace nebo zvyšovat krajský dluh.

Co považujete za nejdůležitější pro rozvoj kraje za posledních 25 let?

RL: Z mého pohledu je podstatné, že v kraji je po celou dobu jeho existence značná kontinuita. Mohu to objektivně posoudit, protože jsem asi jedním z mála, kdo působí v krajské radě na různých pozicích celých 25 let. Noví členové rady smysluplně navazují na práci těch minulých. A to umožňuje kraji využívat připravené projekty ke spolufinancování z Evropské unie i odjinud, rozvíjet vize a cíle a celkově region posouvat dopředu.

MN: Významných investic za 25 let fungování kraje bylo velké množství. Zcela zásadní jsou pavilony s centrálním urgentním příjmem v Pardubické a Orlickoústecké nemocnici. Zapomenout nesmíme ani na psychiatrické pavilony v Pardubicích a ve



Návštěva prezidenta Václava Havla v roce 2001

Svitavách, řadu moderních výjezdových základen zdravotnické záchranné služby, opravené a moderně vybavené střední školy, obchvaty Chvaletic, Kojic, Dašic, Rokytna a Býště. Takto bych mohl pokračovat dlouhým výčtem. Samozřejmě bychom nebyli schopni tyto stavby financovat bez výrazného přispění Evropské unie, na což se mnohdy zapomíná.

RL: Myslím, že kromě stavebních investic, jsou velmi podstatné také investice do transformace péče o ohrožené děti a do pobytových služeb pro osoby s mentálním



Hejtman jedná s obcemi zasaženými povodněmi na podzim 2024

postižením a s duševním onemocněním. Jsme jedním z mála krajů v republice, který se po vzoru vyspělých zemí v Evropě vydal cestou pryč z ústavů a ústavních dětských domovů a směřuje se všemi službami do prostředí co nejblíže tomu rodinnému.

Když se ohlížíte, co považujete za svůj největší úspěch v práci pro Pardubický kraj?

RL: Za nejdůležitější věci, na kterých jsem se osobně podílel, považuji sloučení pěti krajských nemocnic do jedné akciové společnosti a jejich oddlužení, úspěšný zápis Krajiny koní v Kladrubech nad Labem na seznam UNESCO a také výrazný pokrok při obnově památek a rozvoji kulturních institucí v celém území kraje. Jmenovitě by chtěl zmínit koupi a rekonstrukci hlavní budovy Automatických mlýnů pro Gočárovu galerii a celkovou obnovu Zámku Pardubice, která vyvrcholí v následujících letech.

MN: Za velký úspěch považuji stabilizaci a rozvoj krajského zdravotnictví. To bylo dříve v hlubokých finančních ztrátách a rozdělené do pěti samostatných nemocnic. Díky vytvoření jedné akciové společnosti můžeme investovat do rozvoje přístrojové techniky, ale především nových



pavilonů, ve kterých můžeme poskytovat kvalitní medicínu 21. století. Jsem také hrdý na to, že patříme mezi kraje, které nejlépe využívají možnosti evropských fondů pro svůj rozvoj. Osobně jsem rád také i za projekty, které možná neocení všichni, ale z mého pohledu jsou také důležité. Jedná se na příklad o rozvoj dělostřelecké tvrze Bouda, pravidelné jízdy parních vlaků, přípravu železničního muzea v Dolní Lipce. Jsem však rád za každý krajský projekt, který je pozitivně vnímán veřejností.

A před jakými výzvami Pardubický kraj aktuálně stojí?

MN: Samozřejmě bych si velmi přál, abychom měli k dispozici spravedlivé peníze pro náš kraj, které bychom mohli investovat od Kojic až po Jevíčko či Králíky. V nejbližším období chceme zahájit a úspěšně dokončit velký investiční projekt ve Svitavské nemocnici a pokračovat v rozvojových plánech, které máme připravené pro stávající období krajské samosprávy.

Otázka na závěr: Co je podle vás hlavní předpoklad pro dobrý výkon hejtmanské funkce?

RL: Hejtman musí mít vize, ale pro ně potřebuje získat i ostatní. Sám toho tolik nezmůže jako při dobré spolupráci s celou samosprávou i s úředníky. Politici se mohou měnit, klíčoví úředníci ale mají zůstat a garantovat smysluplné pokračovaní v připravených projektech.

MN: Především je důležité si ve všech ohledech zachovat zdravý rozum a úsudek. Nenechat se „zblbnout“ funkcí a zachovat si kolem sebe okruh lidí, kteří vám nastavují zrcadlo. Pokud vás pohltí prostředí, je to cesta do pekla. Člověk musí zůstat sám sebou.

Gabriela Mlynka,
foto: Ondřej Šlambora, Tomáš Kubelka, archiv



Poslední dny naplněné důstojností

Místo, kde každý den má smysl: Oblastní charita Hradec Králové buduje zařízení, které východočeskému regionu dlouho chybělo. Ředitel Vojtěch Šůstek představuje jedinečný projekt lůžkového hospice, jenž má ambici změnit pohled na důstojnost posledních dní života.

Ve Stěžerách nedaleko Hradce Králové se v těchto dnech intenzivně pracuje na stavbě, která mnohým přinese útěchu a naději. Moderní lůžkový hospic s dvanácti specializovanými lůžky a odlehčovací službou již brzy nabídne komplexní paliativní péči, která v našem regionu citelně chyběla. O tom, jak náročná je cesta od myšlenky k realizaci takového zařízení, jaké překážky bylo třeba překonat a proč má hospicová péče nezastupitelné místo v moderní společnosti, jsme hovořili s Vojtěchem Šůstkem, ředitelem Oblastní charity Hradec Králové.

Co vás vedlo k rozhodnutí vybudovat lůžkový hospic v Hradci Králové?
Projekt lůžkového hospice vzešel z dlouhodobé potřeby zajistit kvalitní a důstojnou péči o pacienty v závěrečné fázi života přímo v našem regionu. Hradecko doposud postrádalo specializované zařízení tohoto typu. Hlavním impulsem byla především snaha vytvořit důstojné prostředí, kde se o pacienty postaráme s respektem, odborností a lidským přístupem.

Pro koho bude toto zařízení určeno a jakou kapacitu nabídne?
Hospicová část bude určena především pro pacienty s nevyléčitelným onemocněním v pokročilém nebo terminálním stádiu a nabídne 12 lůžek. Naším cílem je poskytovat komplexní paliativní péči – nejen tlumení fyzické bolesti, ale i podporu psychickou, sociální a duchovní, a to jak pacientům, tak jejich blízkým. O klienty se bude starat tým složený z lékařů, sester, sociálních pracovníků a psychologů. Součástí projektu je také odlehčovací služba s 8 lůžky, která bude určena pro dočasné převzetí dlouhodobě nemocných do péče.

Jak významný bude tento projekt pro celý region?
Výrazně se zlepší dostupnost specializované paliativní péče, nabídneme rodinám podporu v těžkých chvílích a zároveň ulehčíme přetíženému zdravotnickému systému. Nový hospic také vhodně doplní naši existující Domácí hospicovou péči, kterou poskytujeme již 12 let přímo v domácím prostředí pacientů.

V jaké fázi se výstavba lůžkového hospice momentálně nachází?
Aktuálně dokončujeme hrubou stavbu a začínáme s realizací vnitřních rozvodů sítí a omítek. Těší nás, že se daří dodržovat původní harmonogram výstavby.

Výstavba takového zařízení je finančně náročná. Kdo vše se na financování podílí?
Využíváme vícezdrojové financování. Ministerstvo práce a sociálních věcí nám výrazně přispělo na odlehčovací lůžka, Královéhradecký kraj nám poskytl pozemek a přispěl částkou 60 milionů korun. Statutární město Hradec Králové schválilo podporu ve výši 30 milionů a více než 10 milionů jsme získali od Biskupství královéhradeckého. Oslovujeme také spádové obce a města v regionu. Nedávno nás významnou částkou podpořila společnost Alza.cz. Menší příspěvky jsme získali od mnoha dalších firem a individuálních dárců.

Kolik prostředků ještě potřebujete získat na dostavbu?
V současné chvíli nám zbývá na samotnou dostavbu hospice včetně kompletního vybavení získat ještě zhruba 15 milionů korun.

Jakým způsobem mohou lidé pomoci s dokončením projektu?
Možností je několik. Jednotlivci mohou přispět finančním darem, jednorázově či pravidelným příspěvkem, případně se zapojit jako dobrovolníci a nabídnout svou pomoc v konkrétních aktivitách. Soukromé firmy mohou





pomoci formou daru či sponzoringu. Široká veřejnost může přispět jakoukoliv částkou použitím QR kódu na náš transparentní účet. Každá forma podpory, ať už krátkodobá nebo dlouhodobá, je pro nás nesmírně cenná.

Chystáte v nejbližší době nějaké benefiční akce na podporu výstavby?
Ano, v červnu proběhne již tradiční kamínková aukce, která je součástí festivalu Regiony. Na podzim pak pořádáme benefiční koncert kapely Vesna v Petrof Gallery a každoroční divadelní představení pražského Studia DVA v Klicperově divadle. Výtěžek z těchto událostí poputuje právě na dokončení výstavby hospice. Prostřednictvím těchto benefičních akcí také informujeme širokou veřejnost o našem projektu. Podrobnosti o připravovaných akcích zájemci najdou na našich webových stránkách www.charitahk.cz nebo na sociálních sítích.

Co byste vzkázal těm, kteří váhají, zda mohou nějak pomoci?
Každý příspěvek, i ten nejmenší, má skutečný dopad. Podpora od každého z vás pomůže zlepšit péči o pacienty a umožní nám poskytovat kvalitnější služby těm, kteří to nejvíce potřebují.

Hospicová péče je citlivé téma. Jak vy osobně vnímáte její roli ve společnosti?
Hospicová péče je pro mě neoddělitelnou součástí lidskosti a úcty k druhým. Jsme natolik bohatá společnost, že si můžeme dovolit poskytnout lidem v těžkých chvílích jak fyzickou úlevu od bolestí, tak i emocionální a duchovní podporu. Když jsme se byli inspirovat v hospicích v sousedním Německu, zazněla tam jedna krásná myšlenka: není důležité, kolik člověku zbývá dní, ale jak je naplní – a k tomu bychom měli přispět i touto službou. Hospicová péče tedy pro mě není jen otázkou zdravotní a sociální služby, ale i morální odpovědnosti.

Co vás osobně nejvíce motivuje dovést tento projekt do zdárného konce?
Mou hlavní motivací je vidět, jak se po mnohaletém úsilí naše vize stává skutečností a jak tímto projektem můžeme výrazně zlepšit kvalitu života lidí v poslední fázi jejich cesty. Věřím, že náš hospic poskytne důstojné místo v doprovázení, kde se klienti mohou cítit v bezpečí, obklopeni profesionály a dle možností i svými nejbližšími.

Existují nějaké mýty o hospicové péči, které byste rád uvedl na pravou míru?
Jeden z rozšířených mýtů je, že hospicová péče je určena jen pro velmi staré nebo umírající pacienty. Ve skutečnosti je paliativní péče vhodná i pro mladší lidi s nevyléčitelnými nemocemi.

Kdy by hradecký lůžkový hospic mohl přijmout první pacienty?
Pokud vše půjde podle plánu, očekáváme, že první klienty přivítáme přibližně od druhého pololetí roku 2026.

Jaké máte plány s Oblastní charitou Hradec Králové do budoucna, po dokončení tohoto projektu?
Po dokončení hospice máme ambice rozvíjet a zlepšovat nejen paliativní péči, ale i další oblasti zdravotní a sociální pomoci, které Oblastní charita Hradec Králové poskytuje. Celkem zajišťujeme 2 zdravotní a 11 sociálních služeb. Například pro lidi bez domova rozšiřujeme tým terénní sociální rehabilitace, který bude podporovat klienty v samostatném bydlení, a pro tyto účely se snažíme zajistit vhodné byty.



Gabriela Mlynka,
foto: archiv Oblastní charity Hradec Králové

Prostřednictvím QR kódu
můžete přispět na výstavbu hospicu.

Nemůžu žít bez...

Bez čeho a koho si neumí představit svůj život influencer a milovník vaření Ondřej Zahaluk? Zeptali jsme se přímo a tady je jeho sedmička, bez které se zkrátka neobejde.

Rodina
Rodina je jako strom. Může mít stovky větví, ale kořen má jen jeden. Nesmírně si vážím, že mám úplnou rodinu, protože vím, že někdo to štěstí nemá. Jsou pro mě vším a já ze srdce děkuji svým rodičům, že mi dali správný stavební kámen do života, který je v dnešní době tak důležitý.



Přátelé
Umíte si představit, že byste byli na všechno sami? Moji přátelé a především moje „bestie", jak se dnes říká, mi dokáží upřímně říct, proč ano či ne. Upřímnosti si u nich cením, protože jsou to právě oni, kdo mě posouvá správným směrem dál.

Práce
Kdybych nepracoval a stále něco nedělal, tak to nejsem já. Snažím se ve volných chvílích vymýšlet, co dalšího podniknu. Na práci jsem si ale hodně dlouho zvykal. Jako teenager jsem si spíše užíval svobodné nicnedělání. To se ale všechno změnilo a já jsem za to moc rád, protože bez práce nejsou koláče. A u mě ty koláče jsou opravdu doslova.

Koníčky
Moje koníčky byly od dětství hudba, zpěv, vaření a fotografování. Vše mi zůstalo až doteď. Víte, jak jsem šťastný a vděčný? Vidím to na ostatních, že jejich sny a koníčky po dvacítce odešly neznámo kam. Hodně lidí něco začne a chtějí výsledky hned. Tak to ale nefunguje. Důležité je setrvat a radovat se z maličkostí. Založil jsem si svoji instagramovou kuchařku: Ondrovu Hudební Kuchařku @ondrovahudebni a tam mám prakticky všechny koníčky pohromadě, bez kterých jako bych nežil.

Jídlo
Pestrost, rozmanitost a barevnost. O jídle bych mohl vyprávět dlouhé hodiny. Pro mě

jídlo není jen fyzická potřeba, ale kulturní zážitek, který si můžu dopřát každý den a vždy to bude jiné. Miluji domácí kuchyni, ale rád si zajdu na dobrou večeři ven.



Hudba

Jeden den bez hudby? Tak to ani náhodou! Je vlastně všude kolem mě a věřím, že vždy bude. Nedokážu si představit vyjít ven bez sluchátek. S hudbou je najednou svět barevnější a můžu vidět barvy, které bych za normálních okolností neviděl. Každoročně pořádám vánoční benefiční koncert pro Oblastní charitu Pardubice, který mě naplňuje hřejivým pocitem po celý rok. A víte, že začínám trénovat právě v těchto týdnech? Venku je teplo, ale já se ponořím do zimního vánku a vánoční skladby mě hezky ochladí.

Letní destinace

Moře, slunce a pláže jsem si zamiloval teprve nedávno. Okouzlily mě řecké ostrovy jako například Kréta, Samos či Korfu. Jsou to místa, do kterých se rád vracím a čerpám energii do dalších projektů. Létám tam převážně za skvělou gastronomií, odkud jsem si přivezl hodně nápadů a zajímavých chutí.

Gabriela Mlynka, foto: archiv Ondřeje Zahaluka

Ondřej Zahaluk

pochází z Vysokého Mýta, ale už více než jedenáct let žije v Pardubicích. Od dětství ho provází láska ke zpěvu, vaření a fotografování – a všechny tyto vášně ho provázejí dodnes. V roce 2019 založil instagramovou kuchařku s názvem @ondrovahudebni, kde pravidelně sdílí vlastní videorecepty. Na profilu už najdete přes 500 pokrmů, které Ondřej nejen uvařil, ale také nafotil. Letos navíc vyšla jeho první e-kuchařka, kterou kompletně vytvořil sám – od receptů přes fotografie až po texty. Ondřej má rád kontakt s lidmi, a tak není překvapením, že pracuje ve vinotéce. Kromě toho každoročně pořádá vánoční koncert na podporu Oblastní charity Pardubice. Celý výtěžek z této akce vždy putuje na dobrou věc – pomáhat tam, kde je to potřeba.

inzerce

20 | 9 | 2025
od 10.00 do 19.00 hodin
Smetanovo nábřeží, náplavka
a park na náměstí 5. května v Hradci Králové
Butterfly
s podporou Hradce Králové
CHUŤ PODZIMU
s pivovarem Hradecký Klenot

PŘIJĎTE SI VYCHUTNAT SKVĚLÉ JÍDLO A NÁPOJE A UŽÍT SI PŘÍJEMNOU ATMOSFÉRU V SAMÉM CENTRU HRADCE KRÁLOVÉ.
www.butterfly-agency.cz
@AgenturaButterfly
@AgenturaButterfly
Titulární partner: Klenot
Generální partner: DekomSystem
Dodavatel akce: Hradecké služby a.s., Královéhradecká provozní
Partner: Generali Česká pojišťovna, Povodí Labe
Partner programu: Krajská rada seniorů Královéhradeckého kraje
Kreativní partner: MAXX
Hlavní mediální partner: Quartier
Mediální partner: Salonky, Beat Radio

Citronové pokušení

Sluncem prozářená žlutá probouzí smysly a přináší s sebou příslib svěžesti a elegance. Nechte se okouzlit kolekcí výjimečných produktů, které září jako letní den a dodají vašemu šatníku i domovu nádech luxusní lehkosti. Citronový odstín nikdy nebyl tak svůdný. Ponořte se do světa rafinovaného stylu, kde každý detail vypráví příběh vytříbeného vkusu a nadčasové krásy.



VÁZA

designspot.cz
2 590 Kč



NÁRAMEK

hermes.com
24 100 Kč



LODIČKY

farfetch.com
27 950 Kč



PLAVKY

zalando.cz
2 090 Kč



KABELKA

vestiairecollective.com
74 990 Kč



VONNÁ SVÍČKA

parfumdreams.cz
2 290 Kč



OLEJ NA RTY

dior.com
1 150 Kč



Zůstaňte ve flow

Letní období přináší nejen sluncem prozářené dny a teplé večery, ale také specifický fenomén, který mnozí z nás důvěrně znají – prázdninovou mánii. Jedná se o zvláštní stav, kdy se snažíme do několika týdnů volna vtěsnat nepřeberné množství aktivit, zážitků a setkání. Výsledkem bývá paradoxně vyčerpání místo kýženého odpočinku. Jak si udržet produktivitu, vnitřní klid a zůstat ve stavu flow i během hektického léta? Pojďme se podívat na několik osvědčených strategií, které vám pomohou přečkat toto období s grácií a elegancí.

CO VLASTNĚ ZNAMENÁ BÝT „VE FLOW“?

Stav flow, jak jej popsal psycholog Mihaly Csikszentmihalyi, představuje optimální mentální rozpoložení, kdy jsme zcela ponořeni do činnosti, kterou vykonáváme. Čas jako by plynul jinak, soustředění je naprosté a pocit uspokojení maximální. Je to zóna, kde se setkává výzva s našimi schopnostmi v dokonalé rovnováze.

Pro člověka, který balancuje mezi rodinným životem, kariérou a společenskými povinnostmi, je schopnost navodit a udržet tento stav klíčová nejen pro profesní úspěch, ale především pro duševní pohodu. Jenže právě v létě bývá tento harmonický stav narušen množstvím externích vlivů a očekávání.



PROČ PRÁZDNINOVÁ MÁNIE VZNIKÁ?

Psychologické pozadí tohoto jevu je fascinující. S příchodem teplejších dnů a volnějšího režimu narůstá také společenský tlak na maximální využití každé minuty. Sociální sítě přetékají dokonalými zážitky ostatních, čímž prohlubují náš pocit, že i my musíme zažít něco mimořádného.



Dalším faktorem je paradox výběru – když máme příliš mnoho možností, rozhodování se stává vyčerpávajícím a často vede k horším výsledkům než omezená nabídka. Letní měsíce nabízejí nespočet lákadel, od exotických destinací přes kulturní festivaly až po rodinné oslavy a společenské události.

PĚT PILÍŘŮ LETNÍ ROVNOVÁHY

1. Vědomé plánování s prostorem pro spontánnost a svobodu.
Nadcházející sezónu začněte přípravou vyvážené mapy aktivit. Nejde o to zaplnit každý den programem, ale naopak – vytvořit strukturu, která vám poskytne oporu a zároveň dostatečnou flexibilitu.

Efektivní strategie spočívá v rozdělení letního období na tematické bloky. Věnujte jeden týden rodině, další osobnímu rozvoji, další odpočinku. Takto strukturovaný čas umožňuje hlubší ponoření do každé aktivity a snižuje mentální zátěž spojenou s neustálým přepínáním kontextů.

2. Kultivace umění říkat „ne“
Asertivita představuje jednu z nejdůležitějších dovedností moderního člověka. V kontextu letní sezóny nabývá ještě větší důležitosti. Pozvání na zahradní párty, vernisáže, víkendové výlety – každá z těchto událostí může znít lákavě, ale v součtu mohou vytvořit neudržitelný koktejl povinností.

Praktické cvičení: Sestavte si mentální (nebo skutečný) seznam priorit pro toto léto. Pokaždé, když vás někdo někam pozve, konfrontujte tuto nabídku se svým seznamem. Pokud aktivita neodpovídá vašim prioritám, zdvořile odmítněte.

3. Technologický detox jako cesta k autentickému létu
Notifikace, e-maily, zprávy, sociální média – digitální svět nikdy nespí a zvláště během dovolených může paradoxně zvyšovat stres. Fenomén FOMO (fear of missing out – strach z promeškání) dosahuje během léta svého vrcholu.





Vytvořte si protokol pro používání technologií během volných dnů. Stanovte si konkrétní časová okna pro kontrolu zpráv, omezte přístup k pracovním e-mailům a zvažte instalaci aplikací, které monitorují a omezují čas strávený na sociálních sítích.

4. Mikrodobrodružství místo grandiózních plánů

Současný trend mikrodovolenek představuje elegantní řešení prázdninového dilematu. Místo jedné dvoutýdenní dovolené, která často vytváří enormní očekávání a následně stres, rozvrhněte si léto do série menších výletů a zážitků.

Inspiraci pro mikrodobrodružství můžete čerpat z mnoha zdrojů – od specializovaných průvodců po aplikace zaměřené na lokální cestování. Klíčem je objevovat neobvyklá místa v dosahu jednoho či dvou hodin jízdy od vašeho bydliště.

5. Vědomá kultivace stavu flow

Stav flow lze aktivně podporovat správně zvolenými technikami. Základem je identifikace aktivit, které vám tento stav přirozeně navozují. Pro někoho to může být kreativní tvorba, pro jiného sport nebo intelektuální činnost.

Dopřejte si čas na aktivity, které vás zcela pohlcují. Může jít o zahradničení, malování, hru na hudební nástroj nebo jakoukoliv jinou činnost, při které ztrácíte pojem o čase. Pravidelné zařazování těchto aktivit do vašeho letního harmonogramu posílí vaši schopnost dosahovat stavu flow i v jiných oblastech života.



LETNÍ WELLNESS PRO TĚLO I DUŠI

Léto představuje ideální příležitost k investici do vlastního zdraví a pohody. Wellness však neznamená pouze návštěvu luxusních lázní – skutečná cesta k harmonii spočívá v promyšleném přístupu k výživě, pohybu, odpočinku i sociálním vztahům.

Základem letní vitality je sezonní stravování zaměřené na lokální produkty. Hradecké farmářské trhy nabízejí bohatý výběr kvalitních surovin, ze kterých můžete připravit osvěžující studené polévky, kreativní saláty nebo lehké grilované pokrmy. Místo těžkých jídel vsaďte na čerstvé ovoce a zeleninu, která vašemu tělu dodá energii bez pocitu přetížení.

Fyzickou aktivitu přesuňte z klimatizovaných prostorů do přírody. Ranní jóga v parku, plavání v přírodních koupalištích nebo večerní procházky podél řeky podporují harmonii s přirozenými rytmy a dodají vám více energie než intenzivní lekce ve fitness centrech.

Kvalitní spánek zůstává základním pilířem letní pohody, ačkoliv ho horka a prodloužené večery mohou narušit. Investujte do zatemnění ložnice, lehkého povlečení a případně klimatizace. Hodinu před spaním omezte sledování obrazovek a vytvořte si uklidňující rituál – četbu, meditaci nebo aromaterapii.



Letní období přináší i intenzivnější společenský život. Abyste si užili setkání s přáteli a rodinou bez pocitu vyčerpání, naučte se stanovovat hranice a vybírejte aktivity, které vás skutečně naplňují, místo těch, které děláte pouze z povinnosti.

Nezapomínejte na pravidelné momenty ticha a introspekce. Ať už se jedná o ranní meditaci na terase, odpolední čtení v zahradě nebo večerní psaní deníku, tyto chvíle samoty vám pomohou zpracovat dojmy z intenzivního letního období a udržet vnitřní rovnováhu. Wellness totiž začíná uvnitř – teprve když najdete harmonii se sebou samými, můžete ji sdílet s ostatními a naplno si užít všech radostí, které léto nabízí.

PROFESNÍ ŽIVOT BĚHEM LÉTA

I když se může zdát, že léto není ideálním obdobím pro kariérní růst, opak může být pravdou. Mnoho konkurentů mentálně „vypíná“, což vytváří příležitost pro ty, kteří zůstávají ve hře a dokážou kombinovat odpočinek s produktivitou.

Pokud pořádáte letní garden párty nebo rodinné setkání, zjednodušte si přípravu a ušetřete energii pro důležitější věci. Využijte služeb cateringových společností, sdílejte organizační povinnosti s dalšími účastníky nebo zvolte formát večeře, kde každý přispěje svým pokrmem. Tím získáte více času na vlastní rozvoj.



Přesuňte své profesní vzdělávání do inspirativního prostředí. Poslouchejte odborné podcasty během ranního běhu, čtěte knihy o osobním rozvoji u bazénu nebo se zúčastněte online kurzů z pohodlí letní terasy. Kombinace učení s příjemným prostředím zvyšuje efektivitu a dlouhodobé zapamatování informací.

Konec léta se často pojí s pocitem melancholie a obtížným návratem do běžného rytmu. Naplánujte si poslední týden letních prázdnin jako přechodové období, kdy postupně obnovujete pracovní povinnosti, začínáte dříve vstávat a vracíte se k běž-



ným rutinám. Snažte se přenést některé aspekty letního životního stylu i do podzimních měsíců – pokračujte v ranních procházkách, pravidelně si dopřávejte čerstvé květiny nebo si zachovejte zvyk večeřet na balkoně, dokud to počasí dovolí.

Klíčem k úspěšnému propojení práce a léta je stanovení jasných priorit a hranic. Vytvořte si systém, kdy část dne věnujete produktivním aktivitám a zbytek času si skutečně užíváte bez pocitů viny. Tato rovnováha vám nejen pomůže udržet konkurenční výhodu, ale také zajistí, že se na podzim vrátíte plní energie a nových nápadů, zatímco ostatní budou teprve překonávat prázdninovou únavu.

Gabriela Mlynka, foto: archiv

Živé řeky pro živý Hradec

České řeky tekoucí městy prošly během posledního století v mnoha případech dramatickou proměnou. Technokratický přístup je proměnil v betonové žlaby, které sice efektivně odvádějí vodu, ale ztratily veškerou svou přirozenou krásu a funkci. Spolek Živé řeky, který založili advokát, podnikatel a poslanec Pavel Staněk a krajinářský architekt Tomáš Jiránek, představuje opačný směr – cestu zpět k harmonii mezi člověkem a řekou a také k tomu, aby se řeky v Hradci Králové staly znovu živou součástí města. O tom, jak navrátit řekám energii a co vše mohou naopak ony dát městu jsme si povídali s Pavlem Staňkem.

Co vás inspirovalo k založení spolku Živé řeky?

Řeky jsou prostě úžasná věc. V Hradci máme Labe a Orlici – tedy hned dvě krásné řeky, které městem nejen protékají, ale vlastně ho z velké části utvářejí. Dlouho jsme si kladli otázku: Proč se na ně často zapomíná, když přitom mají takový potenciál pro život ve městě? Vidíme, jak to v jiných městech funguje. Z tohoto společného mudrování vznikl spolek Živé řeky – chtěli jsme, aby se o řekách víc přemýšlelo jako o živé součásti města, která má co nabídnout lidem, přírodě i kultuře. Podařilo se nám získat i ambasadora – architekta Davida Vávru.



Jaké konkrétní projekty spolek aktuálně realizuje?

Snažíme se být ideovou platformou mezi městem, odborníky a veřejností. Vedeme debaty o tom, jak nejlépe začlenit řeky do plánování města, a připravujeme akce, které ukážou, co všechno se dá s řekou zažít. Chceme zlepšit přístup k vodě, oživit břehy nejen pro procházky, ale i pro sport, kulturu nebo posedávání. Bavíme se o plovoucích vorech, vodních taxi… Samozřejmě všechno s ohledem na přírodu a charakter místa.



Jak zapojujete veřejnost do aktivit?

Zatím jsme se soustředili na odbornou veřejnost – architekty, zástupce města a obcí na toku Labe. Připravujeme ale i aktivity pro širokou veřejnost, diskuse a akce s neformálnějším tónem. Chceme, aby lidé vnímali řeku jako „svoji“. Když si někdo řekne: „Tam se rád procházím, tam jsme měli piknik“, je to přesně ono. Rozvíjí se i spolupráce se školami, umělci… každý, kdo má chuť něco kolem řeky dělat, je vítaný.

Jaké jsou největší výzvy při prosazování vašich cílů?

Spolek funguje asi rok, ale už nyní je zřejmé, že hlavní výzvou je dostat řeku do „radarů“ všech, kdo něco ve městě plánují. Často se řeší jen jednotlivé parcely nebo úseky, ale řeka je propojený živý organismus. My se snažíme vnést celkový pohled – spojit krajinu, město a konkrétní místa. Zvládáme to hlavně dialogem, trpělivostí a zapojováním lidí. Není to sprint, je to maraton.

Jaké máte plány do budoucna?

Za deset let bychom rádi viděli řeky v Hradci jako nedílnou součást života lidí. Aby se dalo u řeky sednout s knížkou, projet se na kole, potkat sousedy, pustit děti na břeh nebo svést se vodním taxi, aniž by se člověk bál o bezpečnost nebo přírodu. Aby řeky nebyly bariérou, ale spojnicí. A hlavně – aby si lidé řeky zamilovali a starali se o ně jako o něco, co k nim patří.

(red),
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

Moje místo

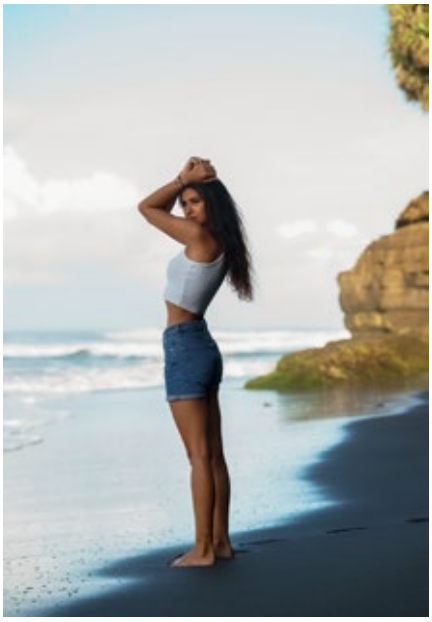
Jsou místa, která na vás dýchnou. Místa, která vás chytí za srdce, a potom místa, která se stanou vaší nedílnou součástí. Jakému místu propadla influencerka a vášnivá cestovatelka Veronika Švadlenková a proč tomu tak je?

Jaké je vaše nejoblíbenější místo a čím si vás získalo?
Pláž na Pererenanu při západu slunce. Ten moment, kdy slunce mizí a svět kolem zpomalí. Sedím bosá v písku, kolem mě surfaři, smích, písnička z plážové restaurace, která vás chytne za srdce, kokos v ruce a úplný klid uvnitř. Je to moje nejvíc. Českou alternativou je pro mě „vrchol" nad naší Sečskou přehradou. Pohled na vodu je podle mě jedna z málo doceněných věcí – v tom momentě je klid.

Vzpomenete si na jeho první návštěvu?
Ano. Při mojí první návštěvě Bali. Měla jsem to štěstí, že i když jsem na Bali odlétala sama, svět je jedna velká vesnice, takže mi to místo ukázal známý, který už na ostrově nějakou dobu žil. Seděla jsem na pufíku a koukala na západ slunce – ztracená v životě, v sobě – ale byla jsem tam. Vděčná a pyšná na to, kam mě život zavál.

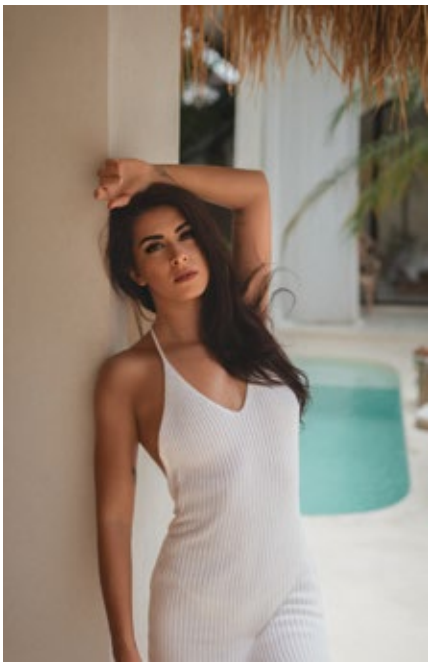
Co si tam žádný návštěvník nesmí nechat ujít?
Výšlap na Mount Batur. Je to dřina – budík kolem třetí ráno a nohy, které bolí ještě druhý den. Ale ten východ slunce, kdy se obloha barví do zlaté a mlha se zvedá z údolí… to se vám zapíše pod kůži.

Jaká místa vás mimo to nejvíce zaujala?
Umbria v Itálii – moje dětství a tichý poklad Itálie. Místa, která nejsou v turistických průvodcích, ale znají vás podle jména v kavárně. A Amsterdam. Mám tam rodinu, ale hlavně to město ve mně zůstává. Je jiné – svobodné, inspirativní, bez přetvářky.



Vzpomenete si, jaký jste si z cest odvezla největší zážitek?
Možná to není jeden konkrétní, ale ta chvíle, kdy jsem si poprvé na cestách uvědomila, že podnikání se dá řídit odkudkoli, když se toho člověk nebojí a staví ho na důvěře a smyslu. Byl to moment svobody, ale taky sebedůvěry. Ten se nezapomíná a drží víru v horších chvílích.

A jaký jste si dovezla nejzajímavější suvenýr?
Pletený náramek s dřevěným korálkem na ochranu ze Singapuru. Procházela jsem



si singapurskou čínskou čtvrť a zlákal mě jeden z místních krámků naproti chrámu s nápisem „Lucky Tassel“. V Singapuru jsou tyto přívěsky pro štěstí na každém rohu. Náramek jsem o rok později nechala udělat i zbytku rodiny, a když jsem svůj ztratila, poprosila jsem kamaráda, který tam tou dobou byl, aby mi ho dovezl. Jedna z mála materiálních věcí, ke které mám opravdu citový vztah.

Jsou místa, kam se ráda vracíte, nebo spíš raději objevujete nová?
Ráda se vracím tam, kde mi bylo dobře – kde se napojím na sebe, i když jsem původně jela jen na pár dní. Ale miluju i objevování. Ne kvůli sbírání destinací, ale kvůli lidem, náhodám a té inspiraci, která vždycky přijde neplánovaně. Protože když se otevřete světu, příležitosti a lidé k vám začnou chodit sami.

Prozradíte našim čtenářům, kam se chcete podívat příště?
Mexiko. Je to dlouho v mém hledáčku – kvůli energii, kultuře a jídlu. A taky bych se chtěla vrátit do Itálie. Tentokrát spíš dolů na jih, kde jsem už dlouho nebyla. Ráda se ale vrátím i na Bali. Protože některá místa v sobě mají víc, než stačíme objevit při jedné návštěvě. Miluji cestování, je to součást mého lifestylu.

Gabriela Mlynka,
foto: archiv Veroniky Švadlenkové





Veronika Švadlenková

je influencerka, která tvoří, podniká a cestuje. Ráda jde do hloubky – ať už v tématech, vztazích nebo nápadech. Miluje momenty, které se nedají naplánovat, a práci, která má smysl. Kousky svého života sdílí na Instagramu tak, jak přicházejí – opravdově. Nechce žít na efekt, ale naplno. Cestování je pro ni způsobem, jak si to neustále připomínat.



Rodinná klinika reprodukční medicíny

Využijte vstupní konzultaci zdarma

www.arleta.cz





Jsme tu, abychom vám pomohli splnit sen o úplné rodině.



Podpora plodnosti

Naší snahou je v první fázi podpořit Vaši přirozenou plodnost. Využíváme osvědčených alternativních metod, které jsou neinvazívní, bezpečné a mnohdy efektivní.

Léčba neplodnosti

Využíváme přísně individuálně špičkové klinické postupy a laboratorní technologie v rámci in vitro fertilizace včetně preimplantačního genetického testování embryí tam, kde je to důležité.

Uchování plodnosti

Můžete spolu s námi zvážit možnost uchovat svoji plodnost, zejména pokud nemáte stále vhodného životního partnera, či partnerku, jste konfrontováni se vznikem vážné nemoci, nebo se chystáte k profesionální kariéře a reprodukční snahy jste nuceni o několik let odložit.

Dárcovský program

Anonymní dárcovství vnímáme v podmínkách současné legislativy ČR za unikátní možnost, jak pomoci k dítěti u těch jedinců, kteří vlastní zárodečné buňky již nemají.



ARLETA

ARLETA IVF, s.r.o.
Komenského 702
Kostelec nad Orlicí

+420 494 323 420
arleta@arleta.cz
www.arleta.cz

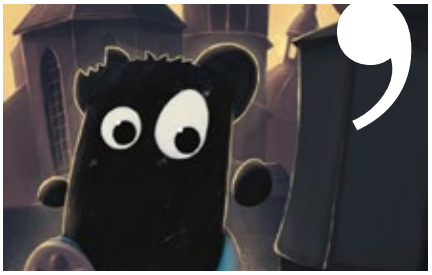
Stalo se na východě Čech

Jaro přineslo nejen rozkvetlou krajinu, ale i pestrou paletu událostí, které oživily kulturní, společenský i sportovní život východních Čech. Vybrali jsme pro vás šest nejzajímavějších momentů, které hýbaly regionem v uplynulých týdnech.



PARDUBICKÉ HUDEBNÍ JARO OSLAVILO KLASIKU

Koncem března odstartoval 47. ročník festivalu Pardubické hudební jaro. Komorní filharmonie Pardubice nabídla divákům sérii koncertů v historických prostorách, jako je pardubický zámek či Gočárova galerie. Vrcholem programu bylo vystoupení mezinárodně uznávaného souboru Janoska Ensemble. Festival opět potvrdil svou pozici jedné z nejvýznamnějších hudebních událostí regionu.



MEDVĚD WRR PROVEDL DĚTI DĚJINAMI HRADCE KRÁLOVÉ

Městská knihovna v Hradci Králové představila originální komiksový průvodce, který vznikl u příležitosti oslav 800 let města. Publikace s názvem 800 let Hradce Králové s medvědem Wrr hravou formou seznamuje děti s historickými milníky města. Nechybějí komiksy, kvízy ani výpravné ilustrace. Novinka se setkala s pozitivními ohlasy nejen u malých čtenářů, ale i u rodičů a pedagogů.



HASIČI OTEVŘELI DVEŘE VEŘEJNOSTI

V sobotu 25. května se v rámci Dne otevřených dveří Hasičského záchranného sboru Královéhradeckého kraje otevřely brány hasičských stanic po celém regionu. Návštěvníci si mohli prohlédnout techniku, zázemí i výstroj, ve které hasiči denně zasahují. Akce měla za cíl přiblížit práci profesionálních záchranářů dětem i dospělým a posílit povědomí o bezpečnosti a prevenci.



FESTIVAL ROSTLIN ROZKVETL V PARDUBICÍCH

Víkend 17. a 18. května patřil v Pardubicích milovníkům květin a zeleně. Festival rostlin přilákal tisíce návštěvníků, kteří si mohli pořídit rostliny za výhodné ceny, načerpat rady od odborníků nebo se zúčastnit tematických workshopů. Nádvoří i přilehlé prostory zaplnily stánky s rozkvetlými keři, bylinkami, sukulenty i květinovou dekorací.



KOVÁŘSKÉ ŘEMESLO OŽILO NA PARDUBICKÉM ZÁMKU

Březen se na pardubickém zámku nesl ve znamení kovu. V rámci tematické akce “Březen – měsíc kovu” se konaly výstavy, interaktivní dílny a přednášky věnované zpracování kovových materiálů. Návštěvníci mohli obdivovat historické zbraně, nástroje a unikátní exponáty, včetně čerkeské zbroje, a nahlédnout do tajů tradičního kovářského řemesla.



TURISTICKÝ POCHOD PŘES TŘI HRADY OSLAVIL 51. ROČNÍK

Již po jednapadesáté se 10. května konala oblíbená turistická akce Přes tři hrady. Pořadatelé z Klubu českých turistů připravili pěší i cyklotrasy různé náročnosti, které vedly krajinou Orlických hor a propojily historické lokality. Na trasách panovala přátelská atmosféra a celá akce potvrdila, že tradice turistiky ve východních Čechách stále žije.

5 LET GARANCE

Nekupujte zajíce v pytli!



Across
větší, než čekáte

Vitara
SUV na cesty i necesty

S-Cross
rodinný crossover

Swift
stylovka na každý den

Vsaďte na Suzuki

Naše vozy jsou synonymem osvědčené kvality, zárukou spolehlivosti a s jistotou výhodných a férových podmínek bez skrytých překvapení.

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

SUZUKI

AUTOREGINA

Emise CO_2 (WLTP), kombinovaná spotřeba Suzuki Swift 1.2 Dualjet: 98–99 g/km, 4,4 l/100 km; Suzuki S-Cross 1.4 Boosterjet: 121–122 g/km, 5,4 l/100 km; Suzuki Vitara 1.4 Boosterjet: 119–120 g/km, 5,3 l/100 km; Suzuki Across 2.5 Plug-in Hybrid: 22 g/km, 1,0 l/100 km. 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.

REGINA,a.s.

Bratří Štefanu 492, Hradec Králové tel. 495 845 304
prodej.suzuki@autoregina.cz , www.autoregina.cz

Autorizovaný prodej a servis automobilů SUZUKI

Jarní zastavení

Jaro přineslo do východních Čech svěží energii, rozkvetlé aleje i spoustu kulturních zážitků. A i když se teď už těšíme na letní festivaly, ohlédněme se ještě za třemi akcemi, které nám letošní jaro rozhodně zpříjemnily.



CHUŤ PODKRKONOŠÍ

V polovině května se Žireč u Dvora Králové nad Labem proměnila v centrum vůní, chutí a řemeslného umění. Festival regionálních produktů v areálu Domova sv. Josefa potěšil milovníky lokální gastronomie i tradiční výroby. K ochutnání byly dobroty z celého Podkrkonoší – od piv z pivovaru Tambor přes medovinu až po ručně vyráběné sirupy, sýry či koláče. Doprovodný program včetně divadla, hudby a otevřených expozic (například bylinkové zahrady Josefa Kamela) udělal z akce příjemné celodenní zastavení pro celou rodinu.





HRADEC ROZVLNIL MAJÁLES

Tradiční studentská oslava jara opět rozezpívala Hradec Králové. Hradecký Majáles, který se konal 18. dubna, přilákal do areálu u Pileťáku tisíce návštěvníků. Na třech pódiích se vystřídala jména jako Kryštof, Ektor, Yzomandias, Rybičky 48 nebo Vypsaná Fixa. Nechyběly ani průvod městem, volba krále a královny Majálesu a přátelská festivalová atmosféra, která potvrdila, že tahle akce zůstává jednou z největších svého druhu ve východních Čechách.





Futurum

DOPŘEJTE SI TERAPII MÓDOU



Méně bolestivý rozchod
1190,–



10 otázek pro...

Jak dobře znáte osobnosti našeho regionu? Pár otázek jsme jim položili za vás v tradiční rubrice Quartieru. Co nám na sebe prozradil Julián Záhorovský, zpěvák a finalista soutěže Česko hledá SuperStar 2004?



S čím máte spojené léto?
Určitě s hudebními festivaly, ale v poslední době už mnohem více vnímám léto jako čas strávený s rodinou a na společných výletech s nejbližšími.

Jaký byl váš největší zážitek uplynulého léta?
Minulé léto bylo výjimečné, protože jsem jej poprvé prožíval v roli čerstvého otce. Většinu času jsem sice trávil doma, ale každý den přinášel nové a neopakovatelné zážitky s mým potomkem.

Které cestovatelské místo je vaše nejmilejší? A proč?
Jednoznačně Krkonoše a Sněžka. Vracím se tam pravidelně, někdy i několikrát za sezónu. Je zajímavé, že ač jsem navštívil mnoho míst ve světě, nikam jinam jsem se zatím opakovaně nevrátil.

Co je podle vás nejvíc „guilty pleasure“ letní záležitost, za kterou se vůbec nestydíte?
Občas si dovolím luxus koupání na místních pískovnách bez plavek. Je to osvobozující pocit.

Na který moment své kariéry nejraději vzpomínáte?
Asi na splnění snu v podobě napsání titulních písní pro úspěšné české filmy.



Nicméně stále doufám, že ten opravdu zásadní moment kariéry teprve přijde.

Jaký je váš největší kulinářský zážitek?
Pravděpodobně moje účast v televizní show Prostřeno. Tam jsem se postavil k plotně poprvé a – upřímně – asi i naposledy. Vaření není moje silná parketa. *(smích)*

Jaké místo v České republice na vás nejvíc zapůsobilo?
Jak jsem již zmínil, Sněžka má pro mě zvláštní kouzlo. Ovšem každé místo nabízí něco jedinečného – ať už Lednicko-valtický areál, Lipno, Dolní Morava, Karlovy Vary nebo Kuňka, kam pravidelně vyrážím na kole a bruslích.

Co vás přivedlo k vaší velké vášni?
K hudbě mě přivedl můj otec. Byl mým prvním a nejdůležitějším hudebním vzorem.

Prozradíte čtenářům, jaký je váš největší adrenalinový zážitek?
Zažil jsem skok padákem i jízdu na okruhu se závodním jezdcem Moto GP, ale nic z toho se nevyrovná rodičovství. Péče o vlastní dítě přináší adrenalin každý den – je to náročné, ale naprosto úžasné.

Jaká je vaše představa ideální dovolené?
Zní to jako klišé, ale není důležité kde, nýbrž s kým... Přesto bych rád naplánoval delší cestu s rodinou, ideálně měsíc na některém thajském ostrově. Představuji si každé ráno jen v plavkách a žabkách, s čistou pláží před sebou a samozřejmě s kyblíčkem a lopatičkou pro našeho malého. Protože právě tyto chvíle, kdy spolu tvoříme vzpomínky a prožíváme obyčejné radosti, jsou pro mě tím nejcennějším.

Gabriela Mlynka, foto: Jan Jirásek, archiv

Julián Záhorovský

Julián je hrdý pardubický rodák. Vystudoval komunikaci a PR a v tomto odvětví se i pracovně pohybuje. Od dětských let se věnuje hudbě (piano, kytara). Stal se finalistou první řady Česko hledá SuperStar. Napsal 3 titulní filmové písně pro úspěšné české filmy – Po čem muži touží (2018), Po čem muži touží 2 (2022), Franta mimozemšťan (2024).



inzerce

LÁZNĚ VELICHOVKY
Lázně na dosah ruky

LÁZNĚ VELICHOVKY 1897

POBYTY HRAZENÉ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNOU / SAMOPLÁTECKÉ POBYTY

- **Wellness a relaxační pobyty**
- **Léčebně-rehabilitační pobyty**
- **Tematické pobyty (osteoporóza, bolesti zad…)**
- **Jednodenní relaxace**
- **Společenská a firemní setkání**
- **Vyzkoušejte naši unikátní slatinu – investujte do svého zdraví**





www.velichovky.cz | obchod@lazne1897.cz | +420 491 889 888
Lázně Velichovky lazne_velichovky_1897

30 let festivalu REGIONY

Mezinárodní divadelní festival Regiony slaví letos úctyhodné 30. výročí. Dramaturg Martin Satoranský nám prozradil, co zajímavého přinese jubilejní ročník s podtitulem „Nové symetrie“ a na která představení by bylo škoda zapomenout.



Festival REGIONY letos slaví své 30. výročí s podtitulem „Nové symetrie“. Můžete nám přiblížit, co tento podtitul znamená a jak ovlivnil dramaturgii letošního ročníku?

Při volbě tématu jsme se samozřejmě řídili jubileem našeho festivalu. Každé takové výročí nabízí příležitost k bilancování, ohlédnutí se zpět. Pro nás je ale důležité spíše hledět dopředu. Když jsme přemýšleli, jak letošní ročník zarámovat, vycházeli jsme rovněž z dalšího významného výročí – 800 let od první zmínky o Hradci Králové. Hradec byl zejména v první polovině dvacátého století vnímán jako město s až vizionářským pohledem do budoucna. Jeho architektonické a urbanistické uspořádání dokonale odráželo zásadní změnu společnosti. Hodnoty a vidění světa se proměňují. My se prostřednictvím festivalové dramaturgie snažíme vybírat inscenace, které takovýto změněný úhel pohledu nabízejí.

Jaké hlavní divadelní soubory či představení byste doporučil našim čtenářům, kteří plánují festival navštívit poprvé?

Program festivalu je neuvěřitelně široký, myslím, že každý si najde to své. Pro letošní rok divákům zkusíme malinko pomoci prostřednictvím festivalového průvodce, kde kromě kompletního programu najdou i tipy od jednotlivých členů dramaturgické rady festivalu. Za sebe doporučím zahraniční program. V letošním ročníku jsme se zaměřili na jeden divadelní region, konkrétně Katalánsko. V Klicperově divadle tak můžete navštívit představení The Mountain od Agrupación Seňor Serrano, Divadlo Drak přiveze unikátní projekt An-Ki skupiny Cia. Ortiga a soubor Tombs Creatius představí svůj filmový karavan v rámci divadelní instalace Puck. Za zmínku stojí také Tři sestry italské skupiny Muta Imago nebo nejlepší loňská holandská inscenace SPAfrica od režiséra Juliana Hetzela, který je dnes jedním z nejžádanějších divadelních umělců v Evropě. A pokud můžu nalákat ještě na naši vlastní produkci, tak chystáme unikátní reprízu Slučitelných dílů v Letním kině Širák, po které bude následovat koncert dua P/\ST.

Festival je známý svou kombinací divadelních, hudebních a pouličních představení. Jaké novinky či speciální akce mohou návštěvníci letos očekávat?

Festival už třetí rok za sebou spoluprodukuje unikátní původní divadelní projekt, čímž se snažíme podporovat talentované umělce a originální českou divadelní tvorbu. Začalo to projektem K prameni, v minulém roce to byla interaktivní instalace Hemžení (která se letos na festivalu objeví znova), pro letošní rok vzniká projekt Jiné místo, který mají na svědomí Anna Klimešová a Petr Erbes. Bude to skutečně unikátní zážitek, jakási společná meditace nad podobou města. Ale nechci příliš prozrazovat…

Které doprovodné akce byste vyzdvihl jako obzvláště zajímavé pro rodiny s dětmi?

Na Letní scéně Klicperova divadla se každý den od 15:30 hrají pohádky. Pokud chtějí jít lidé na jistotu, stačí se zdržovat v okolí Divadla Drak, tam se vždy děje něco zajímavého. Široká je také nabídka nejrůznějších dílen a workshopů. Pokud bych měl přece jenom vybrat, doporučil bych dílnu Knihvazouni Karolíny Kalousové a Elišky Veselské, kde se děti naučí, jak se vážou knihy a mohou si sami jednu vyrobit. I já jsem si minulý rok tento workshop moc užil. Za pozornost stojí i aktivity kolektivu Čarokrásno.

Pro návštěvníky, kteří přijedou do Hradce Králové poprvé, máte nějaké tipy, jak nejlépe využít čas mezi jednotlivými představeními?

Program je tak nabitý, že na nic moc jiného než rychlé přesuny není čas. Ale chápu, že člověk nemůže být živ jen divadlem. Proto bych asi doporučil projít se po městě a obdivovat jeho architekturu, zajít do muzea nebo Galerie moderního umění. Na Velkém náměstí je několik skvělých pekáren a na Malém náměstí zase jedna z nejlepších pražíren a kaváren v republice se skvělou zmrzlinou. Určitě by měli navštívit Antikvariát Na Rynku nebo jen tak na chvíli posedět dole v Žižkových sadech.

Gabriela Mlynka, foto: archiv





Pardubické dostihové závodiště láká

Dostihy už dávno nejsou jen sportovním zážitkem. Jsou i společenskou událostí a místem pro byznys. Co k nim však neodmyslitelně patří, to je móda. Zejména dámy dávají důraz na své outfity a stále častěji sahají i po originálních kloboucích a fascinátorech. Uzdu své fantazii a kreativitě mohou popustit nejen při legendární Velké pardubické.

LADIES DAY

Na klobouky a módu bude zaostřeno třeba 2. srpna, kdy se v rámci dostihového mítinku uskuteční také „LADIES DAY“. Dostihový den je po své sportovní stránce nabitý prestižními dostihy, vrcholem je kvalifikace na letošní 135. Velkou pardubickou se Slavia pojišťovnou. Doprovodný program ale bude o módě a francouzské eleganci. Dress code celého dne je udáván modrou barvou, která má připomínat letní oblohu. Dámy se mohou těšit na módní přehlídku, francouzské delikatesy a také soutěžit o cenu za nejkrásnější či nejoriginálnější klobouk. Tento módní doplněk a jeho zakomponování do celkového outfitu bude hodnotit odborná porota. V roce 2024 se uskutečnil první ročník této soutěže a už při své premiéře se setkal s pozitivními ohlasy.

VELKÁ PARDUBICKÁ

Srpnová kvalifikace je třetí epizodou ze čtyřdílného seriálu kvalifikačních dostihů na Velkou pardubickou. Bez absolvování tohoto dostihu se koně nemohou na start slavného dostihu postavit. Velká pardubická je označována jako jeden z nejstarších a nejtěžších dostihů kontinentální Evropy, vždyť poprvé se běžela už v roce 1874. Letošní ročník je v kalendáři akcí zapsán na druhou říjnovou neděli, což je tradiční termín konání téměř sedm kilometrů dlouhého dostihu. Koně při něm musí překonat na třicet různých překážek, včetně věhlasného Taxisova příkopu a celé řady dalších unikátních skoků. Zvítězit ve Velké pardubické je prestižní vizitkou nejenom pro koně, ale také pro celé realizační týmy.

MÍSTO PRO BYZNYS

Atraktivní kulisa jednoho z nejkrásnějších závodišť v Evropě je ideálním prostředím pro společenská setkání. Nejen s rodinou či přáteli, ale také s obchodními partnery. Zázemí pro neformální schůzky poskytují lóže s výhledem na dostihovou dráhu a příjemným cateringem. Opravdoví fanoušci se mohou stát i partnerem některého z dostihů, kterých se na závodišti běhá od jara do podzimu na osm desítek. Dekorování vítězů a setkání se s legendami tohoto sportu je zcela jistě zážitkem navíc.

FIREMNÍ EVENTY

Pardubické závodiště je samozřejmě otevřeno i mimo dostihové dny. Je možné užít si komentovanou prohlídku dostihové dráhy, uspořádat tu menší konference nebo si celé závodiště pronajmout pro firemní eventy či sportovní akce. Možností je mnoho, záleží jen na nápadech a domluvě s provozovatelem závodiště Dostihovým spolkem a.s.

Gabriela Mlynka, foto: archiv Dostihového spolku



Hradecký hokej míří do Evropy

Mountfield HK završil úspěšnou sezonu čtvrtým místem v extralize a ziskem vstupenky do prestižní Champions Hockey League. Generální manažer Aleš Kmoníček v otevřeném rozhovoru bilancuje úspěchy, výzvy i plány do budoucna.



Jak byste zhodnotil sezonu po vyřazení v semifinále s Pardubicemi?
Sportovně vzato máme za sebou mimořádně úspěšný rok. Po počátečních nejistotách se naše výkony stabilizovaly a stříbrná pozice po základní části je v nabité konkurenci fantastickým výsledkem. Představuje to odměnu za konzistentní práci během všech 52 kol.

Postup do semifinále předčil naše očekávání. Vyřazení od Pardubic bylo trochu očekávané – Pardubice byly v některých věcech lepší, a proto zvítězily a postoupily. Přesto konečná čtvrtá příčka a zajištění účasti v Lize mistrů znamená pro hradecký hokej významný milník. V play off mi však chyběla větší bojovnost a nasazení našeho mužstva.

Radost z výsledků ale zkalil dopingový případ Matěje Chalupy…
Bohužel ano, tento incident částečně zastiňuje naše sportovní úspěchy. Jde o situaci, kterou zpětně nemůžeme změnit, ale intenzivně již pracujeme na posílení preventivních mechanismů.

Co jste změnili po prvním dopingovém případu před dvěma lety a jak zpřísníte opatření nyní?
Vedle oficiálních školení pořádaných Asociací profesionálních klubů jsme zavedli vlastní vzdělávací programy pro A-tým i Akademii. Hráčské smlouvy jsme zpřísnili speciální přílohou zabývající se možnými proviněními a sankcemi. Každý hráč je povinen nechat si veškeré doplňky a léky schválit klubovým lékařem prostřednictvím oficiálního formuláře. Navíc jsme během sezony několikrát provedli namátkové testy ve specializovaných laboratořích. Ani tento soubor opatření však bohužel nezabránil tomu, aby některý z hráčů požil neschválené přípravky, přestože byl o všech pravidlech řádně informován.

V týmu nedošlo k mnoha změnám oproti minulé sezoně. Je to dobrá strategie? A jak jste spokojen s posilami?
Jsem rád, že jsme udrželi jádro mužstva. Nových tváří přišlo více, než jsme původně zamýšleli, především z důvodu náročného programu příští sezony – čeká nás jak Liga



mistrů, tak nabitý extraligový kalendář. S vedením jsme se shodli na potřebě širšího kádru než v předchozích letech.

Spokojenost s posilami budu moci vyjádřit až během sezony, kdy uvidím, zda plní role, pro které jsme je angažovali, a zda adekvátně nahrazují odchozí hráče. Věřím, že zůstaneme mezi celky bojujícími o nejvyšší příčky.

Dlouholetá opora obrany Jérémie Blain odešla i přes platnou smlouvu. Jak složité bylo se s ním rozloučit?
Bylo to nesmírně obtížné rozhodnutí. Jérémie se zde stal neodmyslitelnou součástí našeho kolektivu, takřka ‚cizincem Hradečákem'. Několikrát jsme spolu jednali a otevřeně mu vysvětlili důvody, které nás vedou k ukončení spolupráce. Nakonec jsme došli ke vzájemné dohodě v přátelském duchu.

Trenérský štáb opustil Peter Frühauf a překvapivě také Tomáš Hamara. Komplikuje to vaše plány?
Frigo nás včas informoval o jednáních se slovenským svazem. Když mu tam vyšli vstříc, přišel nám to oznámit. Nebylo to tedy úplné překvapení, i když jsme doufali v jeho setrvání alespoň na další sezonu, což původně i on sám plánoval.

Jiná situace nastala u Tomáše Hamary, který krátce před zahájením letní přípravy přišel s konkrétní nabídkou, ačkoliv měl platný kontrakt. Po poradě s hlavním koučem Tomášem Martincem jsme se rozhodli nebránit mu v odchodu, přestože momentálně máme pouze jednoho asistenta Martina Vágnera. Pro letní přípravu je to dostačující. Samozřejmě aktivně hledáme posilu do realizačního týmu a rádi bychom ho doplnili před začátkem soutěžního ročníku.

Po dvou letech se vracíte do Champions Hockey League. Těší vás to navzdory finanční náročnosti soutěže?
Má to dvě roviny. Sportovně je to pro nás čest a radost, na účast se upřímně těšíme. Druhou stránkou je finanční aspekt – základní část představuje významnou zátěž pro rozpočet. Příspěvky od organizátorů Champions Hockey League nemohou pokrýt veškeré související náklady.

Intenzivně pracujeme na obchodních aktivitách s cílem získat další partnery. Pozitivní je, že Liga mistrů uvolnila některá reklamní místa na výstroji, která můžeme nabídnout partnerům se zájmem o zviditelnění v evropském měřítku. Naším cílem je po základní části dosáhnout finanční rovnováhy nebo minimalizovat případnou ztrátu.

Gabriela Mlynka, foto: archiv



Hudba a příroda jsou mým odreagováním

Dvacetiletý záložník Tom Slončík přišel do FC Hradec Králové na hostování z Plzně. Mladý fotbalista pochází ze sportovní rodiny, ale kromě fotbalu má i další vášně – hudbu a přírodu. V rozhovoru pro Quartier prozradil, jak se mu žije v Hradci, co dělá ve volném čase a proč se učí hrát na klavír.



Pojďme úplně na začátek. Vy jste začínal ve Zlíně, tam byly vaše fotbalové začátky. Jak na ně vzpomínáte?
Začal jsem přímo ve Zlíně asi ve čtyřech letech. Samozřejmě mě k tomu přivedl táta. Od té doby jsem tam prošel až do A týmu a v devatenácti jsem se poprvé stěhoval. Takové byly asi moje fotbalové začátky.

Do Hradce jste přišel z Plzně. Co vás zaujalo právě na tomto klubu?
Když jsem se rozhodoval, kam z Plzně jít na hostování, tak mě určitě zaujal velký zájem jak od trenéra, tak od sportovního ředitele. Cítil jsem, že se mnou chtějí pracovat, a měl jsem dobré reference. Samozřejmě mě zaujalo i zázemí a jak klub funguje, což je určitě velké plus, když lákáte hráče. A našel jsem tady skvělou partu kluků, ve které se cítím fajn, takže jsem spokojený.

Jste na hostování. Jaké jsou tedy vaše výhledy? Můžeme vůbec teď předpokládat, jak dlouho vás tady ještě budeme mít?
Smlouvu mám podepsanou do konce sezóny. Od června bych se měl vrátit do Plzně, ale samozřejmě ve fotbale nikdy nevíte. Já jsem nad tím ještě nepřemýšlel, ale je to zatím takhle nastavené. Stát se může cokoliv, takže uvidíme, jak to s pokračováním bude. Třeba tady budu pokračovat dál, třeba ne.

Dočetla jsem se, že máte rád muziku, a že dokonce hrajete na klavír. Je to pravda?
Je to pravda. Muziku mám všeobecně hodně rád. Tím, že trávím většinu času sám, tak muzika je můj nejčastější společník. A je pravda, že se učím i na klavír, ale jsem fakt začátečník. Mám paní učitelku, takže se snažím tomu věnovat. Je to pro mě takové odreagování a líbí se mi to. Je to trochu jiná oblast než jen ten fotbal a baví mě zapojovat mozek v něčem jiném.

Tato kombinace – fotbal a hudba – je docela neobvyklá, ne?
Já nejsem žádný hudebník, jsem úplný začátečník. Ale paradoxně znám pár kluků, kteří se tomu také věnují. Třeba jeden ze spoluhráčů, Kuba Klima, hraje perfektně na kytaru. Nedávno jsme si z toho dělali legraci. Je to takový pohled veřejnosti, že fotbalista nemůže dělat nic jiného než jen fotbal. Myslím si, že většina kluků to tak nemá.

Jak jinak relaxujete?
Mám rád přírodu. Hodně chodím do přírody, zvlášť když jsou krásné dny. Samozřejmě když je více zápasů, tak i hodně spím – to je nejlepší regenerace. A jinak pro mě je největší relaxací čas s blízkými, s kamarády a rodinou. Ale tím, že jsem tady sám a většina mých nejlepších kamarádů a celá rodina jsou ve Zlíně, tak se s nimi moc nevídám. Takže trávím dost času sám v přírodě nebo jinými aktivitami, jako je třeba to piano. Když můžu, tak si třeba přečtu nějakou knížku.

A kam v Hradci chodíte nejraději?
Jsou tady krásné lesy, takže chodím do městských lesů. Chodím i do parků v centru, do těch různých sadů. Rád tam chodím na procházku, když je hezké počasí. S klukama chodíme docela často i na jídlo, sejdeme se v nějaké restauraci. Párkrát jsem byl i v knihovně a mám rád i Saunovou zahradu Salori. A za barákem mám hřiště, tak tam ještě chodím hrát, když toho mám málo.

Jak hodnotíte atmosféru na domácích zápasech a fanoušky?
Jsou super. Už když jsem tady hrál poprvé ještě se Zlínem, tak na mě ta atmosféra dýchla, bylo to pomalu, jako když jedete na Slavii nebo na Spartu. A teď je to stejné. Lidi chodí, i když jsme měli sérii, kdy se nám dařilo míň, tak nás stejně podporovali. Cítím, že je to fotbalové město a že lidé tím žijí. Je to super, protože podle mě se fotbal dělá právě pro lidi. Když na zápasy nikdo nechodí, tak se cítíte skoro zbytečně.

Takže to má vliv na váš výkon?
Má. Těší mě to, jsem rád, když lidi chodí a mají z fotbalu radost. Určitě je to super a jsem rád za to, jak to tady je. A věřím, že to do budoucna bude třeba ještě lepší.

Gabriela Mlynka, foto: archiv





Avion
CHINESE RESTAURANT

Klidné rodinné prostředí

Vhodné pro setkání s přáteli



Jedinečný koncept v Hradci Králové

SNĚZ, KOLIK MŮŽEŠ

– čerstvé, neomezené, podle tebe

– od polévky až po dezerty

„Co si zaškrtneš, to máš"

Tvoje sleva čeká tady!

KDE NÁS NAJDETE?

ČÍNSKÁ RESTAURACE AVION

Gočárova 806/32, 500 02 Hradec Králové 2

+420 725 818 868 | info@cinaavionhk.eu

Chinese_restaurant_avion

www.cinaavionhk.eu

Chinese Restaurant – Avion

Styl pod širým nebem

Proměňte svou zahradu v luxusní venkovní oázu s nejnovějšími trendy v zahradním vybavení. Od elegantních venkovních kuchyní po inteligentní pomocníky – objevte produkty, které povznesou vaše letní zážitky na novou úroveň.



ROBOTICKÁ SEKAČKA MAMMOTION ŘADA LUBA 2

Pro ty, kdo oceňují volnost bez kompromisů, přichází LUBA 2 – robotická sekačka bez nutnosti instalace obvodových drátů. Její systém pohonu všech čtyř kol zdolá svahy i nerovnosti. Elegantní design doplňuje intuitivní ovládání přes smartphone – péče o trávník se tak stává otázkou několika dotyků displeje.

zahradnitrendy.cz
od 65 990 Kč

VENKOVNÍ GRILL BARAZZA BARBEQUE

Mistrovské dílo italského designu, které promění vaše kulinářské ambice v realitu. Tento nerezový skvost kombinuje minimalistickou estetiku s maximálním výkonem a odolností. Stolní gril Barazza se stává architektonickým prvkem vaší venkovní kuchyně a současně nástrojem pro vytváření nezapomenutelných gastronomických zážitků pod otevřeným nebem.

zahradnitrendy.cz
od 36 038 Kč



MODULÁRNÍ SESTAVA NARDI® MAXIMO

Když se italský design setká s praktičností, vzniká nábytek NARDI MAXIMO. Tyto modulární sestavy umožňují nekonečné variace podle vašich potřeb – od intimní konverzační zóny po velkorysý prostor pro zahradní slavnosti. Materiály nejvyšší kvality zaručují, že nábytek bude stejně okouzlující i po letech vystavení slunečním paprskům a dešti.

zahradnitrendy.cz
od 103 505 Kč





PŘENOSNÉ NEREZOVÉ GRILY THÜROS T1

Když prostor není překážkou pro vášeň – německé grily THÜROS dokazují, že i na malém balkonu lze vytvářet velké chutě. Mistrovské zpracování nerezové oceli zaručuje, že tento kompaktní pomocník vás bude provázet mnoha sezónami. Díky promyšlenému systému příslušenství se z jednoduchého grilu stává multifunkční venkovní kuchyně, kterou oceníte při každém letním dni.

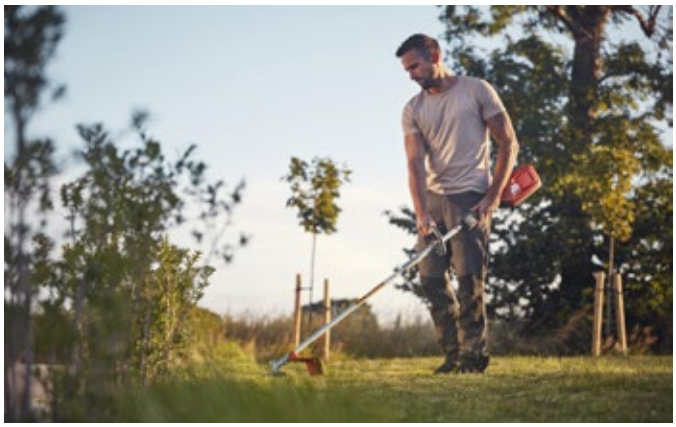
zahradnitrendy.cz
od 4 099 Kč



ROBOTICKÁ SEKAČKA HUSQVARNA AUTOMOWER® ŘADA EPOS™

Budoucnost péče o trávník přichází v podobě inteligentních robotů Husqvarna. Tato technologická špička se orientuje v prostoru s chirurgickou přesností, zvládá i nejnáročnější terény a pracuje, zatímco vy odpočíváte. S touto sekačkou se každé ráno probudíte do pohledu na dokonale upravený trávník, jako byste zaměstnávali neviditelného zahradníka.

zahradnitrendy.cz
od 98 999 Kč



AKU VYŽÍNAČ HUSQVARNA ŘADA ASPIRE

Lehkost a síla v jednom ergonomickém balení – to je vyžínač řady ASPIRE. Tam, kde končí možnosti sekačky, začíná teritorium tohoto tichého pomocníka. Jeho nízká hmotnost a dokonale vyvážený design umožňují precizní práci i v těch nejhůře dostupných zákoutích vaší zahrady. Do vyžínání se můžete pustit i o víkendu a sousedům to již nebude vadit.

zahradnitrendy.cz
od 3 099 Kč



VENKOVNÍ KUCHYNĚ COOK_OUT®

Venkovní mobilní kuchyně navržené a vyrobené v Česku spojují řemeslnou preciznost s moderním designem. Jsou odolné vůči počasí, stylové a snadno se udržují. Stávají se přirozeným centrem setkávání a sdílení chutí pod širým nebem. Užívejte si kuchařské zážitky kdekoli na vaší zahradě – s lehkostí a elegancí.

zahradnitrendy.cz
od 128 000 Kč



Fenomén Bentley

Málokterá automobilová značka dokáže vyvolat takový pocit výjimečnosti a prestiže jako Bentley. S více než stoletou tradicí britské preciznosti, ručního zpracování a nekompromisního výkonu se stala symbolem nejen pro automobilové nadšence, ale i pro globální elitu hledající dokonalou rovnováhu mezi luxusem a dynamikou. Bentley není pouhým dopravním prostředkem – je to statement, životní filozofie a brána do exkluzivního světa.





KOŘENY ZÁVODNÍ ARISTOKRACIE

Příběh značky Bentley začíná v roce 1919, kdy Walter Owen Bentley, známý jednoduše jako „W.O.“, založil společnost Bentley Motors Limited. Jako bývalý železniční inženýr a nadšenec do rychlých vozů měl jasnou vizi – vytvořit „rychlé auto, dobré auto, to nejlepší ve své třídě“. Tato ambice se brzy zhmotňovala na legendárních závodech Le Mans, kde Bentley dominoval ve dvacátých letech minulého století s pěti vítězstvími během jediné dekády. Jezdci známí jako „Bentley Boys“ se stali celebritami své doby, ztělesňujícími kombinaci aristokratické elegance a nebojácného závodního ducha.

Hospodářská krize však zasadila značce těžkou ránu a v roce 1931 ji převzal největší rival – Rolls-Royce. Tato kapitola historie paradoxně pomohla definovat dvojí DNA značky: spojení sportovní výkonnosti s absolutním luxusem. Zatímco puristé oplakávali ztrátu nezávislosti, nové modely jako legendární Bentley Continental z roku 1952 ukázaly, že toto spojení může fungovat dokonale.



EVOLUCE ŘEMESLNÉ DOKONALOSTI

Co činí Bentley výjimečným v éře masové produkce, je téměř anachronický důraz na ruční práci. V továrně v Crewe pracují generace řemeslníků, jejichž dovednosti se předávají z otce na syna. Výroba jediného volantu trvá až patnáct hodin, ručně šité kožené čalounění interiéru vyžaduje až čtyřicet hodin precizní práce a dýhové obložení pochází často ze stromů starých i přes sto let.

„*Pro nás není luxus o povrchní okázalosti, ale o autentické excelenci*,“ vysvětluje současná filozofie značky. Zatímco konkurence investuje do technologických inovací, Bentley představuje harmonii mezi tradičním řemeslem a moderními technologiemi. V každém voze najdete až 5000 ručně zhotovených součástí, které prošly rukama více než 400 specializovaných řemeslníků.

IDENTITA V DOBĚ GLOBALIZACE

Přelomovým momentem v novodobé historii značky se stal rok 1998, kdy Bentley přešel pod křídla koncernu Volkswagen Group. Skeptici předpovídali rozmělnění identity britské ikony, skutečnost však ukázala pravý opak. Německé inženýrství a kapitálová síla umožnily transformaci, která vyvrcholila v roce 2003 uvedením modelu Continental GT.

Tento luxusní grand tourer s výkonným dvanáctiválcem definoval novou éru dostupnějšího luxusu a přitáhl dříve nemyslitelnou klientelu – mladší, dynamičtější a často samovypracovanou. Prodeje vzrostly z pouhých několika stovek vozů ročně na tisíce, aniž by značka obětovala svou exkluzivitu. Bentley tak brilantně vyřešil kvadraturu kruhu automobilového průmyslu – být zároveň exkluzivní i ekonomicky životaschopný.

SÍLA INDIVIDUALIZACE

V době, kdy luxus definuje originalita a personalizace, vyniká Bentley programem Mulliner – divizí pro absolutně individuální zakázky. „Jediným limitem je představivost klienta,“ zní motto služby, která dokáže vyhovět i nejexcentričtějším požadavkům, od výšivky rodinného erbu na opěrky hlavy až po sladění odstínu interiérové kůže s oblíbenou rtěnkou majitelky.

Tato možnost absolutní personalizace přitahuje klientelu, pro kterou je standardní luxus příliš všední. Každoročně vznikají desítky unikátních komisí, které často překračují hranici mezi automobilem a uměleckým dílem. Cena takových vozů může snadno překročit hranici 20 milionů korun, což ale pro cílovou skupinu nepředstavuje překážku – naopak, exkluzivita je přesně tím, za co platí.

VÝZVY UDRŽITELNOSTI

Největší výzvou pro Bentley ve 21. století se stala udržitelnost. Značka, jejíž dvanáctiválcové motory patřily mezi největší kon-



zumenty paliva ve své třídě, musela reagovat na environmentální trendy i legislativní tlaky. Strategie „Beyond100“ představená v roce 2020 patří k nejambicióznějším v automobilovém průmyslu – kompletní elektrifikace portfolia do roku 2030.

První plně elektrický Bentley by měl být představen v roce 2026, mezitím značka

rozšiřuje nabídku plug-in hybridních modelů. Skeptici pochybují, zda elektrické pohony dokáží nabídnout majestátní zážitek, na který jsou klienti zvyklí. Bentley však argumentuje, že elektromotory s jejich okamžitým točivým momentem mohou poskytnout ještě lepší jízdní zážitek při zachování nulových emisí.

Paralelně probíhá transformace výroby – továrna v Crewe se stala v roce 2019 první



uhlíkově neutrální luxusní automobilkou na světě. Solární panely, recyklované materiály a inovativní postupy ukazují, že i tradiční luxus může být progresivní.

KULT BENTLEY

Pro pochopení fenoménu Bentley nestačí analyzovat technické specifikace či design. Klíčem je pochopit emocionální vazbu, kterou si značka buduje se svými příznivci. Na rozdíl od ostentativnějších konkurentů reprezentuje Bentley diskrétnější pojetí luxusu – je volbou znalců, kteří nepotřebují křičet o svém postavení.

Komunita majitelů zahrnuje královské rodiny, technologické vizionáře i sportovní celebrity, jako je David Beckham nebo Cristiano Ronaldo, ale také méně viditelné podnikatele a sběratele, kteří oceňují filozofii značky. Pravidelné eventy jako Bentley Drivers Club spojují tisíce nadšenců po celém světě a historické modely dosahují na aukcích astronomických částek – Bentley 4½ Litre Supercharged z roku 1931 se v roce 2012 prodal za více než 140 milionů korun.

BUDOUCNOST TRADICE

V době, kdy tradiční luxusní značky bojují o relevanci v digitálním světě, stojí Bentley před zásadní otázkou: jak zůstat věrný svému dědictví a zároveň oslovit novou generaci? Odpovědí se zdá být důraz na zážitek, příběh a autenticitu spíše než na pouhé materiální atributy luxusu.

„Luxus budoucnosti spočívá v jedinečnosti, udržitelnosti a smysluplnosti," naznačují představitelé značky. Bentley investuje do virtuálních showroomů, digitálních konfiguračních nástrojů i do rozšíření aktivit mimo automobilový svět – kolekce domácího nábytku Bentley Home či hodinky vyrobené ve spolupráci s prestižními hodinářskými manufakturami rozšiřují filozofii značky do dalších oblastí života.

Po více než sto letech zůstává Bentley synonymem pro specifickou britskou interpretaci luxusu – ne okázalou, ale sebevědomou; ne křiklavou, ale sofistikovanou; ne pouhou demonstrací bohatství, ale oslavou mistrovství a tradice. V tom spočívá nadčasová přitažlivost fenoménu Bentley.

Gabriela Mlynka,
foto: archiv



Milníky značky Bentley

1919 – Walter Owen Bentley zakládá Bentley Motors

1924-1930 – pět vítězství v závodě 24 hodin Le Mans

1931 – převzetí společností Rolls-Royce po finanční krizi

1952 – uvedení modelu Continental, ikony elegantního cestování

1998 – akvizice značky koncernem Volkswagen Group

2003 – premiéra přelomového modelu Continental GT

2015 – uvedení prvního SUV značky – modelu Bentayga

2020 – představení strategie Beyond100 s cílem plné elektrifikace do roku 2030

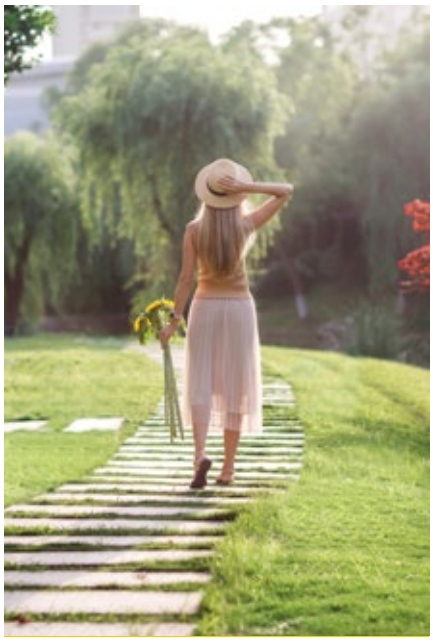






Dokonalý relax

Slunce hřeje, vzduch voní létem a na obzoru se rýsují dny volna. Možná letos nevyrazíte k moři – ale co kdyby moře přišlo za vámi? S trochou představivosti a několika promyšlenými kroky proměníte vaši zahradu či balkón v soukromou oázu odpočinku. Místo, kde se zastaví čas a mysl se zcela uvolní. Pravá dovolená totiž nezačíná nastoupením do letadla, ale momentem, kdy se dokážete oprostit od každodenního shonu a plně vnímat přítomnost. Pojďme objevit možnosti, jak si vytvořit dokonalý prostor pro letní relaxaci přímo u vás doma.



ZÁKLADY ZAHRADNÍHO RÁJE

První krok každé úspěšné zahradní transformace spočívá v jasném vymezení zón. Prostor určený pro relaxaci by měl být oddělený od míst praktických, jako je sušák na prádlo či kompost. Využít můžete přírodní zástěny z bambusů či ozdobných trav, elegantní paraván nebo pergolu porostlou popínavými rostlinami.

Pocit soukromí a bezpečí je naprosto zásadní pro skutečné uvolnění. Ideálem je najít nebo vytvořit zákoutí, kde vás nikdo neruší a kde jste chráněni před zvědavými pohledy. V takovém prostoru se vaše tělo i mysl automaticky začnou uvolňovat.

Pro dokonalý odpočinek je klíčové pohodlné sezení. Zapomeňte na plastové židle z akční nabídky. Investujte do kvalitního nábytku, který vydrží roky a poskytne skutečný komfort. Závěsná křesla Tara (od 3 300 Kč) vytvoří pocit vznášení, zatímco luxusní lehátka z kolekce Agata (od 12 500 Kč) můžete umístit ke stěně i doprostřed trávníku. Méně nákladnou variantou jsou pestrobarevné taburety a sedací vaky, které snadno přemístíte podle potřeby.

Nezapomeňte na stínění – dlouhodobý pobyt na přímém slunci není ani příjemný, ani zdravý. Stylový slunečník, plachtová stříška nebo lehká pergola poskytnou potřebný stín a stanou se zároveň designovým prvkem vaší zahradní oázy.

VODA JAKO SYMBOL KLIDU

Nic neevokuje prázdninovou atmosféru lépe než voda. Šumění vln, zurčení potůčku či jen pouhý pohled na vodní hladinu v nás probouzí hluboký pocit klidu. Pokud nemáte prostor nebo prostředky na bazén, existuje řada alternativ, jak vnést tento uklidňující element do vaší zahrady.

Na trhu najdete širokou škálu fontán různých stylů a velikostí. Elegantní model Milano (od 6 800 Kč) ladí s moderními zahradami, zatímco rustikální kamenné pítko Victoria (od 4 500 Kč) potěší milovníky venkova. Fontány nevyžadují složitou instalaci – většina modelů pracuje s uzavřeným okruhem vody a stačí je zapojit do běžné elektrické zásuvky.

Pro domácí kutily existuje ještě jednodušší řešení. Vodní kaskádu lze vytvořit z obyčejných terakotových květináčů a malého čerpadla. Stačí květináče různých velikostí naskládat nad sebe, upevnit, propojit hadicí s čerpadlem a zakrýt oblázky nebo mechem. Celý projekt vyjde na necelou tisícovku, ale efekt je skutečně působivý.

Nedisponujete-li prostorem ani pro miniaturní fontánu, zvažte alespoň stolní zvlhčovač vzduchu s aromaterapií. Kromě osvěžení nabídne i léčivé účinky esenciálních olejů. Subtilní zařízení Aura (2 900 Kč) svým designem nijak nenarušuje přírodní atmosféru a dokáže zpříjemnit i večerní posezení na balkóně.

SVĚTELNÁ MAGIE ZA SOUMRAKU

Když slunce začne klesat k horizontu, přichází čas pro druhý život vaší zahrady. Správné osvětlení promění běžný prostor v kouzelný svět plný stínů a světla. Odmítněte agresivní halogenové reflektory a zaměřte se na jemné atmosférické nasvícení.

Solární lucerny rozmístěné podél cestiček zajistí bezpečný pohyb i romantickou atmosféru. Modely imitující plameny (od 350 Kč za kus) vydrží svítit celou noc a nepotřebují žádnou údržbu. Pro intimnější osvětlení sáhněte po LED řetězech, ideálně v teple bílém odstínu, který připomíná tradiční žárovky. Zavěšené v korunách stromů nebo na pergole vytvoří pocit hvězdné oblohy.

Nadčasovým prvkem zůstávají svíčky. Vytvořte si kolekci svícnů z neobvyklých materiálů – mořské sklo, vyřazené skleničky obalené provázkem nebo plechovky s vyraženým vzorem. Větší bezpečnost nabízejí LED svíčky, které věrně imitují plápolající plamen, ale nehrozí u nich riziko požáru.

Pro ty náročnější jsou ideální olejové lampy, jejichž plameny vydrží hořet i ve větru. Prémiová kolekce Coastal (od 1 200 Kč) nabízí modely inspirované přímořskými městečky. Jejich světlo má jedinečnou teplou barvu, kterou žádné LED nedokáže napodobit.

VŮNĚ JAKO BRÁNA DO JINÝCH SVĚTŮ

Náš mozek má fascinující schopnost – dokáže nás jediným nádechem přenést na místa, kde jsme byli šťastní. Využijte toho a zakomponujte do své zahrady rostliny



s výraznou vůní, které budou evokovat vaše oblíbené destinace.

Levandule je klasika, která nikdy nezklame. Můžete ji vysadit do záhonu nebo do nádob umístěných u posezení. Kromě nádherné vůně odpuzuje hmyz a přitahuje motýly a včely. Vedle levandule stojí za pozornost rozmarýn, šalvěj nebo tymián. Tyto byliny nejen krásně voní, ale hodí se i do kuchyně.

Pro večerní posezení je ideální petúnie „Night Sky“, jejíž aroma se uvolňuje především po setmění. Zasaďte ji do závěsných košů nebo větších nádob v blízkosti terasy.

Exotickou atmosféru vytvoří citrusy pěstované v přenosných nádobách. V létě mohou zdobit terasu, v zimě je přesunete do interiéru. Jejich svěží vůně okamžitě evokuje Sicílii nebo Španělsko. Pro instant efekt můžete sáhnout po vonných difuzérech určených do exteriéru. Elegantní kolekce Blue Escape (od 890 Kč) nabízí vůně inspirované Středomořím a vydrží vonět až tři měsíce.

ZVUKOVÝ DESIGN: TICHO JAKO LUXUS

V dnešní hlučné době se ticho stává nedostupným luxusem. Vaše zahrada by měla sloužit jako útočiště před všudypřítomným hlukem. Husté keře podél plotu fungují jako přirozený tlumič zvuku a zároveň poskytují domov ptákům a motýlům.

Pro rychlejší efekt lze instalovat bambusové rohože nebo dekorativní akustické panely. Ty nejen pohltí nežádoucí hluk, ale mohou se stát i designovým prvkem. Kombinace různých textur a materiálů vytvoří zajímavý vizuální kontrast a podtrhne jedinečnost prostoru.

Pro vytvoření pozitivní zvukové kulisy zvažte zavěšení větrných zvonků. Modely z mušlí nebo skla vydávají jemné tóny, které příjemně doplní atmosféru. Nápaditou alternativou jsou japonské bambusové zvonkohry „suikinkutsu“, které vydávají zvuk připomínající kapky dopadající do jeskyně.

Pokud toužíte po dokonalém úniku, pořiďte si venkovní sluchátka s potlačením hluku. S oblíbenou hudbou nebo zvuky přírody se přenesete na pláž, do lesa nebo na vrcholky hor – kamkoli, kde vaše mysl najde klid.

MOBILNÍ ŘEŠENÍ PRO BALKÓNY A TERASY

Nemáte-li k dispozici zahradu, nezoufejte. I malý balkón lze proměnit v relaxační zónu hodnou pětihvězdičkového resortu. Klíčem k úspěchu je vertikální zahradničení – využijte stěny a zábradlí pro závěsné květináče, žebříkové poličky nebo speciální systémy pro pěstování bylin a květin.



Na trhu existuje řada skládacích, stohovatelných nebo multifunkčních kusů nábytku určených pro omezené prostory. Polohovatelné křeslo, které lze složit do kompaktního balíčku, malý stolek s úložným prostorem nebo modulární sedačka nabídnou pohodlí bez zbytečného plýtvání místem.

Podlahu balkónu můžete oživit pomocí dřevěných dlaždic nebo venkovního koberce z odolných materiálů. Vznikne tak dojem samostatného pokoje pod širým nebem. Soukromí zajistí bambusová roleta, lehký závěs nebo popínavé rostliny na speciální konstrukci.



Pro skutečně luxusní zážitek rozmazlete své smysly – měkké polštáře, lehká deka, bezdrátový reproduktor s relaxační hudbou a aromalampa s vůní jasmínu nebo pomerančových květů promění i ten nejmenší koutek v osobní svatyni.

DIY PROJEKTY PRO KREATIVNÍ DUŠE

Nejkrásnější zahradní doplňky často nevyžadují vysoké investice, ale spíše kreativitu a trochu času. Vyrobte si osobité prvky, které vaši zahradu či balkón promění v jedinečný prostor.

Začněte něčím jednoduchým – obnovte starý zahradní nábytek. Stačí přebrousit, natřít voděodolnou barvou a doplnit novými polštáři. Vybledlé plastové květináče proměňte pomocí mozaiky z rozbitých obkladaček nebo vytvořte rustikální kontejnery z vyřazených dřevěných beden.

Originální osvětlení vznikne z obyčejných sklenic. Natřete je speciálními barvami na sklo, obalte drátkem s korálky nebo dovnitř vložte LED řetěz. Zavěšené na stromech nebo postavené na stole okamžitě navodí kouzelnou atmosféru.

Pro milovníky recyklace je zde tip na pěstování bylinek – použijte staré plechovky, dřevěné bedýnky od ovoce, nebo dokonce boty, které už dosloužily. Opatřete je drenážními otvory, natřete barvou a osázejte podle libosti.

Poklid letních večerů mohou narušit komáři a jiný obtížný hmyz. Vyrobte si přírodní repelent z esenciálních olejů – citronela, levandule a eukalyptus v základu z kokosového oleje odradí většinu hmyzích návštěvníků. Nakapejte tuto směs na dřevěné kolíčky nebo bavlněné proužky a rozmístěte po zahradě.

POSLEDNÍ DOTEK: RITUÁLY ODPOČINKU

Navzdory všem vymoženostem nefunguje dokonalá zahrada sama o sobě jako zaručený recept na odpočinek. Klíčem k hlubokému uvolnění jsou rituály a vědomé užívání prostoru.

Vytvořte si jednoduchý ranní rituál – káva nebo čaj vychutnané na terase za východu slunce, pár minut meditace nebo jógy uprostřed rozkvetlých květin. Začátek dne v harmonickém prostředí ovlivní vaši náladu na dlouhé hodiny.

Večerní rituál může zahrnovat zapálení svíček, přípravu osvěžujícího nápoje nebo četbu oblíbené knihy. Důležité je záměrné opuštění pracovního režimu a přepnutí do módu relaxace.



Zvažte zavedení „digitální detoxikace“ – alespoň na několik hodin odložte telefon, tablet i laptop. Dovolte svým očím spočinout na přírodních barvách a tvarech, nechte myšlenky volně plynout. Právě v těchto chvílích vznikají nové nápady a přichází pocit vnitřního klidu.

Dovolená není místo, ale stav mysli. S touto filozofií můžete proměnit každý večer ve svátek odpočinku a každý víkend v miniaturní prázdniny. Vaše zahrada či balkón se stane nejen potěšením pro oko, ale především útočištěm pro duši – místem, kde znovu nacházíte sama sebe v nejlepší možné společnosti.

Gabriela Mlynka,
foto: archiv

Zahradní sestava Java



nabytek-forliving.cz
4 499 Kč

Zahradní fontána SUNLINE



beliani.cz
7 369 Kč

Zahradní skládací stolek



xxxlutz.cz
1 049Kč

Silnější než manželství

V hradeckém salonu Jeaniss platí, že základem úspěchu je především týmová spolupráce a osobní přístup. Kdo by si myslel, že jde jen o rutinní návštěvu kadeřnictví, mýlil by se. Majitelka Jana Pospíšilová se svým týmem vytvořila místo, kde se klientky cítí jako doma a kam se rády vracejí. Důvod? Možná i proto, že vztah s kadeřníkem často vydrží déle než nejedna partnerská přísaha.

SALON JAKO JEDNOTNÝ ORGANISMUS

„*Velkým rozdílem nebo tím, čím se salon Jeaniss odlišuje od ostatních salonů a jednotlivců, je v tom, že jsme velký tým lidí, který funguje jako jeden jednotlivec,*“ vysvětluje Roman Šnajdrvint, manažer salonu Jeaniss. „*Jak všichni víme, víc hlav víc ví. A my jsme na tomhle vlastně založení.*“

Nejde přitom o prázdná slova – tým se pravidelně schází, probírá aktuální trendy i novinky v oboru. Každý měsíc si nastavují cíle, diskutují sezónní styly a vymýšlejí nové služby pro klientky. Roman poukazuje na nutnost neustálých inovací v jednadvacátém století, kdy je konkurence extrémně veliká, a oni se snaží neustále vymýšlet něco nového, ať už v produktech nebo ve službách.

KLIENTKY NA PRVNÍM MÍSTĚ

Salon Jeaniss staví na pocitu bezpečí a důvěry. Roman přiznává, že si jsou velmi vědomi toho, jak je těžké změnit kadeřníka. Jedná se o důvěru. Klientka ví, co jí kadeřník s vlasy dokáže udělat, a ví, co u něj znamená deset centimetrů.

Proto salon nabízí i možnost nezávazné návštěvy. Roman popisuje případy klientek, které si přicházejí pouze vyzkoušet některé služby, zatímco stále navštěvují svého původního kadeřníka. „*Řekl jsem jí – okoukněte si prostor, ať to tady vidíte. Cítíte se tady? Necítíte? Co by vám udělalo příjemně?*“ podotýká s pochopením k obavám nových zákaznic.

KOMUNIKACE JE ZÁKLAD

Zajímavostí je, že celý tým salonu pracuje na své komunikaci a empatii. „*Tady už všichni*



navštěvujeme terapeuta, protože chceme, ne protože musíme,“ přiznává s úsměvem Roman. Jana doplňuje filozofii salonu: „Jak to bude fungovat uvnitř, tak to bude fungovat i navenek,“ říká majitelka, která momentálně absolvuje roční kurz „Sám sobě koučem“.

Tým se neustále vzdělává i po odborné stránce. Roman vysvětluje systém interních školení a pravidelného měsíčního vzdělávání pro všechny kadeřnice. Mají interní školení a kadeřnice každý měsíc chodí na školení, které přináší něco nového. Kadeřnice absolvují i tzv. „HAIRCAMP“, kde během čtyř dnů projdou osmi intenzivními školeními.

RESPEKTOVAT POTŘEBY

V salonu Jeaniss myslí i na to, že ne každá klientka touží po konverzaci. Roman popisuje novinku, že budou mít kartičky, kdy si klientka vybere, jestli si chce povídat, anebo ne. Tento přístup má pomoci zejména klientkám, které by se ostýchaly svůj požadavek na ticho vyjádřit slovně.

Salon byl od začátku koncipován jako místo pro ženy. Jana zdůrazňuje jejich cíl: „*Bylo to vytvořené jako místo, aby si tady žena opravdu odpočala, aby se nemusela o nikoho starat, aby se někdo staral o ni a dokázala vypnout a chvíli si zarelaxovat.*“

Vztah s kadeřníkem je v mnoha ohledech podobný partnerství. Vyžaduje vzájemnou důvěru, komunikaci a respekt. A možná právě proto v salonu Jeaniss vznikají s klientkami vztahy, které mnohdy vydrží déle než lecjaké manželství.

Gabriela Mlynka,
foto: Ondřej Šlambora

Žhavý letní fresh make-up

Léto přináší nejen vyšší teploty, ale i úplně jiné nároky na naše líčení. Zatímco v zimě můžeme experimentovat s těžšími texturami a výraznějšími barvami, v horkých měsících je klíčová lehkost, svěžest a především výdrž.

ZÁKLAD VŠEHO: SPRÁVNÁ PŘÍPRAVA PLETI

Letní líčení začíná ještě před tím, než vůbec sáhneme po make-upu. Pleť v létě potřebuje především hydrataci a ochranu. Sérum s kyselinou hyaluronovou je v teplých měsících skutečným zachráncem – pokožka totiž trpí nejen slunečním zářením, ale i slanou mořskou vodou či chlorem z bazénů.

Absolutním základem je SPF 50 na obličej. „Slunce může pleť poškodit," upozorňuje vizážistka Lenka Sládková na důsledky nedostatečné ochrany. Výsledkem jsou předčasné vrásky a pigmentové skvrny.

LEHKOST JE KRÁLOVNA

V létě by měl make-up fungovat jako druhá kůže – být téměř neznatelný, ale přitom vyrovnat tón pleti a dodat jí zdravý vzhled. Těžké krycí make-upy nahrazujeme lehčími texturami, ideálně tekutými nebo BB krémy, které už obsahují SPF.

OČI VE ZNAMENÍ PRAKTIČNOSTI A TRENDU

Oblast očí si v létě žádá produkty, které jsou voděodolné – odolají potu a vysokým teplotám. Krémové stíny v tužce jsou ideální volbou – nejsou tak pudrové, drží déle a některé značky nabízejí i voděodolné varianty. Pro praktické ženy existují dokonce multifunkční líčidla, která lze použít na oči, tváře i rty a během chvilky vytvořit kompletní letní look.



Řasenka by měla být v létě jednoznačně voděodolná, pokud chceme, aby naše líčení vydrželo celý den u bazénu nebo na pláži. Zajímavým trendem jsou barevné řasenky – tyrkysové, fialové či zelené odstíny, které skvěle doplní letní outfity a dodají očím zajímavý akcent.

Odvážnější osobnosti mohou sáhnout po neonových linkách, které se letos vrátily do módy. Jsou ideální na letní párty nebo když chceme vyniknout z davu.

BRONZER: UMĚNÍ NAPODOBIT SLUNCE

Bronzer je v létě nepostradatelný pomocník pro vytvoření zdravě opálené pleti. Klíčové je nanášet ho pouze tam, kde přirozeně dopadá slunce – na čelo (ne celé, ale pouze horní část), lícní kosti a opatrně na nos.

U velmi světlé pleti je potřeba postupovat obzvláště opatrně. Velký kontrast působí nelichotivě a umělým dojmem. Lepší je zvolit světlejší odstíny bronzeru a držet se neutrálních tónů namísto výrazně oranžových.

Pro tmavovlasé ženy s přirozeně tmavším tónem pleti platí opačné pravidlo – bronzer může být intenzivnější.

RTY: ŠŤAVNATÉ A CHRÁNĚNÉ

Na matné rtěnky v létě zapomeňte. Ideální jsou lesklé nebo gelové textury, které působí šťavnatě a svěže. Balzám s SPF faktorem je praktickou volbou pro ty, kdo chtějí rty nejen zkrášlit, ale i ochránit.



Co se týče barev, držte se především letní palety – meruňkové, lososové a světle růžové odstíny rozzáří obličej a působí mladistvě. „*U rtěnek se v létě vyhněte barvám, jako je tmavě hnědá*," radí vizážistka.

TRIKY PRO DLOUHOU VÝDRŽ

I ten nejlépe zvolený make-up potřebuje v horkých dnech podporu. Matující papírky jsou praktickým pomocníkem pro odsávání přebytečného mazu, zejména v t-zóně. Lehký pudr lze použít pro dokonalé zmatnění kritických oblastí.

ZVÝRAZNĚNÍ OPÁLENÍ

Krásným trikem pro zvýraznění letního opálení je použití rozjasňovače nebo třpytivého krému na klíční kosti a ramena. Tento detail nejen krásně doplní večerní outfit, ale také opticky zvýrazní již získané opálení.

Gabriela Mlynka, foto: Ondřej Šlambora
modelka: Adéla Hübnerová
make-up & hairstyle: Lenka Sládková




Na zdraví,
léto!



Sladká letní symfonie

Co si léto trochu osladit dobrotami od pardubického kulinářského nadšence Ondry Zahaluka? Tento milovník sladkých dobrot, jehož kreace můžete sledovat na Instagramu pod profilem @ondrovahudebni, nám odhalil tajemství tří báječných ovocných moučníků, které osvěží vaše letní dny a okouzlí nejen chuťové pohárky, ale i oči vašich hostů.

JOGURTOVÝ KOLÁČ S OSTRUŽINAMI: LESNÍ POKLAD NA VAŠEM STOLE

Představte si lahodnou kombinaci kyselkavých ostružin a jemného těsta s nádechem vanilky. Právě takový zážitek vám přinese první z receptů. Tento koláč není jen pochoutkou, ale i vizuálním zážitkem – tmavofialové plody kontrastující s poprašekem moučkového cukru vytváří téměř umělecké dílo.

Co budete potřebovat:
200 g polohrubé mouky
200 g bílého jogurtu
1 vejce
semínka z vanilkového lusku
1 lžičku kypřicího prášku
80 g krystalového cukru
špetku soli
2 vanilkové cukry
80 ml oleje
325 g ostružin

Na drobenku:
70 g hrubé mouky
50 g másla
60 g krystalového cukru

V míse smíchejte mouku, kypřící prášek, vejce, olej, semínka z vanilkového lusku, cukr krystal, jogurt a špetku soli. Směs důkladně promíchejte, až vznikne hladké tužší těsto. Těsto vlijte do vymazané formy na koláč a rovnoměrně rozprostřete, povrch uhlaďte. Cukr, máslo a hrubou mouku zpracujte na drobenku, kterou následně posypte celý koláč. Vložte do předehřáté trouby na 160 stupňů a pečte přibližně 45 minut, dokud povrch nezíská zlatavou barvu. Na závěr koláč ozdobte čerstvými ostružinami.

VANILKOVÝ KOLÁČ S ČERSTVÝM OVOCEM: LETNÍ SYMFONIE CHUTÍ

Druhý recept je ztělesněním luxusu – nadýchaný korpus sloužící jako podklad pro bohatou vanilkovou náplň, ozdobený

čerstvými jahodami a čokoládovými doplňky. Tento moučník je ideální volbou pro slavnostní příležitosti nebo když chcete své blízké skutečně ohromit.

Na korpus potřebujete:
200 g hladké mouky
80 g hrubé mouky
1 kypřící prášek do pečiva
120 g moučkového cukru
2 vejce
115 ml polotučného mléka
100 g rozpuštěného másla
špetku soli
Krém:
350 ml polotučného mléka
1 vanilkový pudink v prášku
3 lžíce cukru krystal
3 lžíce moučkového cukru
250 g tvarohu v kostce

Ozdoba:
400 g jahod
100 g malin
200 bílé čokolády na vaření

Do mísy vložte všechny ingredience na korpus a šlehejte přibližně 10 minut, až vznikne hladké těsto. Směs přelijte do menší vymazané kulaté formy a pečte v předehřáté troubě při 170 stupních asi 15 minut. Mezitím připravte vanilkový pudink dle návodu, ale pouze s 350 ml mléka. Po vychladnutí přidejte kostku tvarohu a cukr, následně ušlehejte krém do hladka. V misce rozehřejte čokoládu s máslem. Z této směsi vytvarujte ozdobné prvky. Vychladlý korpus potřete krémem, ozdobte ovocem a čokoládovými doplňky.

CITRÓNOVÝ KOLÁČ S OVOCEM: OSVĚŽUJÍCÍ TEČKA NA ZÁVĚR

Poslední, avšak nikoli méně působivý je citrónový koláč s želatinovou vrstvou plnou čerstvého ovoce. Jeho svěží, lehce nakyslá chuť je dokonalým završením každého letního menu, zejména v parných dnech, kdy touha po osvěžení převládá.

Co budete potřebovat na korpus:
200 g máslových sušenek
60 g rozpuštěného másla
Na krém:
300 ml mléka
100 g másla
125 g měkkého tvarohu
4 lžíce moučkového cukru
1 balíček citrónového pudinku
2 lžíce citrónové šťávy
1 lžíce grapefruitové šťávy



Na želatinu:
1 sáček čiré želatiny
250 ml vody
3 lžíce krystalového cukru

Ovoce:
2 grapefruity
hrst borůvek
hrst jahod
pár lístků máty

Sušenky rozdrtíte, smícháte s máslem a přendáte do formy na dort. Směs uhladíte a vložíte do lednice na 40 minut. Připravíte si citrónový pudink dle návodu s 300 ml mléka. Po vychladnutí přidáte máslo pokojové teploty, tvaroh, šťávu z citrusu a vyšleháte tuhý krém. Krém ochutíte cukrem a rovnoměrně rozetřete na vychlazený korpus. Na povrch naaranžujete lesní ovoce a odblaněný grapefruit. Želatinu připravíte dle návodu na obalu a celý dort s ní zalijete. Dezert necháte chladnout minimálně 4 hodiny.

Gabriela Mlynka, foto: archiv Ondřeje Zahaluka





Letní osvěžení

Když slunce praží a rtuť teploměru stoupá, nic nepotěší tělo i duši více než dokonale namíchaný osvěžující nápoj. Připravili jsme pro vás průvodce letními drinky, které nejen osvěží, ale také doplní potřebné vitamíny a minerály. Od klasických koktejlů po nealkoholické varianty – letošní léto bude chutnat výjimečně!



PŘÍRODNÍ OSVĚŽENÍ JAKO LÉKÁRNA

Léto je obdobím, kdy naše tělo vyžaduje zvýšenou hydrataci. Obyčejná voda však časem může začít nudit. Naštěstí příroda nabízí nespočet ingrediencí, které promění běžný nápoj v lahodný elixír plný vitaminů.

„Letní drinky by měly plnit několik funkcí – osvěžit, doplnit tekutiny a v neposlední řadě potěšit chuťové pohárky," vysvětluje renomovaný mixolog Martin Sedláček. „Tajemství skutečně vynikajícího letního nápoje spočívá v rovnováze mezi sladkostí, kyselostí a intenzitou."

OKURKA – TICHÝ HRDINA LETNÍCH KOKTEJLŮ

Okurka obsahuje až 95 % vody, což z ní činí dokonalou ingredienci do osvěžujících nápojů. Její jemná, svěží chuť podtrhne aromata ostatních složek, aniž by je přebila. Navíc obsahuje antioxidanty, které pomáhají bojovat proti volným radikálům vznikajícím při vystavení kůže slunečnímu záření.

OKURKOVÁ LIMONÁDA S MÁTOU

1 velká salátová okurka
šťáva ze 2 citronů
4 lžíce třtinového cukru (nebo podle chuti)
hrst čerstvé máty
litr perlivé vody
led

Okurku oloupeme a nakrájíme na menší kousky. V mixéru rozmixujeme okurku s citronovou šťávou a cukrem na hladkou směs. Přes jemné síto přecedíme do džbánu. Přidáme lístky máty, které lehce promačkáme, abychom uvolnili esenciální oleje. Dolijeme perlivou vodu, přidáme led a podáváme.

Tento nápoj je doslova nabitý vitaminem C a elektrolyty, což z něj činí ideální volbu pro horké dny strávené na slunci. Máta navíc podporuje trávení a navozuje pocit chladu.

MELOUN – VODNÍ ZÁZRAK V OVOCNÉM HÁVU

Vodní meloun je s obsahem vody přesahujícím 90 % a bohatou zásobou lykopenu, draslíku a vitaminu C téměř dokonalou potravinou pro horké dny. Jeho přirozená sladkost eliminuje potřebu přidávat do nápojů nadměrné množství cukru.

MELOUNOVÉ MOJITO

2 šálky nakrájeného vodního melounu bez pecek
60 ml bílého rumu (pro nealkoholickou verzi vynechte)
šťáva z 1 limety
8-10 lístků čerstvé máty
2 lžičky třtinového cukru
soda
drcený led

Meloun rozmixujeme na pyré a přecedíme přes síto. V míchací sklenici promačkáme mátu s cukrem a limetovou šťávou. Přidáme melounové pyré, rum (pokud používáme) a promícháme. Naplníme sklenice drceným ledem, přelijeme směs a doplníme sodou. Ozdobíme plátkem melounu a snítkou máty.

Tento drink není jen osvěžující bombou – lykopen obsažený v melounu je účinný antioxidant, který může pomáhat chránit pokožku před spálením, což je v létě neocenitelná vlastnost.



BYLINKY – AROMATICKÉ POKLADY LETNÍ KUCHYNĚ

Čerstvé bylinky dodávají nápojům nejen nezaměnitelné aroma, ale také množství zdraví prospěšných látek. Máta osvěžuje a zklidňuje trávení, bazalka má protizánětlivé účinky a rozmarýn stimuluje krevní oběh.

GREPOVÝ FIZZ S ROZMARÝNEM

šťáva ze 2 růžových grepů
60 ml ginu (pro nealkoholickou verzi nahraďte 30 ml toniku bez cukru)
2 snítky rozmarýnu
2 lžičky agávového sirupu nebo medu
tonic
led

V šejkru smícháme grepovou šťávu, gin (nebo náhradu), jednu snítku rozmarýnu nalámanou na kousky a agávový sirup. Důkladně protřepeme s ledem. Přecedíme do sklenic s ledem a dolijeme tonikem. Ozdobíme druhou snítkou rozmarýnu a plátkem grepu.



Grepy jsou bohatým zdrojem vitaminu C a antioxidantů, zatímco rozmarýn obsahuje kyselinu rosmariničnou a karnosovou, které mají protizánětlivé a antioxidační účinky. Tato kombinace činí nápoj nejen chutným, ale i prospěšným pro vaši imunitu.

EXOTICKÉ INSPIRACE Z CELÉHO SVĚTA

Letní sezóna je ideální příležitostí pro experimentování s exotickými chutěmi. Inspirujte se nápoji z různých koutů světa a přeneste se alespoň chuťově na vysněnou dovolenou.

MATCHA – ZELENÝ ZÁZRAK Z JAPONSKA

Matcha, jemně mletý zelený čaj, si získává stále větší popularitu i mimo Japonsko. Je bohatým zdrojem antioxidantů, aminokyselin a kofein v něm obsažený působí díky přítomnosti L-theaninu mnohem jemněji než v kávě – dodává energii postupně, bez nežádoucích výkyvů.



LEDOVÉ MATCHA LATTE S KOKOSEM

2 lžičky prémiového matcha prášku
400 ml kokosového mléka
2 lžíce javorového sirupu nebo medu
špetka vanilky
led

Matcha prášek zalijeme malým množstvím teplé (ne vařící) vody a rozmícháme do hladka. Přidáme kokosové mléko, sladidlo a vanilku. Důkladně promícháme nebo prošleháme. Podáváme s ledem.

Tento osvěžující nápoj vás nejen ochladí, ale také poskytne jemný energetický boost bez následného propadu. Matcha navíc obsahuje L-theanin, aminokyselinu, která podporuje uvolnění a soustředění – ideální kombinace pro horké letní dny.

HORKÁ JIŽNÍ AMERIKA V CHLAZENÉ PODOBĚ

Jižní Amerika je domovem řady skvělých nápojů, které dokonale fungují i v chlazeném provedení. Jedním z nejoblíbenějších je brazilská Caipirinha, kterou si můžete připravit i v méně tradiční ovocné variantě.

JAHODOVÁ CAIPIRINHA

200 g čerstvých jahod
2 limety

4 lžíce třtinového cukru
100 ml cachaçy (brazilský destilát z cukrové třtiny, lze nahradit bílým rumem)
drcený led

Limety nakrájíme na měsíčky a promačkáme s cukrem na dně sklenic. Přidáme nakrájené jahody a znovu jemně promačkáme. Přidáme cachaçu nebo rum a drcený led. Důkladně promícháme a ihned podáváme.

Jahody dodají nápoji nejen sladkou chuť, ale také vitaminy a antioxidanty. Výzkumy naznačují, že pravidelná konzumace jahod může pomáhat chránit pokožku před poškozením UV zářením díky vysokému obsahu ellagové kyseliny.

LETNÍ SMOOTHIE – KDYŽ NÁPOJ NAHRADÍ JÍDLO

Pro dny, kdy je příliš horko na plnohodnotný oběd, mohou být výživná smoothie ideální volbou. Dodají energii, hydrataci i potřebné živiny.

ŠŤAVNATÉ TROPICKÉ PROTEINOVÉ SMOOTHIE

1 zralý banán
1 šálek nakrájeného manga
1/2 šálku řeckého jogurtu
1 lžíce chia semínek
200 ml kokosové vody
volitelně: 1 odměrka vanilkového proteinového prášku
led

Všechny ingredience vložíme do výkonného mixéru. Mixujeme do hladka. Ihned podáváme.

Toto smoothie poskytuje vyváženou kombinaci sacharidů, bílkovin a zdravých tuků. Mango je bohaté na vitamin A a C, které podporují zdraví pokožky. Kokosová voda je pak přírodním zdrojem elektrolytů, které pomáhají udržovat správnou hydrataci organismu.



NÁPOJE PRO LETNÍ VEČERNÍ POHODU

Ne všechny letní drinky musí být servírovány s ledem. Pro chladnější večery nebo jako digestiv po večeři se hodí i teplejší varianty.

LEVANDULOVÝ HORKÝ WHISKY PUNCH

200 ml kvalitní irské whisky
800 ml jablečného moštu
2 lžíce medu
šťáva a kůra z 1 citronu
1 lžička sušených levandulových květů
4 celé skořice
4 hvězdičky badyánu

V hrnci zahřejeme jablečný mošt s medem, citronovou kůrou, levandulí, skořicí a badyánem. Necháme cca 10 minut probublávat na mírném ohni. Odstavíme, přidáme citronovou šťávu a whisky. Podáváme teplé ve sklenkách odolných vůči teplu, ozdobené kouskem skořice.

Levandule má zklidňující účinky a pomáhá navozovat spánek, což z tohoto drinku činí ideální volbu pro letní večery. Skořice a badyán navíc podporují trávení, takže se hodí jako závěr lehké letní večeře.

Gabriela Mlynka, foto: archiv







Perla Jónského moře

Zapomeňte na přeplněná letoviska a objevte pravou řeckou krásu, kde se tyrkysové moře setkává s bělostnou skálou a olivové háje šeptají příběhy starověkých bohů.

Existují místa, která navždy změní vaši představu o dokonalé dovolené. Místa, kde příroda vytvořila scenérie tak podmanivé, že vám při prvním pohledu doslova vyrazí dech. Jedním z takových klenotů je Lefkáda – sedmý největší ostrov Řecka, jehož název odvozený od bílých vápencových útesů (leukos – bílý) dokonale vystihuje jeho unikátní charakter.

Lefkáda je skutečným rájem pro ty, kteří touží po autentickém řeckém zážitku bez davů turistů. Ačkoliv je tento ostrov součástí Jónských ostrovů, spolu s populárním Korfu či Zakynthosem zůstává neobyčejně zachovalým pokladem, který si uchovává svou původní atmosféru. Co ho činí ještě výjimečnějším, je fakt, že jako jeden z mála řeckých ostrovů je s pevninou spojen mostem – a přesto působí jako vzdálený kout ráje.

PLÁŽE Z JINÉHO SVĚTA

Pokud existuje důvod, proč je Lefkáda nazývána „Karibik Středomoří“, jsou to bezpochyby její pláže. Porto Katsiki – název, který v překladu znamená „Kozí přístav“, patří mezi nejfotografovanější místa Evropy. Dramatické bílé útesy kontrastující s neuvěřitelně průzračnou vodou vytvářejí scenérii, která připomíná spíše počítačovou grafiku než skutečnost. Nejlepší výhled na tuto pláž získáte, když sestoupíte po kamenných schodech z vrcholu útesu. Odměnou vám bude panorama, které zůstane navždy vryto do paměti.

Neméně okouzlující je pláž Egremni, která se pyšní nejdelším pobřežím na ostrově. Téměř čtyři kilometry bělostného písku omývaného různými odstíny modré vytváří dojem, že se ocitáte v ráji. Pro ty, kteří ocení spíše intimnější atmosféru, nabízí Lefkáda skryté zátoky jako Agiofili či Ammoussa, kde můžete prožít den daleko od civilizace.

Milovníci aktivní dovolené by rozhodně neměli vynechat Milos Beach či Kathisma – právě zde se setkává klidné moře s větrnými podmínkami ideálními pro vodní sporty. Kathisma s mírně se svažujícím vstupem do moře je perfektní volbou pro rodiny s dětmi, zatímco jižní a západní pobřeží ostrova nabízí ideální podmínky pro milovníky windsurfingu a kitesurfingu.

RÁJEM VĚTRNÝCH SPORTŮ

Nikiána na východním pobřeží a zejména Vasiliki na jihu ostrova jsou považovány za evropskou mekku windsurfingu. Místní jedinečný fenomén zvaný „Eric“ – stabilní odpolední vítr, který dosahuje rychlosti



až sedm beaufortů – vytváří podmínky, po kterých windsurfaři z celého světa touží. Každoročně v červenci se zde koná mezinárodní závod, který přitahuje elitní sportovce i nadšené diváky.

Pro „kajtaře“, jak se v komunitě říká vyznavačům kitesurfingu, nabízí Lefkáda podobně ideální podmínky. Zejména oblast Agios Ioannis na severovýchodním cípu ostrova poskytuje díky mělké vodě a stabilnímu větru dokonalé útočiště pro začátečníky i pokročilé. Místní školy nabízejí profesionální výuku, takže i naprostí nováčci mohou během několika dní okusit vzrušující pocit z jízdy na prkně taženém drakem.

OSTROV DÝCHAJÍCÍ HISTORIÍ

Lefkáda však není jen o plážích a vodních sportech. Její historie sahá až do doby mykénské, a dokonce se objevuje v Homérově Odysseji jako možné místo Odysseovy Ithaky. Hlavní město stejného jména, které se rozkládá na severovýchodě ostrova, bylo po ničivém zemětřesení v roce 1953 přestavěno, ale stále si zachovává tradiční atmosféru s barevnými domky a úzkými uličkami.

Nezapomenutelným zážitkem je návštěva hradu Santa Maura ze 14. století, který střeží vstup na ostrov. Byzantský klášter Faneromeni na vrcholku zalesněného kopce pak nabízí nejen duchovní rozjímání, ale i dechberoucí panoramatické výhledy na okolní krajinu a moře.

Pro milovníky literatury bude jistě zajímavé, že Lefkáda je rodištěm jedné z největších básnických osobností moderního Řecka – Aristotelise Valaoritise. Jeho dílo, inspirované právě krásou a drsností ostrova, patří mezi klenoty řecké poezie.

CHUŤ JÓNSKÉHO MOŘE

Řecká kuchyně je sama o sobě důvodem k návštěvě této středomořské země, ale speciality Lefkády posouvají gastronomický zážitek ještě o úroveň výš. Zdejší olivový olej, produkt staletých olivových hájů, které pokrývají značnou část ostrova, patří mezi nejkvalitnější v Řecku. Místní specialitou je „sofigadoura“ – pokrm z pomalu dušeného jehněčího masa s bylinkami a zeleninou, který se tradičně připravuje na Velikonoce, ale dnes ho najdete v nabídce mnoha restaurací po celý rok.

K nejautentičtějším gastronomickým zážitkům patří večeře v malých tavernách v horských vesničkách. Právě zde, daleko od turistického ruchu, můžete ochutnat pravou „řeckou mamu“ – domácí kuchyni





plnou chutí a vůní, připravovanou podle receptů předávaných generacemi.

Absolutním vrcholem kulinářského zážitku je však návštěva legendární restaurace Rachi v horské vesničce Exanthia. Tato taverna, tyčící se na vrcholku útesu, nabízí něco, co nelze slovy plně vystihnout – západ slunce, který mění oblohu v paletu barev od zlaté přes oranžovou až po nachovou, zatímco Jónské moře pod vámi se třpytí jako roztavené zlato. Není divu, že toto místo se stalo magnetem pro fotografy z celého světa. Chcete-li si zajistit místo s nejlepším výhledem, je nutné rezervaci provést s dostatečným předstihem, ideálně několik týdnů před plánovanou návštěvou.

DVOUKOLO NAPŘÍČ RÁJEM

Pro aktivní cestovatele nabízí Lefkáda síť cyklostezek a turistických tras, které vedou skrz nejkrásnější části ostrova. Horská krajina vnitrozemí s vesničkami jakoby zamrzlými v čase poskytuje dokonalý kontrast k pobřežním letoviskům. Půjčovny jízdních kol jsou dostupné ve většině turistických center a ceny jsou velmi přijatelné.

Zvláště doporučeníhodná je trasa z hlavního města přes vesnice Kariotes a Lazarata do Karia. Tato přibližně 20 km dlouhá cesta vás provede tradiční krajinou s olivovými háji, cypřiši a výhledy na vzdálené moře. V Kariu, které bylo kdysi hlavním městem ostrova, můžete navštívit folklorní muzeum s úchvatnou sbírkou tradičních výšivek a krajek, kterými byly místní ženy v minulosti proslulé po celém Řecku.

Pro zdatnější cyklisty je výzvou okruh kolem vrcholu Elati (1.158 m n.m.), nejvyššího bodu ostrova. Odměnou za náročné stoupání jsou nepopsatelné výhledy na celý ostrov a okolní Jónské moře.

KDY VYRAZIT?

Lefkáda vítá návštěvníky po celý rok, ale každé období má své kouzlo. Hlavní turistická sezóna probíhá od června do září, kdy teploty dosahují příjemných 25-30 °C a moře láká k osvěžujícímu koupání.

Pro ty, kteří preferují klidnější atmosféru a mírně nižší ceny, jsou ideální měsíce květen a říjen. Příroda je v této době obzvláště štědrá – na jaře exploduje ostrov barvami divokých květin, zatímco podzim přináší klidnou atmosféru a příjemné teploty ideální pro turistiku a cyklistiku.

Pokud patříte mezi vyznavače větrných sportů, červenec a srpen nabízí nejstabilnější větrné podmínky, zatímco plavci ocení klidnější moře během června nebo září.

JAK SE NA OSTROV DOSTAT

Co činí Lefkádu unikátní mezi řeckými ostrovy, je její snadná dostupnost. Díky 50 metrů dlouhému plovoucímu mostu je spojená s pevninou, takže sem můžete dojet autem nebo autobusem bez nutnosti trajektu. Nejbližší mezinárodní letiště se nachází na sousedním ostrově Kefalonie (přibližně 1,5 hodiny trajektem) nebo v Preveze na pevnině (30 minut jízdy autem).

Z Česka létají přímé charterové lety do Prevezy během letní sezóny, což dělá Lefkádu jednou z nejdostupnějších řeckých destinací. Alternativou je let do Athén s přestupem na vnitrostátní let do Prevezy nebo půjčení auta a příjemná cesta (přibližně pět hodin) podél malebného západního pobřeží Řecka.

SKRYTÝ KLENOT ČEKAJÍCÍ NA OBJEVENÍ

Lefkáda je ostrov, který nabízí vzácnou kombinaci – neporušenou přírodní krásu, autentickou řeckou kulturu a přitom dostatečnou turistickou infrastrukturu pro pohodlný pobyt. Na rozdíl od svých slavnějších sousedů jako Korfu nebo Zakynthos si zachovala svou původní atmosféru a v mnoha ohledech reprezentuje to pravé, nefalšované Řecko.

Ať už toužíte po romantickém západu slunce nad nekonečným mořem, adrenalinovém zážitku na vlnách, nebo prostě jen po tiché chvíli s knihou na jedné z nejkrásnějších pláží Evropy, ostrov má pro vás připravenou odpověď. Není jen místem na mapě – je to stav mysli, kde se čas zpomaluje a každý okamžik se stává vzácným.

Jediné varování pro ty, kteří se rozhodnou perlu Jónského moře navštívit: buďte připraveni, že se vám nebude chtít vrátit. Azurové moře, bílé útesy a vřelost místních obyvatel vytvářejí směs, která se stává návykovou. A možná – stejně jako mnozí před vámi – zjistíte, že se sem rok co rok vracíte, abyste znovu okusili ten pocit dokonalé harmonie, který tento mimořádný ostrov nabízí.

Gabriela Mlynka, foto: archiv Petry Hamplové



CYKLOPECKY
Východní Čechy 2025



15 CYKLOTRAS

VELKÁ LETNÍ SOUTĚŽ
od 01. 05. do 30. 09. 2025.

WWW.CYKLOPECKY.INFO

DESTINAČNÍ SPOLEČNOST VÝCHODNÍ ČECHY

Pardubický kraj

kudyznudy.cz CzechTourism

BIKEMAX bikemax.cz

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



Cestujte chytře: technologické vychytávky

Letní slunce rozpaluje chodníky měst a volání dálek se stává neodolatelným. Touha objevovat nová místa, ochutnávat exotické pokrmy a ponořit se do neznámých kultur pulzuje v každém z nás. Doba papírových map a tištěných průvodců však dávno minula. Moderní cestovatel má v kapse celý svět – stačí jen chytrý telefon a správné aplikace. Pojďme společně prozkoumat digitální pomocníky, kteří promění vaši letošní dovolenou v bezstarostné dobrodružství plné překvapení.

NAPLÁNUJTE CESTU JAKO PROFESIONÁL

Příprava dokonalé dovolené začíná dlouho před odletem. Aplikace Wanderlog funguje jako váš osobní cestovní agent – umožňuje vytvářet detailní itineráře, ukládat rezervace a sdílet plány s přáteli. Na rozdíl od konkurence nabízí i offline mapy a integraci s Google recenzemi pro objevování gastronomických pokladů.

Pro milovníky spontánnosti je ideální Hopper, který analyzuje miliardy cenových údajů a předpovídá, kdy bude letenka či ubytování nejlevnější. Aplikace vás upozorní, když ceny klesnou, a dokonce poradí, zda máte s nákupem počkat. Mnozí cestovatelé hlásí úspory přesahující třetinu původní částky.



„*Cestování je jediná věc, za kterou utratíte peníze, ale stanete se bohatšími*," říká oblíbené přísloví. S aplikací Trail Wallet budete mít své finance pod kontrolou i během cesty. Intuitivní rozhraní umožňuje kategorizovat výdaje, stanovit denní rozpočet a sledovat útraty v různých měnách bez nutnosti složitých přepočtů.

KOMUNIKUJTE BEZ BARIÉR

Představte si situaci: stojíte na rušném tržišti v Bangkoku, snažíte se smlouvat o ceně nádherného suvenýru, ale narážíte na jazykovou bariéru. Google Translate

s funkcí okamžitého překladu promění váš telefon v univerzálního tlumočníka. Stačí namířit kameru na nápis nebo menu a text se přeloží před vašima očima.

Pro hlubší konverzace sáhněte po aplikaci DeepL Translate, která využívá umělou inteligenci k vytváření přirozenějších překladů než konkurence. Novinkou letošního léta je funkce „Kontextový překlad“, která zohledňuje kulturní nuance a místní idiomy.

Toužíte-li po autentickém zážitku a chcete se naučit základy místního jazyka, Memrise nabízí kurzy vytvořené rodilými mluvčími. Unikátní je svým důrazem na fráze používané v reálných situacích – od objednávání jídla po smlouvání na trhu.

OBJEVUJTE JAKO MÍSTNÍ

Turistické pasti číhají na každém rohu, ale s aplikací Culture Trip objevíte autentická místa, která většina návštěvníků mine. Obsah vytvářený místními průvodci a nadšenci zaručuje originální zážitky mimo vyšlapané stezky. Funkce „Místní doporučení“ vás zavede do kaváren, kde místní skutečně snídají, nebo na pláže, kde si užijete klid bez davů.

Aplikace Global SOS může být nenápadná, ale v nouzové situaci neocenitelná. Obsahuje tísňová telefonní čísla pro téměř každou zemi světa a dokáže záchranným službám automaticky odeslat vaši GPS polohu – funkce, která v neznámém prostředí může zachránit život.

Pro milovníky městských dobrodružství je Citymapper nepostradatelným společníkem. Detailní navigace veřejnou dopravou, odhady času a ceny jednotlivých spojení i alternativní trasy – to vše aktualizované v reálném čase. V loňském roce aplikace přidala i informace o sdílených kolech a koloběžkách.



ZACHYŤTE VAŠE OKAMŽIKY DOKONALE

Dovolená je stvořena pro vytváření vzpomínek a aplikace Snapseed promění i průměrné fotografie v umělecká díla. Vyvinutá profesionály z Googlu nabízí pokročilé editační nástroje v intuitivním rozhraní. Funkce „Selective“ umožňuje upravit jen část snímku – zesvětlit stíny na tváři, zatímco zachováte dramatickou oblohu.

Pro kreativnější úpravy vyzkoušejte VSCO, oblíbenou mezi instagramovými influencery. Nabízí desítky filtrů inspirovaných klasickými filmy a možnost jemného doladění každého aspektu fotografie.

Máte-li to štěstí spatřit polární záři nebo vzácný přírodní úkaz, NightCam Camera posune možnosti vašeho telefonu k profesionálním výsledkům. Specializované režimy pro noční oblohu, světelné stopy aut či ohňostroje zaručí, že zachytíte i ty nejprchavější okamžiky.



OCHRAŇTE SVÉ ZDRAVÍ POD SLUNCEM

Letní dobrodružství často znamená dlouhé hodiny na slunci. Aplikace UV Lens předpovídá intenzitu UV záření během dne a připomíná, kdy je čas na přestávku ve stínu. Personalizované doporučení zohledňuje váš typ pleti, takže ať už jste snědí, nebo světlí jako porcelán, dostanete relevantní rady.

Pro cestovatele s chronickými zdravotními problémy je Medisafe nepostradatelným pomocníkem. Připomíná pravidelné užívání léků a zohledňuje změny časových pásem – funkce, která může být při cestování přes několik kontinentů doslova životně důležitá.

POTĚŠTE SVÉ CHUŤOVÉ POHÁRKY

Gastronomické zážitky patří k nejsilnějším vzpomínkám z cest. Aplikace Taste Atlas mapuje tradiční pokrmy z celého světa a doporučuje restaurace, kde je můžete



ochutnat v autentické podobě. Funkce „Co musíte ochutnat“ nabízí seznam místních specialit sestavený gastronomy.

Vegani a alergici ocení HappyCow, která najde restaurace vyhovující dietním omezením téměř kdekoliv na světě. Komunita uživatelů přidává recenze a fotografie jídel, což usnadňuje výběr i v neznámém prostředí.

Pro spontánní kulinářská dobrodružství vyzkoušejte Eatwith. Tato platforma spojuje cestovatele s místními kuchaři, kteří pořádají domácí večeře, kulinářské kurzy nebo procházky po tržištích. Zážitek, který překoná jakoukoli turistickou restauraci.

TECHNOLOGIE, KTERÉ STOJÍ ZA MÍSTO V KUFRU

Kromě aplikací existují i fyzické gadgety, které si zaslouží místo ve vašem zavazadle. Powerbanky s integrovanými solárními panely zajistí, že váš telefon zůstane nabitý i během celodenních výletů bez přístupu k elektřině. Modely jako BioLite SolarPanel 5+ nabízejí i stojánek pro optimální nasměrování ke slunci.

Překladatelská sluchátka jako jsou Timekettle WT2 Plus představují budoucnost mezikulturní komunikace. Jedno sluchátko používáte vy, druhé váš konverzační partner a technologie zajistí téměř plynulý překlad v reálném čase – ideální pro hluboké konverzace s místními, které by jinak zůstaly nepřístupné.

Pro milovníky vodních radovánek jsou vodotěsná pouzdra s plovatelným designem nepostradatelnou ochranou pro telefon. Značky jako Aquapac nabízejí pouzdra certifikovaná pro hloubky až 10 metrů, což z nich činí ideální společníky pro šnorchlování či paddleboarding.

TECHNOLOGICKÉ INOVACE NA CESTY

Technologie pro cestování se neustále vyvíjejí. Letošním hitem jsou AR brýle, které promítají informace přímo do vašeho zorného pole. Procházíte historickým centrem a brýle vám zobrazují fakta o budovách, na které se díváte, nebo směrové šipky navigace – bez nutnosti dívat se do telefonu.

Ať už patříte mezi technologické nadšence, nebo dáváte přednost jednodušším řešením, digitální pomocníci mohou obohatit vaše cestovatelské zážitky. Nezapomeňte však, že nejcennější momenty často přicházejí, když telefon odložíte a plně se ponoříte do kouzla okamžiku. Technologie by měla vaši cestu usnadňovat, nikoli dominovat vaší pozornosti. Šťastnou cestu!

Gabriela Mlynka, foto: archiv



XREAL Air AR Glass



alza.cz
6 999 Kč

Timekettle WT2 Plus



bondyshop.cz
5 330 Kč

SolarPanel 5+



forhike.cz
2 339 Kč

CIFY

city for you HRADEC KR.



www.cify.cz



Hravé chvíle pro celou rodinu

Je tady léto, období prosluněných dnů plných dobrodružství a venkovních aktivit. Ale co když nám počasí nepřeje a za okny padá šedivý déšť. I tehdy se můžete smát, tvořit a užívat si nezapomenutelné chvíle. Přinášíme vám výběr netradičních her a aktivit, které promění každý deštivý den v příležitost k posílení rodinných pout a probuzení fantazie u všech členů domácnosti – od těch nejmenších až po dospělé, kteří touží znovu objevit své hravé já.

DOMÁCÍ ÚNIKOVÉ HRY

Proměňte svůj domov v dobrodružný svět plný hádanek a tajemství. Vytvořte únikovou hru na míru přímo ve vašem interiéru. Stačí promyšlený příběh, série záhadných indicií a časový limit. Inspirujte se třeba zámeckými tajemstvími hradeckého regionu nebo osobností Boženy Němcové a její cestou naším krajem.

Příprava takové únikovky není složitá, potřebujete především fantazii. Můžete využít šifer, hlavolamů, skrytých předmětů nebo kódů. Zapojte prvky, které mají vaše děti rády – ať už jde o dinosaury, vesmír nebo pohádkové bytosti. Důležité je odstupňovat obtížnost podle věku účastníků a nevytvářet frustrující překážky. Zážitek z rozluštění tajemné zprávy psané citrónovým inkoustem, který se zviditelní pouze pod teplem lampičky? Směle do toho!



KULINÁŘSKÉ EXPERIMENTOVÁNÍ

Proměňte svoji kuchyni v laboratoř gastronomických zázraků. Deštivé dny jsou ideální příležitostí k tomu, abyste společně vyzkoušeli netradiční recepty a zapojili i ty nejmenší členy rodiny. Zorganizujte domácí MasterChef, kde každý člen rodiny připraví jeden chod nebo společně vytvořte tematickou hostinu inspirovanou oblíbeným filmem či knihou.

Tematické vaření může být spojeno i s poznáváním jiných kultur. Připravte si mexickou fiestu, italský večer nebo japonské speciality. Děti mohou vyzdobit stůl, vyhledat zajímavosti o dané zemi a připravit tematický program. Stolujte netradičními způsoby! Učte se jíst hůlkami, oblékněte kostýmy, zkrátka cokoliv, co připomene autentickou atmosféru připravované kuchyně. Bonus? Smíchu bude dost!

SPORTOVNÍ VÝZVY POD STŘECHOU

Nedostatek pohybu během deštivých dnů může vést až k podrážděnosti a přebytku





energie. Udělejte ze svého obývacího pokoje arénu pro domácí olympijské hry. Vytvořte disciplíny, které lze provádět bezpečně uvnitř – slalom mezi plyšovými hračkami, hod papírových koulí do koše, přenášení ping-pongových míčků na lžíci či závody v balancování knih na hlavě.

Pro autentický zážitek pořiďte medaile, složte oficiální hymnu a každý rok přidávejte nové disciplíny. Populární bývají také netradiční závody jako například soutěž, kdy děti mají za úkol obléknout rodiče do co nejbizarnějšího oblečení. Kromě fyzických aktivit můžete zařadit i disciplíny zaměřené na postřeh, paměť nebo kreativitu. Nezapomeňte dokumentovat průběh vaší olympiády – fotografie a videa budou cennou vzpomínkou.

UMĚLECKÉ PROJEKTY PRO VŠECHNY GENERACE

Deštivé dny jsou ideálním časem pro umělecké tvoření. Místo klasických výtvarných technik však zkuste něco netradičního. Udělejte rodinnou koláž vzpomínek z vašich cest, experimentujte s mramorováním papíru pomocí barev na vodní hladině nebo vyzkoušejte japonskou techniku shibori při barvení textilu.

Zajímavým projektem může být také tzv. „art swap“ – každý člen rodiny začne tvořit na svém papíře a po pěti minutách si všichni výtvory vymění a pokračují v práci někoho jiného. Výsledkem je společné umělecké dílo, které nese stopy kreativity každého z vás. Tato aktivita učí respektu k práci ostatních a rozvíjí schopnost navázat na cizí myšlenku.

DIVADELNÍ IMPROVIZACE A DOMÁCÍ KINO

Vdechněte život oblíbeným příběhům a proměňte je v divadelní představení. Nepotřebujete složité kostýmy ani kulisy – fantazie a několik doplňků z vašeho šatníku postačí. Přidanou hodnotu může mít také sledování filmu, pokud z něj vytvoříte interaktivní zážitek – připravte tematické občerstvení odpovídající sledovanému filmu, vytvořte kvíz o znalosti děje nebo vymyslete alternativní konec příběhu.

Pro náročnější publikum lze uspořádat filmový maraton s konkrétním tématem – například filmy odehrávající se za deště, snímky natočené podle knih nebo díla oceněná Oscarem. Mezi projekcemi můžete diskutovat o zhlédnutém a porovnávat různé režisérské přístupy.

SPOLEČENSKÉ HRY S OSOBNÍM ROZMĚREM

Klasické deskové hry nikdy nezklamou, ale s trochou invence je můžete povýšit na osobnější úroveň. Vytvořte rodinnou verzi oblíbené hry – například Monopoly s místy, která jste společně navštívili, nebo kvíz inspirovaný rodinnými zážitky a historií. Při tvorbě vlastní hry zapojte celou rodinu – od návrhu herního plánu přes vymýšlení pravidel až po výrobu figurek.

Zajímavou alternativou je také uspořádat turnaj v hrách z vašeho dětství a představit je vašim potomkům. Mezigenerační předávání oblíbených aktivit posiluje rodinnou identitu a vytváří most mezi různými etapami života.

TECHNOLOGIE JAKO SPOJENEC, NIKOLI NEPŘÍTEL

Ačkoliv se často hovoří o negativním vlivu digitálních technologií na rodinné vztahy, při správném použití mohou být fajn pomocníkem. Vyzkoušejte aplikace pro vytváření rodinných kvízů, virtuální únikové hry nebo programy pro tvorbu animovaných filmů. Společné natáčení stop-motion animace s využitím hraček a chytrého telefonu může být zábavou na celé odpoledne.

Zajímavou aktivitou je také pátrání po rodinné historii s využitím digitálních archivů nebo vytvoření interaktivního rodokmenu. Pro sportovně založené rodiny existují aplikace s domácími cvičebními výzvami, které lze plnit společně.

KDYŽ PRŠÍ, RODÍ SE VZPOMÍNKY

Deštivý letní den není důvodem k rozmrzelosti, ale jedinečnou příležitostí vytvořit nezapomenutelné rodinné okamžiky. Tvůrčí činnosti nejen zpříjemní čas mezi čtyřmi stěnami, ale především utužují rodinné pouto a rozvíjejí dovednosti, na které v každodenním spěchu často zapomínáme.

Pamatujte, že nejdůležitější není bezchybný výsledek, ale sdílená přítomnost. Vaše děti si za pár let sotva vybaví, kolik slunných či zamračených dnů během léta bylo, ale s jistotou si uchovají vzpomínky na to, jak jste spolu vyráběli, hráli si a chechtali se – navzdory plískanici za oknem.

Až vám příště déšť překazí plány, nenechte se odradit kapkami bubnujícími na parapet. Naopak – otevřete dveře představivosti, hravosti a rodinnému souznění. Vždyť nejkrásnější duhy se často objeví právě po vydatné průtrži mračen.

Gabriela Mlynka, foto: archiv





Co si (ne)balit na dovolenou

Kdo z nás už někdy nezažil to vzrušení před balením kufrů na vysněnou dovolenou? Pečlivě vybíráme každý kousek oblečení a vybavení, které si vezmeme s sebou do zahraničí. Ale pozor – co je pro nás naprosto běžné, může být v jiných zemích považováno za přestupek, nebo dokonce trestný čin. A to poslední, co chcete zažít, je konfiskace vašich věcí na letišti, mastná pokuta nebo v nejhorším případě i vězení. Vydejme se proto společně na cestu kolem světa a odkryjme, co raději nechat doma, pokud míříte do některých populárních, ale kulturně odlišných destinací na letní dovolenou v roce 2025.

MUSLIMSKÝ SVĚT: RESPEKT K TRADICÍM JE ZÁKLAD

Alkohol a vepřové - velké kulturní tabu první kategorie

V zemích jako Írán, Saúdská Arábie nebo Kuvajt je jakýkoli alkohol absolutně nepřípustný. V Kataru zůstává konzumace alkoholu mimo licencované podniky přísně regulovaná. Alkohol je dostupný výhradně v licencovaných hotelích, restauracích a barech, přičemž pití na veřejnosti je nadále nelegální a trestné. Jeho dovoz zůstává v roce 2025 zapovězený.

Stejně přísná jsou pravidla pro vepřové maso a výrobky z něj. V Saúdské Arábii je dovoz vepřového masa a produktů z něj striktně zapovězen bez jakýchkoli výjimek.

Dobrou alternativou k alkoholu jsou výborné místní nealkoholické nápoje – od klasického čaje po speciality, jako je marocká mátová směs nebo turecký ayran. Místo vepřového vyzkoušejte místní pochoutky z jehněčího nebo skopového masa, které vás svou chutí určitě nezklamou.

Intimní pomůcky – neviditelná hranice osobní svobody

Plánujete romantickou dovolenou v Dubaji nebo relaxační pobyt v Egyptě? Pak byste měli vědět, že muslimské země mají velmi přísná pravidla týkající se morálky a intimity. Erotické pomůcky jakéhokoli druhu v zemích jako Spojené arabské emiráty, Saúdská Arábie, Írán nebo Malajsie zůstávají i v roce 2025 striktně zapovězeny, a to navzdory některým liberalizačním tendencím v jiných oblastech.

V Saúdské Arábii jsou erotické pomůcky považovány za pornografický materiál a jejich dovoz či držení je zakázáno. Stejná situace panuje ve Spojených arabských emirátech.



Pro páry, které plánují romantické chvilky, je nejbezpečnější spoléhat se na vzájemnou interakci bez jakýchkoli pomůcek. Používáte-li běžně lubrikační přípravky, vybírejte pouze ty, které jsou primárně označené jako zdravotnické či hygienické produkty a nemají provokativní balení.

EVROPA A VYSPĚLÝ SVĚT: I ZDE EXISTUJÍ PŘEKVAPIVÁ OMEZENÍ

Potraviny – zpřísněné kontroly po globálních událostech

Po pandemii ptačí chřipky v roce 2023 a několika případech přenosu nových patogenů došlo k významnému zpřísnění pravidel pro dovoz potravin do mnoha zemí.

Austrálie má přísná biobezbečnostní pravidla a vyžaduje, aby cestující deklarovali veškeré potraviny na příletové kartě.



Nový Zéland vyžaduje deklaraci všech rizikových položek včetně potravin. Pokud cestující nepřizná takové položky, může obdržet okamžitou pokutu ve výši 400 NZD. V závažnějších případech mohou sankce dosáhnout až 100 000 NZD nebo vést k trestu odnětí svobody až na pět let.

V návaznosti na obchodní dohody po Brexitu došlo v roce 2023 k částečnému uvolnění dovozu některých britských potravin do EU, ale stále platí přísné kvantitativní limity. Naopak dovoz masa a mléčných výrobků ze zemí mimo EU zůstává ve většině případů nepřípustný.

USA mají přísné předpisy týkající se dovozu potravin a vyžadují dodržování pravidel stanovených Úřadem pro kontrolu potravin a léčiv (FDA).

Japonsko má striktní regulace týkající se dovozu potravin, zejména masa a masných výrobků, a vyžaduje jejich deklaraci. Porušení těchto pravidel může vést k pokutám nebo trestnímu stíhání.

Namísto riskování s potravinami je vždy lepší ochutnat místní speciality přímo v destinaci a případné gastro-dárky nakoupit až na místě v obchodech s certifikovanými produkty určenými pro export.

Suvenýry z divokých zvířat – zpřísněná pravidla CITES

Po Světové konferenci o biodiverzitě v roce 2023 došlo k výraznému zpřísnění pravidel pro mezinárodní obchod s ohroženými druhy. Nová pravidla CITES (Úmluva



o mezinárodním obchodu s ohroženými druhy) nyní zahrnují mnohem více druhů včetně některých populárních suvenýrů, které byly dříve tolerovány.

Korály, lastury a mořské suvenýry jsou nyní pod přísnější kontrolou po ratifikaci mezinárodní dohody o ochraně oceánů v roce 2024. Thajsko a Filipíny regulují vývoz mořských suvenýrů v souladu s úmluvou CITES.

Tradiční medicínské produkty obsahující části ohrožených druhů jsou nyní kontrolovány i prostřednictvím molekulárních testů na letištích v Číně, Hong Kongu a Singapuru. Evropská unie v roce 2023 zavedla jednotný systém kontrol s pokutami až 10 000 euro (přibližně 250 000 korun).

Pozor také na dřevěné suvenýry – mnoho druhů exotického dřeva bylo v posledních letech zařazeno na seznam chráněných. V roce 2024 proběhla v Brazílii a Indonésii rozsáhlá razie na obchody se suvenýry, což vedlo k zatčení několika turistů za nevědomý nákup výrobků z nelegálně těženého dřeva.

Etické a legální alternativy zahrnují ručně vyráběné předměty z udržitelných materiálů, tradiční textilie, keramiku nebo digitálně certifikované suvenýry s QR kódem potvrzujícím legální původ, což je nový trend roku 2025.

MODERNÍ TECHNOLOGIE A JEJICH OMEZENÍ

Drony a moderní záznamová zařízení

S rozšířením dostupnosti dronů a nositelných záznamových zařízení přišla i vlna regulací. Od roku 2023 mnoho zemí významně zpřísnilo pravidla pro přivážení a používání dronů.

SAE vyžadují registraci dronů a dodržování přísných pravidel pro jejich provoz. Porušení těchto pravidel může vést k pokutám nebo trestnímu stíhání.



Japonsko zavedlo v roce 2024 systém dočasných licencí pro turisty s drony, nicméně létání je zakázáno ve všech městských oblastech a národních parcích. Čína vyžaduje registraci dronů nad 250 gramů a zakazuje létání ve většině turistických lokalit.

Nositelné kamery a záznamová zařízení jsou omezena v některých muslimských zemích, zejména v Saúdské Arábii, kde je zakázáno natáčet na veřejných prostranstvích bez povolení. Za porušení hrozí sankce až 10 000 rijálů (přibližně 65 000 korun).

Alternativou je využití místních fotografických služeb nebo zapůjčení legálně registrovaného dronu s průvodcem, což je nová služba nabízená v mnoha turistických destinacích v roce 2025.

JAK SE VYHNOUT PROBLÉMŮM: PREVENCE JE ZÁKLAD

Informace na prvním místě

Základem bezproblémové dovolené je důkladná příprava. Před cestou do jakékoli destinace si prostudujte aktuální informace na stránkách Ministerstva zahraničních věcí a příslušného velvyslanectví. Mnoho zemí má své specifické seznamy zakázaných předmětů online.

Nový trend roku 2025 představují specializované cestovatelské aplikace s funkcí kontroly zakázaných předmětů podle zvolené destinace. Aplikace jako TravelScan nebo BorderPass využívají umělou inteligenci k prověření vašeho seznamu věcí a upozorní vás na veškeré potenciální problémy.

Pokud cestujete s léky, vždy si vyžádejte od vašeho lékaře mezinárodní potvrzení. Zároveň si předem ověřte, zda vaše léky neobsahují látky zakázané v cílové destinaci. Pro jistotu mějte léky v originálním balení s viditelným popisem a využijte elektronické předschválení, pokud je k dispozici.

Buďte obezřetní při nákupu suvenýrů. Nízká cena exotického výrobku může znamenat, že pochází z nelegálních zdrojů. V roce 2025 je stále více turistických oblastí vybaveno oficiálními certifikáty udržitelnosti pro suvenýry – dávejte přednost obchodům s těmito certifikáty.

Gabriela Mlynka,
foto: archiv

Pošlete brýle k vodě

Vyzkoušejte kontaktní čočky, co vám sednou. Léto je volnost!

Náchod
Hradec Králové
Police nad Metují
Dobruška
Opočno
Úpice



ESVIS

www.esvis.cz

Užijte si léto!

Léto ve východních Čechách přeje kultuře a zábavě. Festivaly, divadelní představení pod širým nebem nebo třeba netradiční zážitky na safari – to všechno čeká na vaše objevení. Vybrali jsme devět tipů, které by vám během prázdnin rozhodně neměly uniknout.



ŠPINDLEROVSKÁ POUŤ

29. 6. 2025

Špindlerův Mlýn zve na tradiční Špindlerovskou pouť, která každoročně přináší zábavu pro celou rodinu. Čekají vás kolotoče, pouťové atrakce, řemeslné stánky, hudební vystoupení i bohatý doprovodný program. Malebné horské městečko se na jeden den promění v centrum veselí, kde si na své přijdou děti i dospělí. Přijeďte si užít pravou horskou pouťovou atmosféru!



LETNÍ SAFARI VE DVOŘE KRÁLOVÉ

1. 7. - 31. 8. 2025

Safari Park Dvůr Králové nabízí během letních prázdnin výjimečný zážitek – večerní prohlídky africké divočiny v čase, kdy jsou zvířata nejaktivnější. Speciální program zahrnuje komentované projížďky po Safari, při nichž můžete pozorovat stáda žiraf, zeber, antilop a dalších kopytníků.



BITVA U HRADCE KRÁLOVÉ – KÖNIGGRÄTZ 1866

3.–5. 7. 2025

Bojiště Chlum u Hradce Králové se na začátku července promění v živou připomínku největší bitvy na českém území – prusko-rakouského střetu z roku 1866. Během tří dnů se mohou návštěvníci těšit na pietní akty, slavnostní vojenské průvody, koncerty a především na velkolepou bitevní ukázku.



VESELOKOPECKÝ JARMARK

19. 7. 2025

Skanzen Veselý Kopec u Hlinska, součást Muzea v přírodě Vysočina, se uprostřed prázdnin promění v živoucí ukázku tradičních řemesel a lidových zvyků. Od devíti hodin ráno až do pěti odpoledne budete moci obdivovat práci šikovných řemeslníků předvádějících tradiční výrobní postupy. K vidění bude zpracování dřeva, kovářství, drátenictví, hrnčířství i textilní techniky. Atmosféru dokreslí vystoupení lidových muzikantů a tanečníků.



MEZINÁRODNÍ FOLKLORNÍ FESTIVAL

20. – 24. 8. 2025

Jeden z nejstarších a nejvýznamnějších folklorních festivalů v České republice oslaví již 71. ročník. Během pěti festivalových dnů se v přírodním amfiteátru v Červeném Kostelci představí přibližně 600 tanečníků, hudebníků a zpěváků z České republiky i celého světa.



IRONMAN HRADEC KRÁLOVÉ

17. 8. 2025

Hradec Králové se stane dějištěm prestižního závodu IRONMAN, kde sportovci z celého světa poměří své síly ve třech disciplínách: plavání, cyklistice a běhu. Tento náročný triatlonový závod přiláká jak profesionály, tak amatérské sportovce a nabídne jedinečnou atmosféru nejen pro závodníky, ale i pro diváky.

inzerce

2 | 8 | 2025
od 14.00 do 22.00 hodin
park na náměstí 5. května
Hradec Králové

Butterfly
s podporou Hradce Králové

HRADECKÉ NÁBŘEŽÍ VÍNA
aneb Hradec pije víno





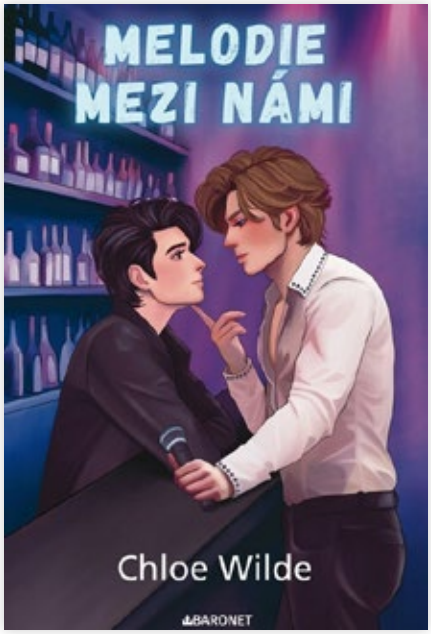

PŘIJĎTE SI POSLECHNOUT KVALITNÍ HUDBU, VYCHUTNAT SKVĚLÉ VÍNO A GASTRONOMICKÉ POCHOUTKY V SAMÉM CENTRU HRADCE KRÁLOVÉ.

www.butterfly-agency.cz
@AgenturaButterfly
@AgenturaButterfly

Spolupracující partner: vmouce
Partner hudebního programu: NÁBŘEŽNÍ JAZZOVÁ POUŤ
Kreativní partner: MAXX
Dodavatelé akce: Královéhradecká provozní, Hradecké služby a.s.
Hlavní mediální partner: Quartier
Mediální partner: Salonky, Kiss Radio

Stránky jako dovolená

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.



MELODIE MEZI NÁMI

Chloe Wilde

Hudba má moc spojovat srdce, která by se jinak nikdy nepotkala. Kapela Dawn of Paradise se po letech vrací na hudební scénu a Gideon znovu objevuje své místo s mikrofonem v ruce. Když se v den prvního koncertu comebackového turné seznámí s charismatickým barmanem Waylenem, vše se zdá dokonalé. Jenže Gideona brzdí nejen rozjíždějící se kariéra, ale i minulost, kterou se zoufale snaží vytěsnit. A Waylen? Ten zase nechce narušit křehkou rovnováhu svého pečlivě budovaného života. Přesto je jejich vzájemná přitažlivost silnější než všechny pochybnosti. Dokáže láska k hudbě vytvořit most i mezi dvěma světy?



TETA

Valérie Perrinová

Výjimečná francouzská autorka, jejíž díla si získala srdce českých čtenářů, se vrací s mistrovsky vystavěným románem o nenápadném pátrání, které odkrývá staré tajemství. „Vaše teta zemřela." „Moje teta?" „Colette Septembrová." Tímto telefonátem začíná pro Agnès příběh, který zpochybní vše, co kdy věděla o své rodině. Jak je možné, že její teta zemřela, když je již tři roky pohřbená na hřbitově v Gueugnonu? A proč Colette chtěla, aby si Agnès myslela, že je mrtvá? Proč se skrývala? Kdo vlastně byla žena, kterou Agnès považovala za svou tetu? S každou nalezenou audiokazetou, se Agnès noří hlouběji do rodinné historie.



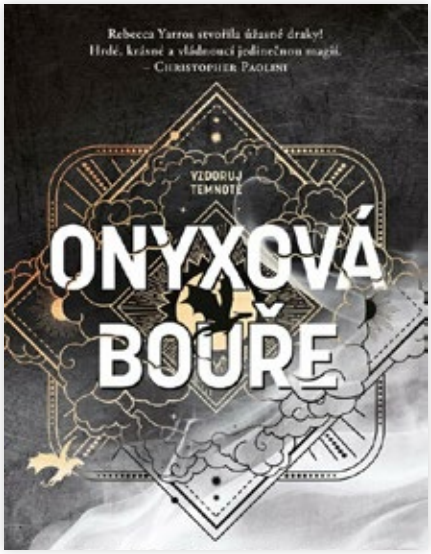
MOJE VELKÉ ŘECKÉ LÉTO

Sue Roberts

Když si Mandy, které je kousek pod třicet, myslela, že bude navždy šťastně provdána za svou první lásku Dannyho, její svět se zdál dokonalý. Jenže pak zjistí, že ji její manžel podvádí, a dosavadní jistoty se rozpadají jako domek z karet. Najednou stojí na prahu rozhodnutí – jak dál? Spontánní nápad vydat se na dovolenou do slunného Řecka se ukáže jako přesně to, co potřebuje. V malebné vesničce na ostrově Rhodos nachází nejen prostor k zahojení ran, ale i inspiraci k odvážnému kroku. Neplánovaně se zapojí do příprav místního hudebního festivalu a při tom zjišťuje, že někdy je třeba ztratit směr, abychom mohli najít sami sebe.







ČAS VOS

Alena Mornštajnová

Mistryně českého románu nás tentokrát bere do světa dvou zdánlivě odlišných lidí, jejichž cesty se protínají dávno předtím, než se skutečně setkají. Bára je přesvědčená, že její život by byl šťastnější, kdyby do něj před lety kdosi nezasáhl a nezměnil jeho směr.

PLAVČÍK

Jaroslav Cimprich, Jiří Polák, Rudolf Vítek

Když plavčík Béda Kropík ve svém typickém pruhovaném tričku a s úsměvem od ucha k uchu nastoupí na pracovní směnu v městských lázních, nuda rozhodně nehrozí! Autoři námětu s humorem reflektují život v královéhradeckých lázních.

ONYXOVÁ BOUŘE

Rebecca Yarros

Třetí díl fenomenální fantasy série Empyreum znovu otevírá brány světa, kde vládnou draci a jejich jezdci. Po téměř roce a půl na Basgiathské válečné akademii Violet ví, že čas na další studium již vypršel. Bitva, která může rozhodnout o budoucnosti celého národa, právě začíná.

inzerce

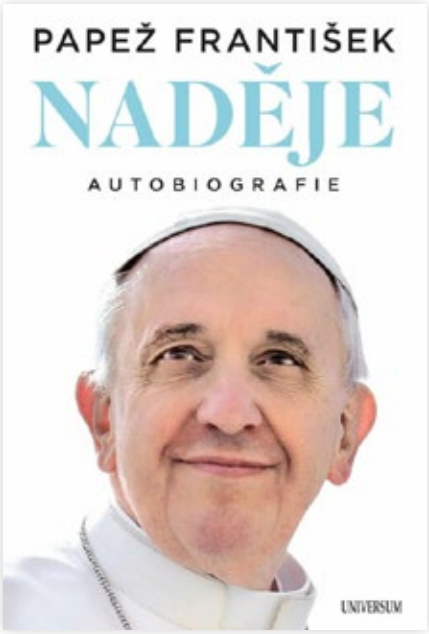




AŽ SE ZNOVU POTKÁME

Rebecca Yarros

Existuje druhá šance pro ty, kteří ji nikdy nedostali? Když Izzy Astorová nastoupí do letadla, vůbec netuší, jak osudové rozhodnutí právě učinila. Vrací se z dovolené, kolem typický cestovní ruch, davy spěchajících lidí. Avšak muž na vedlejším sedadle rozhodně typický není. Nate Phelan s tmavými vlasy, modrýma očima a neobyčejným šarmem ji okamžitě zaujme. Izzy nikdy nevěřila na osudová setkání, ale to se brzy změní. Pouhých devadesát vteřin po vzletu se letadlo zřítí do řeky Missouri a jejich životy se během mžiku propojí, aby se záhy rozdělily. Nate se vydává na kariéru v armádě, zatímco Izzy směřuje od studií až k politice.



NADĚJE

Papež František

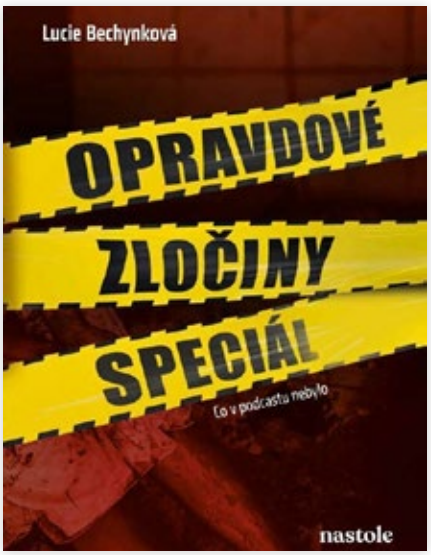
První oficiální autobiografie hlavy katolické církve v historii nabízí mimořádný vhled do života Jorgeho Maria Bergoglia. Papež František otevřeně hovoří o svém dětství a dospívání, vypráví o událostech, které ho přivedly k duchovní dráze, a s upřímností sobě vlastní reflektuje klíčové okamžiky svého pontifikátu. Neskrývá ani své postoje k palčivým tématům současnosti – válečným konfliktům, migraci, chudobě či budoucnosti církve v moderním světě. S odzbrojující přímostí přibližuje své myšlenky, které mnozí považují za odvážné a pro jeho působení charakteristické. Naděje je osobním příběhem, i poselstvím.



HVĚZDOPRAVCI Z KAVÁRNY ÚPLNĚK

Mai Močizuki

V Japonsku jsou kočky odedávna považovány za symbol štěstí. Prastaré legendy praví, že pokud k nim budete vlídní, jednoho dne vám vaši laskavost jistě oplatí. A pokud náhodou projevíte dobrotu té správné kočce, možná získáte pozvání do záhadné kavárny, která se objevuje za třpytivého svitu kjótského měsíce. Nejde však o ledajaký podnik. Nemá stálé místo ani pevnou otevírací dobu – zjevuje se výhradně na různých místech ve městě, když je měsíc v úplňku. Majitelka kavárny navíc umí číst z hvězd.



OPRAVDOVÉ ZLOČINY SPECIÁL

Lucie Bechynková

Ponořte se do nejtemnějších koutů lidské duše s mimořádným vydáním úspěšného true crime fenoménu. Lucie Bechynková, spoluzakladatelka a moderátorka populárního podcastu Opravdové zločiny, tentokrát přináší výběr těch nejfascinujících kriminálních případů z celého světa v jedinečném speciálu. Kniha nabízí detailní pohled na záhadné, promyšlené i brutální zločiny, které otřásly světem a zanechaly za sebou nezodpovězené otázky. Autorka vás provede ponurými událostmi s citlivostí, respektem k obětem a se svým charakteristickým stylem, který si získal tisíce fanoušků. Speciální vydání doplňují exkluzivní rozhovory s kriminalisty, právníky i forenzními psychology, kteří nabízejí pohled do zákulisí vyšetřování. Pro všechny milovníky skutečných kriminálních příběhů jde o povinnou četbu, která vás nenechá v klidu ani dlouho po dočtení poslední stránky.

Na každé DOBRODRUŽSTVÍ *i to malé*



JEMNĚ
PERLIVÝ DRINK

S CHUTÍ & STYLEM

100% PŘÍRODNÍ | BEZ ÉČEK

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

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

VINOTÉKA u mazlíka



Léto volá do kina!

Horké letní dny přinášejí kromě osvěžení u vody i možnost zchladit se v klimatizovaných kinosálech při sledování nejnovějších filmových hitů. Nabídka je skutečně pestrá – od akčních blockbusterů přes vizuálně opulentní komiksové adaptace až po duchaplné komedie a napínavá dramata.



MISSION: IMPOSSIBLE – POSLEDNÍ ZÚČTOVÁNÍ

Zkušený agent Ethan Hunt se v osmém (a údajně finálním) díle slavné špionážní série vrací, aby čelil své dosud největší výzvě. Kromě starého protivníka Gabriela, jehož se stále nepodařilo dopadnout, musí zachránit svět před novou hrozbou – umělou inteligencí známou jako Entita, která se rozhodla ovládnout lidstvo. Tom Cruise opět předvádí dechberoucí kaskadérské kousky.



LILO & STITCH

Oblíbený animovaný film z produkce Disney se dočkal hrané adaptace, která potěší nostalgické fanoušky původního snímku i novou generaci diváků. Příběh osamělé havajské dívky Lilo, která se spřátelí s mimozemským stvořením na útěku, kombinuje reálné herecké výkony s pokročilou CGI technologií. Příběh vypráví o přátelství, rodině a hledání místa, kam patříme.



FANTASTICKÁ ČTYŘKA: PRVNÍ KROKY

Marvel Studios uvádí nové zpracování příběhu ikonického superhrdinského týmu, tentokrát zasazeného do retrofuturistického světa šedesátých let. Snímek režírovaný Mattem Shakmanem čerpá z klasických komiksových příběhů a vyniká působivými vizuálními efekty, charakteristickým designem i propracovanými kostýmy.



SUPERMAN

Nový začátek legendárního komiksového hrdiny pod taktovkou Jamese Gunna, režiséra úspěšných Strážců galaxie, přináší svěží pohled na ikonického superhrdinu. David Corenswet se ujímá role Clarka Kenta, který se snaží vyrovnat se svým kryptonským dědictvím a zároveň prožívá ztrátu svého pozemského otce. Gunn čerpal inspiraci z komiksu All-Star Superman.



THUNDERBOLTS*

Netradiční tým antihrdinů se musí semknout, aby čelil nebezpečné misi, která je donutí konfrontovat temné stránky své minulosti. Florence Pugh jako Yelena Belova vede skupinu složenou z postav, které známe z předchozích marvelovských filmů – Bucky Barnes (Sebastian Stan), Rudý Guardian (David Harbour), John Walker (Wyatt Russell) a další.



KAPELO, HRAJ

Francouzská komedie oblíbeného režiséra Emmanuela Courcola vypráví příběh mezinárodně uznávaného dirigenta Thibauta, který zjistí, že byl adoptován a má bratra Jimmyho. Ten žije v malém městečku na severu Francie, pracuje ve školní jídelně a hraje na pozoun v místním orchestru. V hlavních rolích Benjamin Lavernhe a Pierre Lottin.

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 Verónica
BENALMÁDENA
SPAIN

@casa.veronica.benalmadena
www.casaveronica.eu





Letní elegance, která oslní

Hledáte inspiraci pro letní sezónu? Inspirujte se dvanácti produkty, které vám přinesou radost a potřebnou dávku stylu do vašeho šatníku, domova i každodenního života. Tyto výjimečné kousky zaručeně rozjasní vaše letní dny!



PLÁŽE VOLAJÍ

Okouzlete okolí v sofistikované plážové tunice Le Chaton. Tato vzdušná tunika z kvalitního materiálu nabízí dokonalou kombinaci elegance a pohodlí pro horké letní dny u moře. Jemný vzor a volný střih lichotí každé postavě a poskytuje stylovou ochranu před sluncem – nepostradatelný kousek pro vaši letní dovolenou.

lechaton.cz
1 399 Kč

ELEGANTNÍ OCHRANA

Chraňte svou pleť luxusním opalovacím krémem La Prairie Cellular Swiss SPF 50. Tento prémiový přípravek kombinuje špičkovou ochranu proti slunečnímu záření s intenzivní péčí o pokožku. Díky exkluzivní švýcarské formuli pleť nejen chrání, ale i vyživuje a regeneruje – ideální společník pro všechny letní aktivity.

notino.cz
2 211 Kč



VĚČNÝ SLIB

Zpečeťte svou lásku nádhernými snubními prsteny Acredo. Tyto exkluzivní prsteny vyrobené ze 14karátového zlata a osázené brilianty ztělesňují dokonalou kombinaci německé preciznosti a nadčasové elegance. Každý prsten je unikátním symbolem lásky vyrobeným s důrazem na kvalitu a detail – dokonalý výraz vašeho závazku na celý život.

oronico.cz
Dámský prsten: 27 790 Kč
Pánský prsten: 29 890 Kč





STYLOVÁ POKRÝVKA

Chraňte se před letním sluncem elegantním kloboukem Weekend Max Mara Eliseo. Tento široký slaměný klobouk v béžovém odstínu je nejen módním doplňkem, ale i praktickou ochranou před slunečními paprsky. Klasický design a kvalitní materiál zajistí, že tento nadčasový kousek bude zdobit vaši letní garderobu po mnoho sezón.

modivo.cz
4 590 Kč



LETNÍ LEHKOST

Dopřejte svým nohám pohodlí a styl s vyšívanými plátěnými pantoflemi Jimmy Choo Joa. Tyto ikonické pantofle spojují luxusní design s nenucenou elegancí a jsou ideální pro horké letní dny. Perfektní kousek, který váš letní šatník posune na novou úroveň a stane se nepostradatelným společníkem vašich letních outfitů.

mytheresa.com
12 990 Kč

ZLATÝ DOTEK

Rozehřejte své letní outfity stylovými bezprstými rukavicemi Karl Lagerfeld K Circle. Tyto jedinečné rukavice v elfínově žluté barvě představují neotřelý módní statement a dodají vašemu stylu nečekaný nádech hravosti. Perforovaný design zajišťuje prodyšnost a pohodlí i během teplých letních dnů.

vermont.cz
2 550 Kč





ROZJASNĚNÁ PLEŤ

Dodejte své pleti přirozený lesk pudrem Chanel Les Beiges Healthy Glow. Tento legendární pudr propůjčí vaší pleti dokonalý vzhled s efektem přirozeného opálení a zajistí, že budete zářit po celý den. Lehká textura se přizpůsobí tónu pleti a vytvoří bezchybný vzhled, který vydrží i během horkých letních dnů.

notino.cz
1 590 Kč

HVĚZDNÝ POHLED

Dodejte svému letnímu stylu hollywoodský šmrnc luxusními slunečními brýlemi Chloé. Tyto ikonické brýle v černo-hnědé kombinaci nabízejí dokonalou ochranu očí a zároveň jsou výrazným módním prvkem. Nadčasový design a prvotřídní zpracování zajistí, že budete středem pozornosti na pláži i ve městě.

zalando.cz
8 290 Kč



NÁMOŘNICKÁ INSPIRACE

Ozvláštněte svůj letní outfit hedvábným šátkem Gant Sailing Print. Tento luxusní doplněk s námořnickým motivem můžete nosit mnoha způsoby – kolem krku, ve vlasech nebo uvázaný na kabelce. Prvotřídní hedvábí a nadčasový design z něj činí všestranný doplněk, který povznese každý letní outfit.

gant.cz
2 490 Kč





LETNÍ KOŠÍK

Doplňte svůj letní šatník stylovou kabelkou Celine Classic Panier. Tento luxusní košík z palmových listů a telecí kůže kombinuje přírodní materiály s prvotřídním řemeslným zpracováním. Prostorný design pojme vše potřebné pro den ve městě i na pláži a stane se symbolem vašeho vytříbeného vkusu a smyslu pro detail.

celine.com
56 800 Kč

SVĚŽÍ VŮNĚ

Zahalte se do svěží vůně Lancôme La Vie Est Belle Soleil Cristal. Tato parfémovaná voda zachycuje esenci sluncem zalitého léta s ovocnými a květinovými tóny. Její zářivá a optimistická kompozice vás bude provázet celým dnem a připomínat radost a lehkost letních měsíců – dokonalý smyslový zážitek pro letní dny.

notino.cz
2 160 Kč





HEBKÝ HERBÁŘ

Obklopte se luxusem s bavlněnou ouškou Herbář 90 x 170 cm. Tento prémiový velur propůjčí vaší koupelně dokonalý vzhled s efektem přírodního opálení a zajistí, že budete zářit po celý den. Hebká textura se přizpůsobí tónu vaší pokožky a vytvoří bezchybný pocit, který vydrží i během horkých letních dnů.

mkluzkoviny.cz
389 Kč

NEROZBITNÝ KRYT

Dopřejte svému telefonu prémiový styl s krytem Beach Please pro iPhone 16 Pro Max. Tento výjimečný kryt spojuje elegantní design s maximální ochranou a zajistí, že váš telefon bude vypadat skvěle při každé příležitosti. Odolná konstrukce MagSafe se přizpůsobí tónu vašeho životního stylu a vytvoří bezchybný vzhled, který vydrží i během nejrušnějších letních dnů.

burga.cz
1 299 Kč



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

Příští číslo

očekávejte v září

Zlatá horečka v poušti

Boom nákupu nemovitostí
v Dubaji

Atmosféra s příchutí vína

Degustační koutek přímo
u vás doma

Ženy, které mění východní Čechy

Inspirativní příběhy podnikatelek,vizionářek a lídryň,
které formují tvář našeho regionu

Kabát jako manifest

Když móda dává smysl

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 • **Český rozhlas Hradec Králové** – Havlíčkova 292/1 • **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 • **Oronico Klenotnictví** – Gočárova třída 1297 • **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 • **DannyMa** – Labský Palouk 495 • **Dapi** – Třída Míru 71 • **Dostihové závodiště Pardubice** – Pražská 607 • **Fine Fitness** – Jindřišská 276 • **France Car** – Dražkovice 156 • **Krajská knihovna v Pardubicích** – Pernštýnské nám. 77 • **Mlsoun Pardubice** – Smilova 337 • **Boutique Paradis Fashion** – Sladkovského 767 • **Pardubický kraj** – Komenského nám. 125 • **Pardubický perník – Pavel JANOŠ** – Věry Junkové 306 • **ProSpánek** – S. K. Neumanna 2869

NA DALŠÍCH MÍSTECH VE VÝCHODNÍCH ČECHÁCH: Baroque dvoreček – Revoluční 79, Dvůr Králové nad Labem • **Baroque ve dvoře** – T. G. Masaryka 80, Dvůr Králové nad Labem • **BRAFE** – Havlíčkova 145, Chrudim • **Café Orangerie** – Pražská 1, Chlumec nad Cidlinou • **Dominent** – Opletalova 15, Chrudim • **Domov sv. Josefa v Žirči** – Žireč 1, Dvůr Králové nad Labem • **GRAND hotel & restaurant** – Klicperova 51, Chlumec nad Cidlinou • **Infocentrum Revitalizace Kuks** – Kuks 72 • **K-TRIUMF RESORT** – Hustířanská 209, Velichovky • **Lázně 1897** – Lázně 100, Velichovky • **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 • **Restaurace Baroque** – Kuks 57 • **Salon Visage** – Jiřího Šlitra 1766, Rychnov nad Kněžnou



Těšíme se na vás v centru Hradce Králové

TopStyl

Švehlova 321 a Masarykovo náměstí

www.topstyl.cz

Joseph Ribkoff · CAMPIONE · ELISA CAVALETTI · pierre cardin · MARC CAIN · TAIFUN

CASA

BAR & BISTRO & BED

OCHUTNEJTE ITÁLII









WWW.CASADELPROSECCO.CZ

WWW.PENZIONCASA.CZ