žlutý

09–10
2024

Dvouměsíčník Žlutý je zdarma k dispozici
na autobusových a vlakových linkách RegioJet
a na pobočkách RegioJet a STUDENT AGENCY

Chcete **pracovat** a zároveň **bydlet** na horách?

Pro naše hotely v Rakousku a Česku hledáme aktivní kolegy, kteří milují hory, přírodu, sport a chtějí žít a pracovat na horách. Splňte si svůj sen třeba v našem novém horském hotelu Pitztalhaus, který se nachází na úpatí ledovce Pitztal. Ideální pozice našeho hotelu a skvělé zázemí přímo vybízí ke sběru špičkových zážitků na vrcholcích Tyrolska.

Máme pro vás skvělé podmínky:

- Ubytování a strava zdarma
- Skipas zdarma (Rakousko)
- Nástup dle dohody
- Zaškolíme vás
- Pracovní doba je nastavená tak, abyste měli čas na sebe, na lyžování i turistiku

Očekáváme:

- Znalost jazyků, němčina výhodou pro rakouský hotel Pitztalhaus
- Praxi z gastronomie nebo pohostinství (výhodou)
- Komunikační dovednosti
- Samostatnost
- Odolnost vůči stresu
- Ochotu případně vycestovat za hranice
- Ochotu pracovat a žít v hotelu

Více se dozvíte zde:
www.regiojethotels.cz

EDITORIAL

Vážení cestující,

zatímco příroda kolem nás se připravuje na každoroční podzimní hru barev, v redakci Žluťáka už sněží a mrzne. Připravili jsme pro vás zajímavý výběr článků, které vás zavedou na bílé pláně Severu a nabídnou inspiraci pro vaše vlastní cesty.

Ve Švédsku se můžete vydat na sněžnicích do nedotčené přírody. Chce to nejen odvahu, ale i trénink a správné oblečení. Pokud se chystáte do Norska, přečtěte si o tradičním životě Sámů, kteří žijí na severu Evropy už pět tisíc let. Své kouzlo mají i tajemné Špicberky, které lákají cestovatele svou divokou krásou. V exkluzivním rozhovoru s polárníkem a cestovatelem Petrem Horkým se podíváme na Antarktidu, kontinent věčného ledu. Opakovaně se tam vrací a podle všeho by z české polární stanice nejraději ani neodjel.

O našich Stezkách z lásky vypráví tentokrát většinový majitel Kofoly Jannis Samaras. Je to parťák a nadšenec, který je s námi od začátku projektu. Na některých akcích jste se ním mohli potkat mezi dobrovolníky.

Máme všichni moc rádi cestování a vůni dálek, ale když se máme kam vrátit domů, do českých luhů a hájů, je to stejně nejvíc. V rámci putování po Česku si už můžete naplánovat podzimní či zimní výšlapy na místa s nejkrásnějšími výhledy. Z těch se zvířecími jmény Liška, Medvěd a Ovce uvidíte na Krkonoše, z Krásenského vrchu se můžete kochat výhledy na Krušné hory. Když se ochladí a do přírody vyrážejí jen skalní příznivci, užijete si mnohem více klidu i v Adršpachu nebo u Broumovských stěn.

Šťastnou cestu a šťastné návraty přeje

Radim Jančura

Dvouměsíčník Žlutý 09-10/24; MK ČR E 21334
Vychází 1. 9. 2024 v Brně

Vydavatel: STUDENT AGENCY k.s.,
Dům pánů z Lipé, nám. Svobody 17,
602 00 Brno; IČ 25317075

Odpovědná redaktorka: Marta Dlouhá
Redakce: Barbora Janečková
Jazyková korektura: Lucie Endlicherová
Obálka: Filip Jahoda

Inzerce: Jan Šimůnek, media@regiojet.cz

Uvítáme vaše připomínky a náměty:
zluty@regiojet.cz

Sledujte nás na Instagramu **casopis_zluty** čekají vás další **soutěže**

OHLASY NAŠICH CESTUJÍCÍCH

Dobrý den,
právě se vracíme z letiště ve Vídni.Hodujem u vás ve vlaku. Skvělý kafe, čoko dort, plněné bramorové knedle a plzeň. Super ceny!!!

Balákovi, Brno

Posílám pozdravy
z cesty do Budapešti, kam jsme se vydaly s mamkou.

Anetka Klímová, Blansko

VYHODNOCENÍ SOUTĚŽÍ z 05–06/24

KNIHA ČESKOMORAVSKÁ STEZKA
Kolik dohromady měří všech šest stezek Via Czechia? Odpověď: **b) 4 448**
Výherci: Tomáš Cafourek, Lipník; Alena Vansová, Rychvald; Martina Syrová, Štětí

KNHA PUTUJ SE MNOU PŘES MORAVU
Jak dlouhá je Moravskoslezská trasa Svatojakubské stezky? Odpověď: **a) 277**
Výherci: Z. Procházka, Val. Meziříčí; K. Polínková, Moravany; B. Palátová, Branky

VSTUPENKY DO INTERAKTIVNÍ EXPOZICE TICHÁ HRDINSTVÍ
Jak se jmenují hlavní hrdinové expozice? b) Jaryna, Tomáš, Milena, Leopold
Výherci: Marcel Moržol, Polná; Denisa Chytilová, Přerov; Milan Matonoha, Nový Jičín

VSTUPENKY NA OHŇOSTROJOVOU A DRONOVOU SHOW
Co v překladu znamená IGNIS BRUNENSIS? Odpověď: **b) ohně brněnské**
Výherci: Ondřej Blažek, Třeboň; Renata Linhartová, Brno; Hana Bojanovská, Brno

Milí čtenáři, budeme rádi, když na adresu zluty@regiojet.cz zašlete své fotografie z cest žlutým vlakem nebo busem nebo těch, na kterých vás doprovázel náš Žluťák. V předmětu uveďte FOTO. Můžete se těšit na malou pozornost z naší redakce. Zasláním fotografie a textu dáváte souhlas k jejich uveřejnění.

Téma čísla:

BÍLÝMI PLÁNĚMI

4 | CESTOVÁNÍ
SVOBODNÉ TOULÁNÍ BÍLÝMI PLÁNĚMI
Dobrodruh Jan Mühldorf nás provede na sněžnicích švédskou krajinou a přiblíží atmosféru zimního ultramaratonu v Čechách.

18 | CESTOVÁNÍ
DIVOKÉ ŠPICBERKY
Lea Mirošová vás přesvědčí, že vydat se na dovolenou za polární kruh stojí za to.

42 | CESTOVÁNÍ
DLOUHÁ ZIMA V NORSKU
Blanka Bártová už pět let pracuje v Oslu, na pobočce české IT firmy.

50 | LIFESTYLE
NA ANTARKTIDĚ BYCH VYDRŽEL I CELOU POLÁRNÍ ZIMU
Režisér Petr Horký dokumentoval práci vědců na české polární stanici.

72 | REISEN MIT REGIOJET | TRAVEL WITH REGIOJET
REISETIPPS | TIPS FOR A TRIP

Cesta přes zamrzlé, tři kilometry dlouhé jezero

SVOBODNÉ TOULÁNÍ BÍLÝMI PLÁNĚMI

nejen po Skandinávii

Po období pěších cest po teplých zemích jsem si splnil dávný sen – účastnit se výpravy daleko za polární kruh do severního Švédska. Díky dostupným letenkám z Prahy do Stockholmu a vlakovému spojení nejsevernější evropskou železnicí do města Kiruna a dále do Abiska se sen začal stávat skutečností.

TEXT: Jan Mühldorf ■ FOTO: Jan Mühldorf, ultramaraton: Petra Moravcová

Krajina švédského Laponska je jednou z posledních evropských divočin a nalézá se zde i „pól nedostupnosti", kde je ve všech směrech nejbližší silnice vzdálena přes 50 km.

Cestování Polárním expresem je samo o sobě velkým zážitkem. Cesta ze Stockholmu do Abiska trvá 19 hodin a z vlaku jsou vidět měnící se lesy a veliká jezera. Stromy se postupně zmenšují, lesy jsou řidší a sněhu stále přibývá. Nakonec jsou okolo jen zakrslé polární břízy. Vidíme i první soby a občas dřevěné domy v typických barvách – zelené, hnědočervené nebo žluté. Zahlédli jsme i ceduli Polar Circle.

Švédskou barvou se rozumí typická švédská červená, takzvaná falunská červená (Falu rödfärg). Barva vznikla v hornickém městě Falun, jehož měděný důl byl kdysi jedním z největších v Evropě. Ruda, která se tam těží, má výrazně načervenalou barvu, protože měď obsažená v rudě časem krystalizuje. Dalšími složkami jsou limonit, kyselina křemičitá a zinek. Při těžbě rudy vznikají kaly, které obsahují zbytky těchto látek a z nichž se vyrábí barvy na dřevo. Jako pojivo slouží škrob a lněný olej, které se vaří dohromady se železitým vitriolem a minerálním pigmentem. Tato „bahenní barva" je velmi levným nátěrem na ochranu dřeva s dlouhou životností a odolností proti drsnému povětří. Barva je atraktivní i tím, že připomíná domy z červených cihel bohatších Středoevropanů.

POLÁRNÍ KRUH
Zeměpisná rovnoběžka, jejíž poloha je dána sklonem zemské osy. Za polárním kruhem slunce alespoň jeden den v zimě nevystoupí nad obzor (nastane polární noc). A alespoň jeden den v létě nesestoupí pod obzor (polární den).

Projíždíme i hornickým městem Kiruna, kde je největší činný podzemní důl na magnetit. Většina obyvatel pracuje v dole a jsou smířeni s tím, že se celé město s postupující těžbou přesouvá. Bydlet v domech nad poddolovaným územím není bezpečné. Vytěžená železná ruda se vozí dále na sever do norského přístavu Narvick, který ani v zimě nezamrzá. Dlouhé vlaky mají kolem 80 vagónů a jsou taženy nejsilnějšími elektrickými lokomotivami na světě.

Pro vodu se chodí k jezeru, není zde signál ani elektřina. Chataři komunikují pomocí satelitních telefonů.

Touto tratí jede i náš Polární expres plný turistů i domorodých Sámů. V uličce potkávám sámskou ženu v tradičním oblečení. Naší cílovou zastávkou je Abisko – malá stanice bez personálu. Nasazujeme běžky přímo na nástupišti a vydáváme se na břeh zamrzlého jezera Torneträsk, což je nejdelší jezero ve Švédsku a uchvacuje svou délkou přes 60 km. Pak už běžkujeme směrem do 14 km vzdálené chaty Abiskojaure.

Vítá nás sympatická správcová. Naše rezervace má už napsané v knize hostů, přiděluje nám postele a ukazuje nám, kde je sauna, obchůdek a venkovní kadibudky. Chaty jsou vybavené kamny i plynovými vařiči. V kuchyni nechybí nádobí, jen pro vodu se chodí ven k nejbližšímu jezeru. Není zde mobilní signál ani elektřina. Chataři komunikují pomocí satelitních telefonů. Nutností je mobil s offline mapou a powerbanka. Potkáváme fajn cestovatele ze západní Evropy a několik krajanů.

Většinou rovinatá cesta je dobře značená tyčkami. Kilometry na back country běžkách (širší běžky s ocelovými hranami) ubíhají rychle. Už první noc pozorujeme polární záři, která má v těchto zeměpisných šířkách zelenou barvu. Užíváme si prašanu a sluníčka. Potkáváme turisty na běžkách i na sněžnicích. Jen několikrát za den nás předjede sněžný skútr – dopravní prostředek správců chat. Po několika dnech se mění počasí a začíná silně foukat a viditelnost je jen 50–100 m. Teď teprve oceňujeme husté značení a vyjetou stopu. K další chatě přicházíme se setměním a opozdilci přijíždí za svitu čelovek. Krajina polární tundry je beze stromů, ale je zde spousta jezer. Na značené cestě jsme v bezpečí, ale na zamrzlých jezerech mimo trasu může hrozit proboření pod led.

Navštívili jsme i pravou sámskou vesnici. Sámové (Laponci) jsou poslední kočovníci severu, starobylý národ původních obyvatel severní arktické části Evropy, který má privilegium k chovu sobů. Vesnice je v zimě téměř opuštěná. Podobně jako v rumunských horách, kde se ovce na zimu přesunou do údolí, tak i zde se sobi na zimu přestěhují do míst s menší sněhovou pokrývkou a blíže k civilizaci. Sobi se chovají pro maso a kožešinu. Realita chovu je trochu vzdálená od naší romantické představy tažného zvířete se sáňkami Santa Clause.

Dálková turistická cesta Kungsleden (Cesta králů) se v zimě stává běžkařskou trasou, která stojí za projetí. Cestovali jsme v malé skupině čtyř lidí a určitě se brzy rádi vrátíme na další úsek. Celková délka trasy je neuvěřitelných 470 km a v zimě můžete počítat s pořádnou nadílkou prašanu. □

Abisko – zastávka vlaku daleko za polárním kruhem

Běžkaři s polárními saněmi – tzv. pulkami

Nabírání vody z jezera. Led má tloušťku 80 cm

HONZOVY TIPY PRO ZIMNÍ TÁBOŘENÍ

- teplý čaj v termosce zahřeje zevnitř i zevně – dej ji do spacáku k nohám, teplo se bude pomalu uvolňovat a přečkáte tak pohodlně do rána
- čepici doplň kuklou
- dvoje rukavice (tenké a silné s membránou)
- dvě karimatky! Jedna samonafukovací může být hazard se zdravím
- trasu (rozcestníky a důležitá místa) si piš i na obyčejný papír, šetříš tím mobil
- pláštěnka na batoh ochrání před deštěm i sněhem

Ultramaraton na bílých pláních v Česku

Po loňské zkušenosti jsem ani chvíli neváhal a měsíc před startem zakoupil registraci na jubilejní 30. ročník Pražské stovky – Prague ultratrailu. Pár dní po zaplacení byla trasa prodloužena z 80 na 85 km. Přesná trasa je zveřejněna až 1–2 dny před startem. Proto je to vždy překvapení a někdy i logistický oříšek, jak se dostat na start a z cíle zpět, na vlak nebo k autu a domů.

Měsíc před závodem jsem sice vynechal dva tréninky, ale týden před závodem jsem uběhl 8 km a čtyři dny před startem 11 km s Benešovským běžeckým klubem. Předpověď počasí slibovala na závodní den sníh, vítr a teploty pod nulou (v noci až -10 °C)! Den před závodem se na internetu objevuje článek s nadpisem: „Česko čekají přívaly sněhu“. Tak se i stalo a padat mělo i celou sobotu a část nedělní noci. Začal jsem mít opravdu strach. V pátek před závodem vyzvedávám gumové nesmeky s hroty. Budou se hodit. Kamarádka Alena, zdatná běžkyně, mi píše, že má ze závodu velký respekt. A to se umisťuje na prvních místech.

V den závodu vstávám před pátou ráno a čerstvým sněhem jedu autem k nádraží. Zde potkávám běžkyni Andreu a ve vlaku pak další běžce. Všichni po cestě přebalují, kontrolují výstroj a někteří i snídají. Start je v hale autobusového nádraží, kde se topí a nesněží tam. Podepisujeme „účast na vlastní nebezpečí“ a dostáváme kartu se seznamem kontrol. Trasu závodu mám již nahranou v mobilu v offline mapách. Věci určené do cíle (spacák a oblečení na převlečení) dávám do pořadatelské dodávky a už se blíží čas startu. Olaf Čihák (pořadatel a legenda ultratrailu) nás vyzývá k přesunu před budovu a je odstartováno tradičním „Start a ahoj“. Poslední důrazné varování před náročností trasy, nutností nesmeků a kvalitních čelovek. Olaf je potlučený v obličeji (spadl při značení) a i svým vzhledem v ušpiněných teplákách potvrzuje, že tato akce nebude lehká. Už není čas na strach.

Kontroly v obtížně dostupném terénu

Vystoupat na vrchol je náročné i v létě

Běžíme první kilometry ven z Mělníka směrem na Kokořínsko. Nasněžilo 20–30 cm čerstvého sněhu. Běžci přede mnou vydupali v prašanu cestičku, tak se běží dobře a neklouže to. Zatím. Trasa je ještě rovinatá a vede zasněženou plání. Běžím v trailových botech bez membrány. Ponožky mám brzy mokré, ale jsem v pohybu a zima mi není. Na sobě mám funkční mikinu a tenkou běžeckou větrovku, čepici a časem oblékám i slabé rukavice. Pod starými outdoorovými kalhotami mám „jégrovky“ a je mi dobře. Běžecké kalhoty jsem totiž zapomněl doma. Na trase se postupně objevují i běžci nejdelší 137 km dlouhé trasy s převýšením přes 4 250 m. Startovali už v pátek večer ve 23 hod z Prahy.

Postupně se dostávám do tempa, občas prohodím pár slov se spoluběžci. Je ticho, běžíme zasněženou krajinou a stále sněží. Potěšením je občerstvovačka v hospodě U bábyŠubrový. Dostávám teplou polévku a nalévám se colou. Jídla je dost a po občerstvení běžím dál. V dálce vyhlížím městečko Mšeno. Fouká vítr a v lesích mezi skalami slyším padat stromy pod tíhou mokrého sněhu. Běžím s Veronikou, která je původem ze Zakarpatské Ukrajiny, ale v ČR žije už dlouho. Teď společně překonáváme spadlé stromy, úzké lávky přes potok a jiné nástrahy terénu. Má toho dost a často přechází do chůze. Místy to ani jinak nejde. Zdoláváme hrad Kokořín.

Při seběhu z Kokořína na zasněžených namrzlých kořenech a schodech najednou letím a padám. Ani jsem nepostřehl nějaké uklouznutí a padám po svahu. Zastavuji se v poloze na zádech, hlavou dolů. Mám silnou křeč v noze. Spoluběžkyně Veronika zakřičela pozor a pomáhá mi se zvedat. Prosím ji o natažení a protažení nohy a svalu v křeči. Naštěstí jsem bez úrazu. Odnesl to jen utržený popruh u běžeckého baťůžku. Ten v rychlosti provizorně přivazuji. Je čas nasadit nesmeky, které mám v batohu. Proč jsem si je nevzal dřív?! Pád mne proškolil a pomohl mi uvědomit si, že tohle fakt není legrace. Maximálně se soustředím, kam šlapu. V nesmekách se běží dobře a další pád se nekoná.

Ani jsem nepostřehl uklouznutí a padám ze svahu. Zastavuji se v poloze na zádech, hlavou dolů.

Na další občerstvovačce dobíhám Martina z Benešovského běžeckého klubu. Běží již celou noc a celé dopoledne. Má toho už pomalu dost. Po načerpání energie a po kávě je mu lépe a běžíme skoro až do cíle společně. Martin mi najednou hlásí: „Honzo, už nám zbývá do cíle jen maraton“. No, 42 km v terénu, ve skalách, ve sněhu a v kopcích bude ještě vydatných.

Olafovy kontroly umístěné na vrcholech skalních vyhlídek stojí za to. Některé jsou v loupežnických skrýších vytesaných do skály, kam se leze po řetězech a kovových stupech. Chvíli visím jednou rukou na železné tyči, mám z toho natažený sval. Bez lezecké průpravy a špetky odvahy se nedá ke kontrole

dostat. S mírnou bolestí u žeber běžím pár kilometrů. Pak bolest ustává. Vše se odehrává potmě za svitu čelovky. Trasa je tradičně dobře značená reflexními šipkami, které na dálku ve světle čelovek září. Nemám problém najít všechny kontroly i bez navigace v mobilu. Teď mi navíc pomáhá Martin, který má trasu a kontroly nahrané v hodinkách. Už nesněží. Ale asi 20 m za Martinem padají dva vzrostlé listnaté stromy.

Stále běžíme a chvílemi i jdeme. Čas nevnímám, noc a tma jsou dlouhé. Jsou asi dvě v noci. Poslední občerstvovačka je venku. Dostávám plátek teplé sekané ohřáté na plynovém vařiči. K pití je studená kola, ve které plavou kousky ledu – kolová tříšť. V létě bych ji ocenil, ale teď při teplotě pod nulou to není nic moc. V nohách mám přes 70 km a začíná se ochlazovat.

Je zajímavé probíhat nočními vesničkami (Nedvězí, Zakšín a Pavličky). Už jsme opustili okres Mělník a doběhli do Libereckého kraje. Necítím nějakou výraznou únavu. Přemýšlím, zda budu v cíli volat Sláva Pražské stovce a Ať žije Olaf Čihák. Ale do cíle je ještě daleko. Čeká nás náročné kolečko kolem kopce Vlhošť 614 m n. m. Další kontrola je na zřícenině hradu u Hvězdy. Už jsem doufal, že je to Ronov, ale není. Poslední kontrola je na vzdáleném vrcholu kopce – na zřícenině hradu Ronov 552 m n. m. Kopec se tyčí proti temné obloze jako vysoký kužel. Už se zdá blízko, ale čeká nás převýšení 200 m. Než začneme šplhat sněhem a kamením nahoru, je potřeba kopec obejít. Už toho máme opravdu dost a sněhu s nadmořskou výškou přibývá. Martin mne „povzbudil“ hláškou: „Honzo, kdybychom lezli na Everest, tak chcípnem.“ Dosahuji pomalu vrcholu, je tu i několik dalších běžců. Nejsme poslední. Do cíle zbývají asi tři kilometry.

Z vrcholu Ronova jedu spíš po zadku a napichuji se na trnkový keř. Proklínám Olafa a už to chci mít za sebou. Hurá z kopce dolů a po rovině do cíle do obce Kravaře. Vidím před sebou domy a běžím vyšlapanou pěšinou zasněženým polem. Běžím na jistotu a opatrně do cíle… Poslední stovky metrů! Cucám tabletu hroznového cukru a dávám si loka ledové koly. Při tomto závodu jsem si nedal ani energetický gel, jen magnesium. Míjím vlakové nádraží, odkud pojedu dopoledne vlakem zpět do Prahy k autu. Ale půjde to? Dokážu sem ráno vůbec dojít?

Poslední metry přes náměstí a průchodem do cíle v základní škole v Kravařích. Je půl páté ráno. Vítá mne Olaf a další organizátoři potleskem. Sundávám nesmeky a pípám cílovou kontrolu. Čas 20 hod a 30 minut. Devět hodin po vítězi naší kategorie. Dobíhám 51. ze 68 účastníků na trase B, v dobré náladě a hlavně bez úrazu. Stálo to za to! Atmosféra a trasa závodu jsou jedinečné. Navíc v úžasné komunitě běžců. Děkuji Martinovi za podporu na trase, Veronice za pomoc po pádu a Olafovi za skvělou organizaci. Uléhám v tělocvičně na karimatku a pár hodin spím. Ráno jsem kupodivu schopen skoro normálně chodit a jdu se spoluběžci na vlak. Tak zase za rok. Kudy asi povede trasa? Poběžíš také? ■

JAN MÜHLDORF

Dobrodruh, průvodce a cestovatel. Pořádá kurzy zimního táboření a chůze na sněžnicích. Věnuje se vytrvalostnímu běhání, zimním přechodům hor – přešel celé Slovensko v doprovodu dvou oslů. Je vystudovaný geolog a geodet a vždy ví něco zajímavého o každé krajinné zvláštnosti. **www.ultrarun.cz**

Rychlost psího spřežení není to hlavní. Důležitá je výdrž

Polární noc je dlouhá. Lidé si zvykli

ZA SEVERSKÝMI KOVBOJI

Zasněžená krajina, zamrzlá jezera a po nich sviští sáně tažené psím spřežením. Tak nějak si představujeme sever Evropy. A nejsme tak daleko od pravdy. V Norsku zjistíte, že tam lidé pobyt v přírodě milují. Nedostatek světla během polární noci jim nevadí. Když je tma, spí o pár hodin déle. Sámové, původní obyvatelé, soudí, že čas není důležitý.

TEXT a FOTO: Jaromír Marek

Svět ze sedla psího spřežení

Sven vyvádí z kotce jednoho psa po druhém. Chlupáči vzrušením štěkají a kňučí. Některým nasazuje na tlapky ochranné návleky, které vypadají jako červené ponožky. Protože dnes nepojedeme daleko, dostanou návleky jen ti, co mají trochu poraněné tlapky. Když ale jede ven na celý den, dostanou ponožky všichni. „Záleží na tom, jaký je sníh. Když mrzne, je ostrý, ale teď je jen kolem nuly," vysvětluje. Vyrážíme. Kličkujeme mezi stromy a pak konečně vjedeme na zamrzlé jezero. Podle psovoda jedeme rychlostí zhruba třiceti kilometrů za hodinu. Rychlost prý ale není důležitá, hlavní je, jak dlouho psi dokážou běžet: bez přestávky až tři hodiny.

Sob, přítel Sámů

O tisíc kilometrů dál na sever, za polárním kruhem, je tradičním dopravním prostředkem sob. Původní obyvatelé, Sámové (dříve označovaní jako Laponci), jsou s nimi spjatí od pradávna. Jak říká Roar, svého prvního vlastního soba dostal, když mu bylo pět let. „Je běžné, že rodiče darují dětem třeba i celé stádo. Sobi nás prostě provázejí celým životem. Jsou celý můj život," svěřuje se Roar. Od útlého mládí se Sámové učí svým sobům rozumět a starat se o ně. K tomu musí, mimo jiné, dokonale zvládnout hod lasem. „Umění házet lasem je pro chovatele sobů velmi důležité. V horách žijí zvířata zcela volně. Když je chceš třeba označkovat, musíš každého soba nejprve chytit do lasa. Musíš trénovat opravdu od mládí. Pohyby se ti musí dostat do krve," vysvětluje Roar.

Sobi představují pro Roara celý život

Jízda na lyžích tažených soby je skutečný adrenalin

Zacházet s lasem je nezbytné. Ti nejlepší soutěží ve městě Tromsø

Původní obyvatelé evropského severu jsou Sámové, dříve se jim hanlivě říkalo Laponci

ZÁPISNÍK ZAHRANIČNÍCH ZPRAVODAJŮ
Rozhlasový magazín, který nemá v českém éteru obdobu. Nabízí nové pohledy na známé dějiny, povídání o obdivuhodných příbězích a osudech ze všech koutů planety. Každou neděli v 9 h.
radiozurnal.cz
aplikace:
MUJROZHLAS
Radiožurnál
Český rozhlas

Život bez slunce

Za chvíli bude poledne, ale ať se rozhlížím, jak se rozhlížím, slunce nad obzorem nevidím. Nevyšlo. Je polární noc. Šedesátitisícové Tromsø leží tři sta padesát kilometrů nad polárním kruhem. Noc tady trvá zhruba dva měsíce. Nezdá se ale, že by to místní nějak zvlášť trápilo. „Lidé si myslí, že v době, kdy u nás nevychází slunce, tedy od začátku prosince do poloviny ledna, je to tady k nepřežití. Je to ale vlastně pěkné období. Mám pocit, že v té době mají k sobě všichni tak nějak blíž. A považte, v létě zase máme slunce dvacet čtyři hodin denně!“ směje se Viktoria z regionální turistické kanceláře. Jistě, časy se změnily. Dnes jsou domy i ulice města samozřejmě osvětlené. Před sto lety to však vypadalo docela jinak, vysvětluje Lema Orkolová z Polárního muzea. „Teď je život stejný jako jinde. V minulosti se tady v zimě během polární noci žilo úplně odlišně. Lidé zůstávali v domech, v teple. Doma se pracovalo, lidé opravovali nářadí, vyráběli různé předměty.“ To se však netýkalo původních obyvatel. Roar, majitel tisícihlavého stáda sobů, tráví i dnes většinu času ve volné přírodě. Jestli je den nebo noc, to prý pro něj nehraje roli. „Jsem vzhůru, když jsou vzhůru sobi, ve dne i v noci. Když jsem s nimi, myslím a jednám jako sob. A polární noc? Není vlastně opravdová tma. Oči si zvyknou a vidíš skoro jako ve dne. Když je celý den tma, tak spíš třeba o dvě tři hodiny déle. Není přece kam spěchat. Pro mě čas nehraje žádnou roli,“ uzavírá skoro filozoficky. ■

JAROMÍR MAREK

Novinář a publicista, zahraniční zpravodaj Českého rozhlasu, v letech 2017–21 byl stálý zpravodaj ve Velké Británii. Dlouhodobě se zajímá o Asii, odkud publikoval stovky reportáží. Je také autorem publikací Drama zvané brexit, Intehelpo, tragický příběh československých osadníků v Sovětském svazu a Doba chemlonová.

REGIOJET HOTELS & COTTAGES

hotel
Wallackhaus
Tyrolsko, Rakousko

hotel
PITZTALHAUS
Pitztal, Rakousko

nově zrekonstruováno

Skvělé služby za nejlepší ceny
v atraktivních horských lokalitách

Ubytování přímo u sjezdovky v hotelu Wallackhaus s výhledem na Grossglockner nebo raději Pitztalhaus a super lyžovačka ve výšce 3 440 m n. m. na nejvyšším ledovci Rakouska.

- Cena od **39 EUR** / noc / osoba s polopenzí
- Káva a voda **zdarma po celý den**
- Pilsner Urquell 0,5 l za **2 EUR**
- Wellness **zdarma**

Vyberte si z naší nabídky hotelů

www.regiojethotels.cz

horský hotel
Vidly
Jeseníky, Česká republika

od 438 Kč
osoba s polopenzí

V nejkrásnější části Jeseníků mezi slavnými lázněmi Karlova Studánka a Jeseník. Užijte si nedotčenou přírodu Jeseníků a nejčistší vzduch ve střední Evropě.

Naše další penziony a chalupy

od 550 Kč / osoba

Uprostřed pálavských vinic, v ráji pro cyklisty, milovníky vína či odpočinku. Ideální místo pro poznávání krás jižní Moravy.

penzion
Habánský dům
Pálava, Česká republika

chalupa
Gerlitzen
Korutany, Rakousko

od 227 € / chalupu

Ideální místo pro klidný odpočinek mimo civilizaci, uprostřed lesů a hor ve výšce 1 700 m n. m. Přímo u sjezdovky.

chalupa
Wallackhaus
Tyrolsko, Rakousko

od 240 € / chalupu

Nachází se o kousek výše nad hotelem Wallackhaus na alpské silnici Grossglockner Hochalpenstrasse.

V létě řeka, v zimě zamrzlá dálnice pro sněžné skútry

DIVOKÉ ŠPICBERKY

Přejete si ideální kombinaci pobytu v nedotčené přírodě, kde jste obklopeni panoramaty jako z dokumentárních filmů, a k tomu i komfort hotelového pokoje s pohodlnou postelí? Mít dny plné adrenalinu, od psích spřežení přes sněžné skútry po pozorování velryb? Večer si vychutnat 16chodové menu v místní vyhlášené restauraci?

TEXT a FOTO: Leona Mirošová

Vydejte se na Špicberky! Je to divoký, přesto velmi snadno dostupný ráj na zemi.

Země ledních medvědů

Na Špicberkách žije více ledních medvědů než lidí. Šance, že nějakého mohutného chlupáče potkáte ve městě, je dle místních zhruba dvě procenta. Mimo město nesmíte vyrazit bez pušky. Jakékoliv výlety a aktivity po okolí Longyearbyenu je tak nutné absolvovat s průvodcem, protože povolení k zapůjčení zbraně je administrativní zkouška toho, co vydržíte a po přepadení místní banky turistou v roce 2018 se byrokratický proces ještě zpřísnil.

Lední medvědi se živí převážně tuleni a většinu času tráví na zamrzlých vodách místních moří. Výlety na sněžných skútrech k pobřeží nebo plavby k okolním fjordům jsou skvělá příležitost pro pozorování těchto divokých šelem. Celkem často narazíte na tuleně a místní soby pak budete potkávat na každém kroku.

Co zažít

Pokud se vydáte do Longyearbyenu v zimě, určitě nevynechejte jízdu na sněžném skútru. Jediné, co potřebujete, je řidičský průkaz a pořádnou spodní vrstvu termoprádla, vše ostatní vám

Psí parkoviště u restaurace v akci

Nejrychlejší způsob, jak poznat Špicberky v zimě, je na sněžném skútru

Náhon na všechny čtyři je v náročném terénu základ

půjčí. A pak už hurá na projížďku divokou přírodou, zažít sněhovou bouři při přejíždění ledovce, projít si ledové jeskyně, dát si místní oblíbený rybízový sirup zalitý horkou vodou a jednoduše nechat zastavit čas. Vydejte se na projížďku se psím spřežením a pomazlete se s veselými chlupáči. Rychlost saní tažených psy není příliš vysoká a vy budete mít možnost pozorovat okouzlující krásy Špicberků bez zvuku motoru (až na občasné štěkání a vytí nadšeného čtyřnohého pohonu).

Kdy se vydat

Začátkem března je každoročně v Longyearbyenu festival světla. Po dlouhé temné noci, kdy slunce nevychází a je opravdu černočerná tma, místní oslavují návrat slunečního svitu a prodlužujících se dnů. V létě máte zdánlivě nekonečné dny plné slunce a jedinečnou příležitost pozorovat majestátní velryby. Není divu, že Špicberky patří mezi celoročně navštěvované destinace, kde pokaždé zažijete něco jiného a vždy úžasného.

Průměrné teploty se za posledních třicet let zvýšily o více než dva stupně. V létě mohou vyšplhat i na 27 °C.

Globální oteplování

Místní klima je důsledky globálního oteplování ovlivňováno nejvíce na světě. Ubývá sněhu, tají ledovce, moře nezamrzají jako dříve. V létě teploty z průměrných 2 až 5 °C mohou vyšplhat i na 27 °C. V zimě můžete místo klasických -30 °C zažít příjemné teploty kolem nuly.

Sob špicberský patří mezi nejmenší druhy sobů na světě

ORIENTAČNÍ CENY
- letenky z Prahy/Vídně – od 11 000 Kč
- ubytování low cost Coal Miners cabin – od 1 000 NOK/noc/dvoulůžkový pokoj
- ubytování fancy (kam jezdí celebrity) Funken lodge – od 3 000 NOK/noc

Průměrné teploty se za posledních třicet let zvýšily o více než dva stupně. Což přímo ovlivňuje životy místních obyvatel, včetně těch zvířecích.

Zajímavosti, které stojí za to

- Na Špicberkách se nenarodilo žádné dítě. Těhotné ženy pár týdnů před porodem odjíždějí do Norska.
- Nenajdete zde žádný hřbitov. Místní obyvatele pohřbívají v Norsku.
- Na Špicberkách nesmíte vlastnit kočku – je to prevence lovu ohrožených arktických ptáků.
- Zouvejte si boty. I při návštěvě muzeí, kaváren, hotelových lobby.
- Když si místní chtějí odpočinout od sousedů (pro srovnání hustota obyvatelstva Longyearbyenu 0,005 ob./ km^2 vs. Praha 2 790,6 obyv./km^2), jedou na chatu desítky kilometrů od města. Každou středu mají místní loterii a mohou vyhrát některou z chat na víkendový pobyt.
- Ačkoliv patří Špicberky pod norskou správu, celé území je tax free a visa free. Zhruba třetina místních obyvatel je z Asie (Filipíny, Thajsko). A trvale zde žije i asi 20 Čechů.
- Abyste získali povolení ke koupi nemovitosti, musíte na ostrově žít minimálně půl roku.
- Z 2 700 obyvatel je cca 500 dětí. Jsou zde tři školky, škola základní, střední a dokonce i univerzita.
- Na Špicberkách najdete Seed vault – úložiště semen rostlin z celého světa.
- V celé zemi můžete platit bezkontaktně kartou. Někde i musíte, protože hotovost nepřijímají. ■

LEONA MIROŠOVÁ

Rodačka z Kroměříže, marketačka, cestovatelka, psí máma, LEGO stavitelka a milovník přírody. Cestování a poznávání nových zemí patří mezi její největší vášně a ráda by jednou navštívila všechny země světa. Nejvíc ji zatím uchvátily Špicberky, Aljaška a Kanada, konkrétně Vancouver a jeho okolí. IG: **leosek**

PÍŠEME PRO VÁS...

ČTENÍ NA KAŽDÝ DEN

www.mfdnes.cz • www.lidovenoviny.cz • www.jenprocasopisy.cz

mafra

PĚT NETRADIČNÍCH MÍST V ČESKU,

kde zažijete krásnou zimu

Bílé pláně jsou v Česku čím dál větší vzácností. Máme pro vás ale tipy na výlety, které si užijete v jakémkoliv počasí – ať už bude nad nulou nebo holý mráz. Pokud budete mít štěstí a zastihne vás první letošní sníh, budou výhledy o to krásnější.

TEXT: Kristýna Turynová ■ FOTO: Úžasná místa v Česku

1. Kladská a Krásenský vrch
Jedno z nejkrásnějších zimních míst v Česku, kde to uprostřed zimy vypadá jako v pohádce. Na Kladské se můžete projít po naučné stezce kolem zamrzlého Kladského rybníka a svézt děti na bobech po dřevěných chodníčcích. Po návratu z výletu se můžete ohřát v útulných loveckých srubech. Pár minut autem z Kladské najdete jednu z nejkrásnějších rozhleden v Česku – Krásenský vrch. Je postavená z kamene a svým neobvyklým tvarem působí velmi romantickým dojmem. Po vystoupání po 120 kamenných schodech se vám naskytnou krásné výhledy na Krušné hory a Slavkovský les. Pokud s vámi půjdou děti, vezměte s sebou i boby, cesta k rozhledně přes zasněžené pole je zážitek.

Lovecký srub s útulným posezením

Krásenský vrch – rozhledna se 120 schody

2. Pustevny a Stezka Valaška
Krásné lidové stavby vypadají v zimě opravdu pohádkově. Maměnka a Libušín byly na Pustevnách postaveny dle návrhu architekta Dušana Jurkoviče v roce 1898. V roce 2014 chatu Libušín zachvátil požár a značně ji poničil. Na její obnovu byla vyhlášena veřejná sbírka a v roce 2020 byla znovu slavnostně otevřena. Až tady budete, ochutnejte jejich skvělou valašskou kuchyni. Pár minut pěšky je Stezka Valaška s hezkým himálajským mostem a proskleným skywalkem. Pokud vám bude přát počasí, navštivte nedalekou sochu Radegasta a Radhošť.

Himálajský most na Stezce Valašska

3. Vyhlídky Na Stráži
Na vrchu Stráž nad Rokytnicí najdete čtyři pozoruhodné vyhlídky s výhledy na Krkonoše: Horník, Liška, Medvěd a Ovce. Vyhlídky ze dřeva a oceli navrhli architekti z libereckého ateliéru Mjölk, kteří se inspirovali postavami z erbu Rokytnice. Pokud se sem vydáte od tohoto města, jako první spatříte Lišku. Z jejího ocasu budete mít výhled na krkonošské kopce včetně Kotle. Po cestě dál potkáte dvě menší vyhlídky Medvěda a Ovci, které jsou ukryté v lese. Na konci okruhu vás čeká nejvyšší vyhlídka Horník. Ta se nachází na zpevněné skále a vede k ní lávka s prudkým schodištěm. Pokud se sem vydáte v zimě, vybavte se nesmeky.

Výhledy z ocasu rozhledy Liška

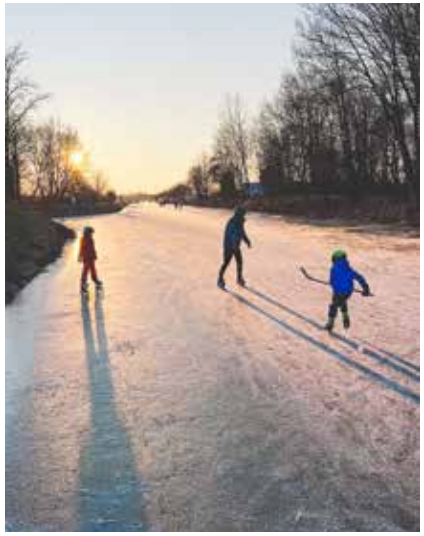
Zajímavě řešená vyhlídka Horník

Adršpach je lepší navštívit v zimě

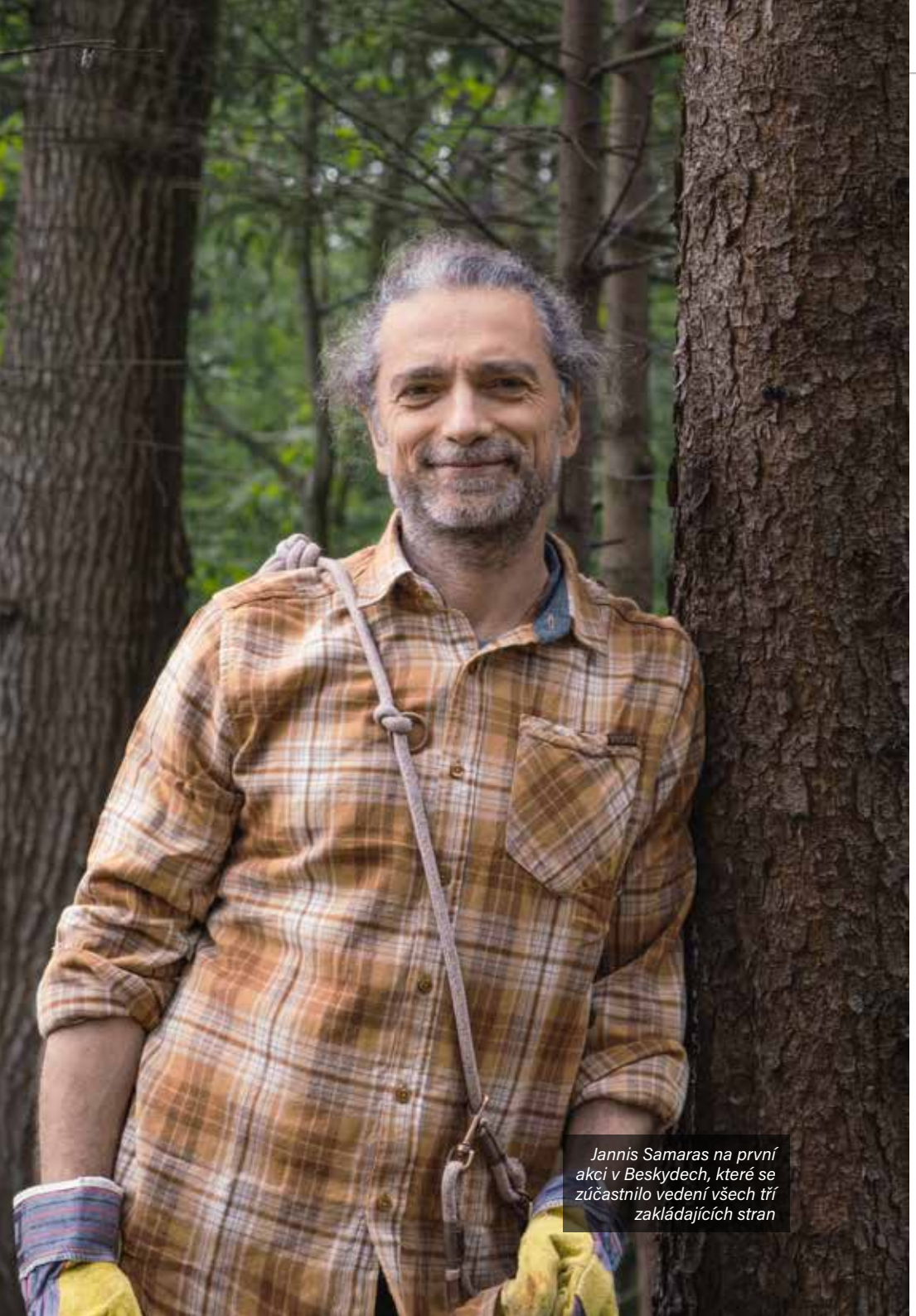
VÍCE NEŽ 1200 DECHBEROUCÍCH MÍST V ČESKU
Hledáte tipy na neobvyklá místa na výlety? Stáhněte si zdarma nejoblíbenější českou turistickou aplikaci Úžasná místa a objevte více než 1200 úžasných míst, o kterých jste nejspíš neslyšeli.
IG: **uzasna.mista**

4. Adršpach a Broumovské stěny
Adršpach bývá v létě hodně přelidněný, my ho máme radši v zimě. To je tady klid a vy si skalní město projdete bez davů turistů. K vidění jsou skalní věže posypané sněhovou peřinou, když mrzne můžete zde spatřit i krásné ledopády. Jistě vás zaujme i pohled na zamrzlé jezírko Pískovna. Nedaleké Broumovské stěny jsou v zimě vyhledávaným místem pro turisty, kteří milují divočinu. Jen je potřeba vybavit se nesmeky, které vám pomohou zdolat zasněžené schody a průlezy ve skalách. Pokud se sem vypravíte, navštivte krásnou dřevěnou chatu Hvězda, kde se můžete občerstvit i ubytovat. Vedle ní se nachází kaple Panny Marie Sněžné.

Přírodní brusliště na Baťově kanále



5. Zamrzlý Baťův kanál
Jižní Morava není zrovna typická zimní lokalita, ale dá se tu zažít hodně netradiční věc. Když zamrzne Baťův kanál, můžete tu bruslit kilometry daleko. Využívat zdarma toto přírodní kluziště mohou jednotlivci, rodiny s dětmi i milovníci ledního hokeje. Projít se po zamrzlém kanálu mohou i pěší se svými domácími mazlíčky. Nejdelší zamrzlý úsek mezi Veselím nad Moravou a Vnorovy je dlouhý cca 4 km a bruslit se dá i mezi dalšími stavidly. Svůj účel zde splňují i mola, která slouží nejen pro odpočinek, ale i pro přezouvání bruslařů. ■



Jannis Samaras na první akci v Beskydech, které se zúčastnilo vedení všech tří zakládajících stran

NA STEZKÁCH Z LÁSKY SE POTKÁVAJÍ ŠŤASTNÍ LIDÉ

Jannis Samaras, většinový majitel nápojářské rodinné firmy Kofola, je také jedním ze tří hlavních iniciátorů projektu Stezky z lásky. Za dvě sezony se ho zúčastnilo přes 500 dobrovolníků, kteří opravovali turistické stezky, budovali nová tábořiště… Jannis si sám vyzkoušel, co taková práce obnáší.

TEXT: Marcela Titzlová, časopis Turista ■ FOTO: Jakub Gabrhel

Jak vůbec vznikly Stezky z lásky?
S myšlenkou spojit dvoudenní pobyt v přírodě s pomocí naší krajině přišel šéf RegioJetu a můj dlouholetý kamarád Radim Jančura. Během covidové doby jsme se s Radimem potkali na Grúni v Beskydech, takovém únikovém místě, kde jedině jsme mohli posedět, popít a spřádat plány. On už tuto myšlenku dříve probíral s Láďou Mackou z Klubu českých turistů a já jsem se rád přidal. Jen na realizaci jsme si museli ještě nějaký čas počkat, než se po covidu vše vrátilo do běžných kolejí.

Projekt si za více než rok své existence získal výraznou oblibu a účastníci se na jednotlivé brigády hlásí celé týdny dopředu. Jsou Stezky z lásky z vašeho úhlu pohledu úspěšné i komerčně?
Na to musí uplynout ještě nějaká doba, řekněme pět let. Ale s tím počítáme. A také si uvědomujeme, že do té doby bude třeba udělat ještě hodně práce. Jedna věc je totiž něco vymyslet, druhá pak vše udržet v plné jízdě. To chce ohromnou disciplínu a nasazení. Ve všech třech firmách to má na starosti zhruba dvanáctičlenný tým.

Překvapil vás ten zájem lidí napříč generacemi i profesemi?
Vlastně ani ne, a to od chvíle, kdy jsem se brigády také zúčastnil. Viděl jsem, že jsme se přesně trefili do toho, co dnes lidi zajímá a baví. Být v přírodě, potkávat se s novými, stejně naladěnými lidmi, a ještě za sebou vidět kus udělané smysluplné práce. Když k tomu přidáme lásku k turistice, která je Čechům vlastní už nějakých sto padesát let, je jasné, že nejde o nějakou marketingově nafouknutou bublinu, ale o srdcovku s hlubokými kořeny. A přesně to má velkou souvislost s naší nejúspěšnější značkou,

Od zatloukání hřebíků po motorovou pilu…

Bylo potřeba nachystat silné klády – základnu pro mostek z kulatin přes potok

kterou je Kofola, která k turistice a výletům do přírody prostě patří.

Vy sám takové pěší túry podnikáte?
Dříve jsem na ně chodil s dětmi, ale ty už mají jiné zájmy. Zato pro mne zůstává pobyt v přírodě stále něčím výjimečným, úžasným. Chci se k němu zase vrátit a mám už v tomto směru dost jasné plány. Přijde mi, že pokud člověk neprochodil české hory, nemá moc smysl plánovat dovolenou někde na druhém konci světa. Hlouběji pochopit a vnímat lze totiž jen místa, kde strávíte alespoň pár týdnů nebo se tam opakovaně vracíte, protože k nim máte pouto. I proto jsou Stezky z lásky důležité.

Kam se pustíte nejdřív?
Mám chuť vyrazit od česko-slovensko-polského trojmezí a dojít postupně až k tomu česko-slovensko-rakouskému. Nejdřív ale musím trochu přeorganizovat život, protože zatím dávám přednost svým čtyřem dětem a jejich zájmům. A to jsou kromě jiných děvčat a chlapců především psi a koně. Zrovna včera jsem na koni jel a ještě teď mě všechno bolí. Takže se na ty pěší výlety už upřímně těším.

Klub českých turistů vás rád přivítá v některé ze svých historických chat, které dýchají skutečně výjimečnou atmosférou.
To je určitě fajn, i když nejsem moc náročný. Ten týden, který bych si na cestu dopřál, mohu klidně spát pod širákem. Tak si člověk stejně nejvíc vychutná okolní přírodu. Já si těch krás, které doma máme, totiž nesmírně vážím. Když jedete někam daleko jako turista, stejně se za ten krátký pobyt nestihnete aklimatizovat, abyste dostatečně nasáli všechno, co vás tam najednou obklopí. A tady máme kolem sebe tolik obrazů, které stojí za to vnímat. Když se zadívám pečlivě, jen žasnu, co všechno česká krajina nabízí. Jako existuje slow food, pro mě dává smysl slow turismus. Turistika není o tom, co jsem odškrtal na mapě, ale o hloubce prožitku. A je vlastně jedno, kde k němu přijdete.

A ten zážitek z opravy nějakého chodníčku, mostku nebo třeba stezky k menhirům k nim patří?
Ten představuje možná ještě trochu vyšší stupeň, protože přináší štěstí. Nejšťastnější přece jsou lidé, když mohou něco udělat pro ty druhé. Je to čistě fyziologická záležitost, žádný povahový rys nebo něco takového. Když se ponoříte do toho obdarovávání druhých, zejména svou pozorností nebo nějakou aktivitou, tak vám to dá mnohem víc štěstí, než když objedete půlku světa. Důležitá je ta vnitřní odměna.

Kdy se znovu chystáte na brigádu?
Rád bych co nejdřív. Zeptám se dětí, jestli mě některé doprovodí. Když se přihlásí třeba jen jedno z nich, potěší mě to. Ale i kdyby ne, já určitě chybět nebudu.

Která činnost vás baví?
Minule mi výborně šlo zatloukání hřebíků ☺. K motorové pile jsem se tolik nehrnul, i když to s ní taky umím.

V rodinné firmě jste začínal od píky, dost mladý. Tatínek vás v tom podporoval?
Naopak, zakazoval mi to. Já jsem studoval elektrotechniku na brněnském Vysokém učení technickém, ale vyžadovalo to určité technické sklony, které postrádám. Zato jsem se hrozně chtěl účastnit dění v naší firmě, tak jsem moc rád z těch studií utekl. Táta mi zpočátku bránil, ale pak seznal, že je to marné.

Jak jste ho přesvědčil?
Prostě jsem se ho neptal. A v té malé firmě s pěti zaměstnanci najednou byl. Ve čtyři ráno jsem vytřel podlahu ve skladu, pak přebral pomeranče, vytřídil špatné, naložil plnou dvanáctsettrojku těch dobrých pomerančů a rozvážel je do obchodů.

Jednat se zákazníky je hodně kontaktní činnost, hodila se vám určitě i později v byznysu. Jste extrovert?
Jen částečně, napůl určitě introvert.

Taková povaha se do hor hodí. Tak ať se vám podaří tam brzy vyrazit!
Díky! Pracuji na tom. Ale do té doby se určitě uvidíme na Stezkách z lásky. ■

YOUTUBE KANÁL,
kde si můžete prohlédnout videa z nejlepších akcí Stezek z lásky.

NEJBLIŽŠÍ AKCE
najdete na
stezkyzlasky.cz/pridejte-se

www.stezkyzlasky.cz
FB: **Stezky z lásky**

JANNIS SAMARAS

Většinový majitel Kofola ČeskoSlovensko. Začal podnikat spolu se svým otcem, který byl poválečný emigrant z Řecka. Příroda je pro Jannise inspirací k rozvoji udržitelného podnikání, spojil misi celé společnosti ve sloganu: „Když miluješ přírodu a lidi kolem, není co řešit. Cestu vždycky najdeš."

ZA KOUZLEM SEVERSKÝCH ZEMÍ

Nejste zrovna milovníky písčitých pláží, měst přeplněných turisty a horkého podnebí? Láká vás spíš chladný sever, ale nechce se vám plánovat cesta? Vyberte si z nabídky, která splní vaše cestovatelské sny...

TEXT: Marta Dlouhá ■ FOTO: dovolena.cz

Island
Do země ohně a ledu míří hned tři nabízené zájezdy. Určitě si vyberete ten, který nejvíce sedne vaší nátuře. Dobrodružství začíná letem z Prahy, Drážďan nebo Vídně. V Reykjavíku nezapomeňte navštívit slavnou koncertní halu Harpa nebo relaxovat v termálních lázních Modrá laguna. Doporučujeme výlet na Zlatý kruh, kde uvidíte gejzír Strokkur, vodopád Gullfoss a národní park Thingvellir. Projdete duhovými horami, lávovými poli porostlými zeleným mechem a obdivovat budete i gejzíry a horké prameny. Doslova pohádkové jsou islandské černé pláže, všudypřítomné dřímající sopky, termální prameny či vodopády tvořené z řek napájených ledovci. Uvidíte i hejna roztomilých papuchalků. Díky minimálnímu světelnému znečištění je Islad ideálním místem k pozorování polární záře.

Polární záře na Islandu

Divoká příroda Faerských ostrovů

Úžasné výhledy z norských útesů

Faerské ostrovy
Toto kouzelné a unikátní souostroví můžete navštívit spolu s Islandem během jednoho zájezdu. Oheň a led, zelený mech a černá láva, neuvěřitelné skalní útvary, jezera, vodopády, sopky, ledovce, gejzíry a elfové... Barevné domky, zelené pastviny v kontrastu se strmými útesy a rozbouřeným mořem vytváří „severskou exotiku". A navíc – je zde málo obyvatel i turistů.

Kodaň Hanse Christiana Andersena

Norsko
Na cestu po nejkrásnějších místech této severské země se dostanete pohodlně z Prahy a čeká vás tu hned nějkolik „nej". Nejdelší fjord, největší ledovec, nejdelší silniční tunel světa, nejstrmější cesta Norskem a nejzápadnější místo Skandinávie. Navštívíte také slavnou Cestu trollů a dva fascinující fjordy zapsané na seznamu památek UNESCO. Bude i dost času na prohlídku hlavního města. Ubytování je zajištěno v blízkosti hlavních atrakcí, jako je královský palác, národní galerie a opera. Oslo nabízí bohaté kulturní zážitky, nádherné parky a historické památky.

Metropole severu
Pokud máte raději města a architekturu, pak vás osloví cesta po pěti městských klenotech. Kodaň, Stockholm, Helsinky, Tallinn a Rigu poznáte během jedné cesty. Čeká vás i noční plavba přes Botnický záliv, nejkrásnější katedrála Švédska, historická Uppsala a mnohem více. Dozvíte se spoustu zajímavostí...

Detailní informace k cestě vašich snů vyhledejte na **www.dovolena.cz**. Přejeme šťastnou cestu. ■

KOUZLO SEVERU

Vypravte se na nezapomenutelnou cestu do fascinujících koutů blízko severního polárního kruhu. Vychutnejte ledovou krásu, bílé pláně, kulturní bohatství místních obyvatel a magickou polární záři.

Reykjavík, Island
Tato metropole je vstupní branou do země ohně a ledu. Město je známé moderní architekturou, jako je koncertní hala Harpa, a blízkostí k přírodním krásám. Po výpravách se můžete zahřát v termálních pramenech Modré laguny.

Modrá laguna, Island

Anchorage, Aljaška
Blízko polárnímu kruhu se dostanete. ve městě, které je obklopeno nádhernou přírodou. Ideální místo pro zimní sporty a pozorování divoké zvěře. Navštivte Alaska Native Heritage Center a objevte kulturu a historii domorodých obyvatel.

Ledovec Matanuska, Aljaška

Rovaniemi, Finsko
Toto místo je známé jako domov Santa Clause – tedy ideální destinace pro rodiny s dětmi. Město leží přímo na polárním kruhu a nabízí nezapomenutelné zážitky jako jízdu na saních tažených soby nebo návštěvu Santa Claus Village. Okolní příroda je ideální pro sledování polární záře.

Rovaniemi, Finsko

Tromsø, Norsko
Perla norského severu je také skvělým místem pro pozorování polární záře. Město je obklopeno dramatickými fjordy a horami. Tromsø má také bohatou kulturní scénu a mnoho muzeí, včetně Polaria, kde se můžete dozvědět více o arktickém prostředí. ■

- **Reykjavík** od **3 921 Kč** z Prahy
- **Anchorage** od **14 877 Kč** z Mnichova
- **Rovaniemi** od **3 359 Kč** z Berlína
- **Tromsø** od **6 507 Kč** z Prahy

Tam i zpět, včetně všech poplatků.
Cena a podmínky jsou platné v době tisku.

V kavárnách v centru Kodaně podávají vyhlášené vafle a skvělou kávu

Jedna z útulných kaváren – venkovního posezení se místní nebojí ani v zimě

11 BOŽÍCH DŮVODŮ,

proč do zahraničí vyrazit za prací

Možností, co si ve světě zkusit, je dneska tolik, že už se nám z toho zákonitě musí motat hlava. Brigáda někde u moře během prázdnin je pro studenty asi ta nejlákavější varianta. Pokud ale nejsme omezeni jen létem, co takhle zkusit přesný opak?

TEXT a FOTO: Jana Endlicherová

Třeba Skandinávii a zimní Dánsko? V Dánsku ale bílé pláně nehledejme. Spíše skvělou kuchyni, vášnivé cyklisty, perfektně upravená města, posezení v útulných kavárních a údajně nejšťastnější národ na světě ☺.

Já sama za prací do zahraničí odjela už celkem jedenáctkrát. A naprosto se do ní zamilovala. Je to podle mého názoru mnohem zábavnější, úžasnější, a rozhodně i víc obohacující než jakákoliv dovolená nebo klasické cestování, byť do těch nejkrásnějších koutů světa. Proč? Tak to vám moc ráda prozradím. Mám totiž hned 11 božích důvodů!

1. Protože máš naprostou svobodu
Příjezdem do zahraničí se ze dne na den stáváš v podstatě svým vlastním pánem. A to nemůže říct každý. Rozhodně ne každý mladý člověk nebo student. Žádní rodiče, žádní příbuzní, sourozenci, ani sousedé, co mají oči a uši všude. Svůj volný čas trávíš jen s novými kamarády nebo s tím, s kým doopravdy chceš. A po práci a ve chvílích klidu děláš jen to, na co máš právě chuť a náladu. Jsi totiž mimo pracovní směny naprosto svobodný člověk. A to je přece boží!

2. Protože si užíváš života
Tví spolužáci, kolegové i kamarádi jsou celé dny pravděpodobně někde zavření. Sedí ve školách nebo v zaměstnání, které je často ani nebaví. To ale rozhodně nebude příštích pár týdnů nebo měsíců tvůj případ. Ty si místo toho raději poletuješ po světě, přehazuješ své božské zážitky lopatou a večer je dlouze třídíš a zpracováváš. Povinnosti a starosti tam doma jsi odložil na desátou kolej a raději si teď ve světě užíváš života, fantastických zážitků, bezstarostnosti a mládí.

3. Protože jsi pánem svého času
Žádný budíček v sobotu v osm ráno. Žádné povinné oslavy nebo návštěvy tetiček a strýčků. Žádné celovíkendové pomáhání vašim na zahradě. Žádné generální úklidy. Domácí povinnosti. Hlášení a vysvětlování, kde jsi, s kým jsi, co tam děláš a kdy se vrátíš. Nic! Tento dočasný luxus ti mohou ostatní jen tiše závidět.

4. Protože sbíráš spoustu bezva zážitků
Doma jen stěží uděláš trip na skútru kolem celého ostrova. Jen stěží si vyšlápneš na nejbližší horu s famózním výhledem na záliv. Opravdu se jen stěží

projedeš po moři na lodi. A pravděpodobně budeš jen stěží pozorovat místní divoká zvířata ve volné přírodě. Viděl jsi tam na vlastní oči třeba polární záři? Pozoroval dechberoucí východy a západy slunce? Zkoušel surfovat? Zažil nezapomenutelné párty na plážích?

To všechno jsou chvíle naprosto jedinečné a neopakovatelné, které ti už sotva někdo vezme. Doma, mezi školou, prací, návštěvami fitka, lekcemi jógy a páteční akcí s kamarády, toto opravdu nezažiješ. Tohle je cestování, poznávání světa a rozhodně i job v zahraničí.

5. Protože poznáváš místní i krásy jejich kultury
Samozřejmě i u nás narazíš na erasmáky, turisty nebo dlouhodobě žijící cizince. Problém je ale v tom, že se tu oni snaží přizpůsobit spíše nám. Našemu tempu, naší kultuře a tak nějak i okolnímu stylu života. Chtějí si ze své „návštěvy" u nás odvézt co nejvíc, což je pochopitelné. I tady si s cizinci možná krásně popovídáš a spoustu zajímavého se o nich dozvíš, ale rozhodně nemáš šanci zažít kouzlo jejich kultury, tu pravou atmosféru, prostředí nebo společenskou náladu. To zažiješ v plné autenticitě jedině tam, hezky po jejich.

6. Protože se učíš nový světový jazyk
Angličtina je dnes považována téměř až za povinnou výbavu každého mladého člověka. S tím už asi nikoho neohromíme. Co když ale ty odjedeš do řekněme více „exotických" krajů? Třeba do takového Dánska? Španělska? Nebo Portugalska? Francie? Itálie? Japonska? Za pár měsíců tam zcela určitě pochytíš minimálně základy jazyka. A na tom už se dá v budoucnu dál pracovat. Kromě této praktické a užitečné stránky to má ale ještě jednu bezva výhodu. Mluvit tajemným cizím jazykem je totiž pro druhé neuvěřitelně přitažlivé a zatraceně sexy!

Při práci pokojské v dánském hotelu

Skandinávská kuchyně – ryby, omáčky, kopr, chleba, kořenová zelenina a houby

7. Protože jsi našel odvahu a doopravdy vyrazil
Téměř každého mladého člověka práce v zahraničí v určitém období láká a uvažuje o ní. Jenže málokdo to bohužel dokáže dotáhnout až do konce. Lidi se takhle vycestovat prostě bojí. U většiny tak zůstane jen u odvážných plánů a nesplněných snů, což je podle mě strašná škoda.

Pokud budeš zrovna ty tou světlou výjimkou, doopravdy si sbalíš batoh a doma se po tobě zapráší, budeš pro ostatní skoro až hrdina. Kamarádi, rodina i známí k tobě budou vzhlížet. Protože začínat od nuly, a ještě na novém místě, v nové práci a v cizí zemi vážně není jednoduché a pro každého.

8. Protože máš své vlastní bydlení
Být pánem svého bytu? O tom se v dnešní době může většině mladých jen zdát. Tobě ale možná zaměstnavatel dopřával. Možná ti zařídil tvůj vlastní pokoj kousíček od práce? Nebo snad ještě lépe společné bydlení s několika dalšími, stejně naladěnými kolegy? A že si to spolubydlení a z toho plynoucí zážitky docela užíváte? Paráda! V tom případě ti kamarádi doma musí tento luxus jen tiše závidět.

9. Protože se o sebe staráš sám
Zavolat kdykoliv rodičům, že ti třeba není dobře, potřebuješ někam hodit, že ti tento měsíc nevyšly peníze, že v lednici nic není, nebo že jsi ztratil klíče a potřebuješ záchranu? To není až tak těžké. Zato v zahraničí všechny tyto výhody jaksi ztrácíš. Tam jsi čistě jen za sebe a po překročením hranic se o tohle všechno automaticky staráš sám. A pokud na to nejsi z domu až tak zvyklý, garantuji ti, že se z tebe brzy stane jedinec mnohem samostatnější, dospělejší a šikovnější. To všechno je samozřejmě hlavně pro tebe i do budoucna skvělý posun.

Mluvit tajemným cizím jazykem je pro druhé neuvěřitelně přitažlivé a zatraceně sexy!

10. Jen tak tě už něco nerozhodí
V zahraničí toho hodně uvidíš, uslyšíš, zažiješ, vyzkoušíš, překonáš a vyřešíš. Ať chceme nebo nechceme, každá zkušenost nás popožene o kus dál. S každou další se zkrátka stáváme zase o něco rozumnějšími a zkušenějšími bytostmi. A troufám si tvrdit, že ani ty nebudeš v tomto případě žádnou výjimkou.

Při práci v zahraničí zažiješ občas i hodně nepříjemné chvíle. Cizí řeč, ve které dost možná ze začátku plaveš. Cizí lidi, odlišná kultura, způsoby, vyjadřování, chování, mentalita nebo pracovní podmínky. S tím vším se budeš denně setkávat a bojovat. A pokud tímto způsobem vycestuješ opakovaně a pokaždé do jiného koutu světa, budeš se muset na nové prostředí znovu a znovu a znovu adaptovat. A to je fuška.

SOUTĚŽ

o 3 knihy JOB V ZAHRANIČÍ

KOLIKRÁT SI AUTORKA KNIHY PRÁCI V ZAHRANIČÍ SAMA ZKUSILA?

a) 3x **b)** 8x **c)** 11x

Knihy získají autoři správných odpovědí, které přijdou jako 30., 100. a 150. v pořadí.

Odpovědi se jménem, poštovní adresou a telefonním číslem posílejte na **soutez-zluty@regiojet.cz** do **31. 10. 2024**. Do předmětu e-mailu napište **JOB**.

JOB V ZAHRANIČÍ
Jedinečný a originální průvodce prací a brigádami v zahraničí. Autorka v něm předává své bohaté zkušenosti, důležité rady a tipy jak ze svých pracovních cest, tak i z práce koordinátorky pracovních pobytů, které se tři roky věnovala. Na job v zahraničí stoprocentně naláká, ale hlavně perfektně připraví! **www.jobvzahranici.cz**

Proto si myslím, a jsem o tom osobně i přesvědčená, že právě práce nebo brigáda v zahraničí nás do budoucna neuvěřitelně posílí. S lidmi to obecně není vůbec jednoduché, a navíc při komunikaci v cizí řeči a zemi to platí snad trojnásob. Nebudeš zkrátka ve svém prostředí a nebudeš ani mezi svými. A to tě zocelí.

11. Neujíždí ti vlak
Spousta lidí se k této změně bohužel nikdy neodhodlá, byť to paradoxně opravdu chtějí. Doma je drží a stahuje zpátky něco neviditelného, zato evidentně dost silného. Jednoho dne se tak klidně můžou probudit s tím, že už se jim vlastně ani nikam nechce. Nebo už to opravdu z různých důvodů nepůjde. A to je průšvih. Svůj sen zadupali a tento konkrétní už si jen těžko někdy splní. Minimálně ne v takové podobě a ne s relativně čistou a bezstarostnou hlavou. Tento vlak jim prostě ujel.

Ty proto nedělej stejnou chybu. Protože až si tento úžasný sen splníš, budeš se moct jednou provždy posunout, s klidem v srdci i na duši, zase dál. A o to v životě přece jde, nebo ne? ■

JANA ENDLICHEROVÁ

Cestování spojené s prací nebo brigádou v zahraničí ji naprosto nadchlo. Vyzkoušela si roli pokojské, číšnice nebo pobytové delegátky. Tři roky působila i ve STUDENT AGENCY jako koordinátorka zahraničních pobytů. Teď se na tuto úžasnou zkušenost snaží mladé lidi nejen nalákat a připravit. IG: **jobvzahranici**

POSTEL PRO POUTNÍKA

Mít kde přespat je jednou ze základních potřeb každého poutníka. Někdo si vystačí se širákem, většina však preferuje střechu nad hlavou. Nedostatek dostupného ubytování na českých poutních trasách má za cíl řešit platforma Postel pro poutníka, vytvořená neziskovou organizací Ultreia, z.s.

Putování krajinou zažívá v posledních letech nebývalý rozkvět. Rytmus „jít – spát – jíst" přináší zklidnění a doplnění energie do běžných rušných dní. České poutní trasy však často procházejí místy, která nabízí buď finančně nákladné nebo vůbec žádné ubytování. Poutnická nezisková organizace Ultreia připravila online platformu Postel pro poutníka

(www.PostelProPoutnika.cz), která má za cíl tenhle deficit řešit. Je vytvořená samotnými poutníky a zapojit se do ní může úplně každý, kdo chce poutníkovi nabídnout střechu nad hlavou. Může to být postel v penzionu nebo gauč u někoho doma. Někdy stačí i terasa nebo zahrada pro postavení stanu. Cena záleží na poskytovateli ubytování, může to být od 0 Kč přes dobrovolný příspěvek až po pevně danou částku.

V tuto chvíli jsou do projektu zapojeny tyto poutní stezky: Svatojakubská cesta, Cyrilometodějská cesta, Husova cesta, Blaník – Říp a Říp – Blaník. Putování může být dostupnější i díky vám. Zapojte se i vy nebo podpořte další rozvoj na darujme.cz/ultreia. ■

ultreia

www.ultreia.cz
obchod.ultreia.cz
www.PostelProPoutnika.cz
FB/IG: **ultreiacz**
Sbírkový účet: **2400957011/2010**

Tuto stránku poskytuje STUDENT AGENCY a RegioJet neziskovým organizacím bezplatně.

DLOUHÁ ZIMA V NORSKU

Zajímá vás, jak se žije v Norsku? Jsou tak daleko na severu zimy o mnoho horší než v Čechách? V následujícím článku bych vám chtěla přiblížit norskou zimu, život v hlavním městě a různé možnosti vyžití během dlouhého zimního období.

TEXT: Blanka Bártová ■ FOTO: Blanka Bártová, Jakub Maňura

Jak to všechno začalo
Do Norska nás vyslala před pěti lety česká IT firma, abychom pracovali na zákaznické podpoře v její nově otevřené pobočce. Od té doby žijeme s přítelem v hlavním městě Oslu jako expati a při každé příležitosti vyrážíme objevovat krásy této severské země.

Jaká je tu zima
Norsko, to je sen... To tvrdí každý, komu řeknu, že bydlíme v Norsku. A je to pravda. Tak krásnou nedotčenou přírodu jsem viděla zatím jen na pár místech na světě. V běžném každodenním životě ale nejde jen o cestování. Zatímco v létě slunce skoro nezapadá a všichni Norové

Norové považují saunování za část své kultury

Sámská osada za polárním kruhem

Přístav ve vesničce Henningsvaer

Ranní káva s výhledem na zasněžený fjord

Útěk od lidí na malém ostrůvku Lindoya v Oslofjordu

tráví celé dny posedáváním u vody a v parcích nebo si na zahrádkách restaurací vychutnávají pivo, v zimě, kdy je v Oslu světlo třeba jen čtyři hodiny denně, je mnohdy těžké neupadnout do zimní deprese.

Zima v Norsku trvá většinou od půlky listopadu až do půlky dubna, někdy i déle. Někdy jsou tu teploty srovnatelné s Českem, někdy ale klesají hluboko k -20 stupňům. Chodníky bývají pokryté silnou vrstvou ledu, takže celou zimu nosíme nazouvací hroty na boty. Ty se staly mým nejlepším kamarádem, a bez nich ven prakticky nevycházím ☺. Někteří rodilí Norové je nenosí, jsou to mistři v balancování na ledu, to já ale nejsem.

Jak si v zimě krátit čas

Norové jsou velmi sportovně založení a vyžívají se v zimních sportech. V Oslu je hned několik míst, kde stačí vystoupit z metra, nasadit lyže a vyjet na několikakilometrové běžkařské trasy anebo na sjezdovku. Po sportovním výkonu si všichni rádi vychutnají typické norské vafle s hnědým sýrem „brunost" a horkou kávu nebo kakao.

Já moc fanoušek lyží nejsem, a tak vždy radši vyrazím trajektem na některý z ostrůvků v Oslofjordu nebo do vánoční vesničky Drøbak. V Oslu je přes zimu ještě jedna super věc, a to je sáňkařská dráha Korketrekkeren. Nejen že jde o dráhu dlouhou přes 2 km a klesáním přes 250 m, ale hlavně dojedete metrem na zastávku Frognerseteren, tam si půjčíte sáňky a dojedete na nich na zastávku Midstuen. Tam jednoduše i se sáňkami nastoupíte na metro a vyvezete se zpátky nahoru, a tak můžete jezdit pořád dokola. Letos jsem to vyzkoušela poprvé a byla to tedy hodně prudká jízda. Takže pokud navštívíte Oslo v zimě a chcete zažít trochu adrenalinu s výhledem na fjord, tak doporučuji.

Opuštěná chatka na pláži Rambergstranda

Výhled ze střechy budovy opery v Oslu

Návštěva sámské osady

Sněhové závěje podél cesty v Ryfylke

Součástí norské kultury je také saunování. Obzvláště v zimě si místní dlouhé šedé dny krátí v rozpálené sauně. V centru Osla se za poslední roky vyrojily desítky saun a všichni to tu milují. Finové sice tvrdí, že Norové se doopravdy saunovat neumí, ale za mě rozpaření Norové skákající do zamrzlého fjordu k Norsku prostě patří.

V zimě je krásně i jinde než v Oslu

Rozhodně se vyplatí udělat si „expedici" za polární kruh. Pokud se o Norsko zajímáte, tak Lofoty určitě dobře znáte. Většina lidí tam jezdí v létě, kdy je to tam bohužel přeplněné turisty ze všech konců světa. Ale vidět červené či žluté rybářské chatičky v kontrastu s bílými závějemi sněhu stojí také za to. Vyzdvihla bych třeba cestu trajektem z Bodø do Moskenes při západu slunce, kdy jsme pluli souběžně s hejnem delfínů. Netradičním zážitkem, který se ale na rozdíl od nevyzpytatelných vodních tvorů dá naplánovat, je návštěva původních obyvatel norského Laponska, Sámů. V jejich vesničce můžete jet na sobím spřežení, ochutnat jejich národní pokrm, sobí polévku, anebo třeba u ohně ve stanu vyslechnout dávné příběhy jejich předků.

Nebudu lhát, dlouhé zimní období je tu pro nás těžké. A každý rok netrpělivě vyhlížíme první paprsky jarního slunka. Ať už v zimě nebo v létě, žijeme na krásném místě, kde si lidé váží přírody a pečují o ni a stejně tak pečují i o svůj work-life balance, a toho si ceníme. ■

BLANKA BÁRTOVÁ

Pro cestování se nadchla při studiu v USA a na Tchaj-wanu, od té doby procestovala celou řadu zemí a dlouhý bucket list má ještě před sebou. Ráda fotí a sdílí své zážitky a zkušenosti na sociálních sítích a cestovatelských přednáškách. Nyní začíná novou životní etapu a cestuje i s miminkem. IG: **b.l.a.n.ch.e**

ILLY: OD HISTORIE K SOUČASNOSTI

a vývoj značky v České republice

Jak se illy dostala z malé italské rodinné firmy na vrchol světového kávového trhu a jaký je její příběh v České republice?

TEXT: David Bareš ■ FOTO: archiv Le Patio Group

Historie plná vášně
Cesta společnosti illy začala v roce 1933 v italském městě Terst, kde ji založil Francesco Illy. Ten přinesl do Itálie nejen svou lásku ke kávě, ale také inovativní přístup k jejímu zpracování. Společnost investuje do výzkumu a vývoje, aby zajistila, že její káva bude vždy na špičce. illy byla také průkopníkem v oblasti balení kávy, tzn. presurizace na bázi inertního plynu, což výrazně prodloužilo čerstvost zrn a umožnilo jejich export po celém světě.

Barista Tomáš Komberec

Expanze a udržitelný růst
V průběhu let se illy rozrostla z rodinné firmy na globální značku, která je přítomná ve více než 140 zemích. Společnost je známá svou pevnou etickou politikou a zaměřením na udržitelnost. illy spolupracuje s farmáři po celém světě, aby zajistila, že káva bude pěstována s ohledem na životní prostředí a pracovní podmínky farmářů budou spravedlivé. Dalším, čerstvým milníkem je káva illy Cerrado Mineiro s certifikací Regenagri®. Tento program se zaměřuje na budoucnost půdy a lidí, kteří na ní žijí, z regenerativní perspektivy. Úroveň péče o detaily odpovídá našim vlastním vysokým standardům.

Příběh illy v České republice
V České republice se illy poprvé objevila na přelomu tisíciletí. Začátky byly náročné, ale zároveň vzrušující. Bylo třeba přesvědčit české kavárníky a milovníky kávy, že illy nabízí něco výjimečného. Díky intenzivnímu marketingu a prezentaci produktů si illy rychle získala srdce českých spotřebitelů. Dnes je illy synonymem pro kvalitní kávu a najdete ji v mnoha prestižních kavárnách a restauracích po celé zemi.

Univerzita kávy
Jedním z klíčových faktorů úspěchu illy v ČR je „Univerzita kávy". Tato vzdělávací instituce nabízí širokou škálu kurzů a školení pro baristy, kavárníky a všechny milovníky kávy. „Naši školitelé jsou experti, kteří se neustále vzdělávají, aby mohli předávat ty nejnovější poznatky o kávě," vysvětluje barista Tomáš Komberec. Tomáš také školí stevardy z RegioJetu, aby vám mohli poskytnout skvělý kávový zážitek. Jeho vášeň a znalosti o kávě jsou nakažlivé a pomáhají stevardům pochopit nejen techniky přípravy kvalitní kávy, ale také důležitost přesného mletí, správného teplotního nastavení a servírování s úsměvem. Každá cesta s RegioJetem je tak nejen pohodlná, ale díky Tomášovi se stává i kulinářským zážitkem pro milovníky kávy. ■

www.espresso.cz

Česká vědecká stanice J. G. Mendela na ostrově Jamese Rosse v Antarktidě

Takhle českou vlajku potrhal vítr během trvání letošní expedice Masarykovy univerzity

NA ANTARKTIDĚ BYCH VYDRŽEL I CELOU POLÁRNÍ ZIMU

Podívejte se na glóbus zespod a budete překvapeni, jak je Antarktida veliká, říká cestovatel a polárník Petr Horký. Při své druhé expedici na tento kontinent dokumentoval práci vědců na české polární stanici.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: Petr Horký, Jan Šimánek

Kde vaše dlouhá cesta na ostrov Jamese Rosse začala?
Když chce Pražák do Antarktidy, musí nejdřív do Brna ☺. Protože v Brně se už desítky let dělá excelentní mezinárodní antarktická věda. Jedním ze zakladatelů české polární stanice je profesor Pavel Prošek, který tam byl snad stokrát a je jasným dokladem toho, že Antarktida prospívá tělesnému i duševnímu zdraví. Chtěl bych v jeho věku vypadat jako on!

Vy jste byl na Antarktidě podruhé. V čem to bylo jiné než první expedice?
Minule jsem pobýval na ledovcích a v horách, šel jsem na nejvyšší horu a na jižní pól, nyní jsem se dostal i na odledněná území na břehu moře. Navíc jsem zažil i tmu, zatímco minule vrcholil polární den. Ale hlavně jsem byl na Antarktidě jako dokumentarista. Oslovila mě Česká televize a brněnská Masarykova univerzita, abych společně s kameramanem Janem Šimánkem zachytil práci mezinárodního vědeckého týmu na české polární stanici J. G. Mendela na ostrově Jamese Rose. Na filmu intenzivně pracujeme a snad bude do konce roku odvysílán.

O čem bude film především?
Mám dva cíle. Přiblížit krásy Antarktidy a taky chci ukázat, co tam naši vynikající vědci dělají. Už objevili desítky nových bakterií, řadu lišejníků. Jejich přínosy v oborech glaciologie, klimatologie a geologie patří ke světové špičce. Navíc jsme díky české stanici jedním ze 29 států světa, které spolurozhodují o osudu kontinentu. Náš hlas má stejnou váhu jako třeba hlas USA a spousta lidí o tom nemá tušení. Na Antarktidě patříme mezi světovou elitu a měli bychom na to být patřičně hrdí.

Je nějaký mýtus o Antarktidě, který byste rád vyvrátil?
Zažitou chybou je domněnka, že je Antarktida malinká. Ve skutečnosti je větší než USA a o polovinu větší než Evropa. To dělá právě to zkreslení při běžném pohledu na glóbus. Dalším omylem je myslet si, že Antarktida a jižní pól jsou totéž. O mnoha konspiračních teoriích nemluvě.

Těm nahrává asi fakt, že se na Antarktidu mnoho lidí osobně nepodívá.
Věřte mi, žádná zeď tam není. Ani základny pod ledem ☺. Jedna moje přednáška se jmenuje Krásná Antarktida a na ní představuji stovku zdejších unikátů. A lidé jsou opravdu překvapení, že je to vlastně poušť, kde je suchý vzduch. Že jsou na Antarktidě nezamrzlá jezera. A že ve zdejším největším pevninském ledovci je 80 procent sladké vody na celé planetě. Kdyby se rozpustil, hladina moří stoupne až o 60 metrů! To ani nedokážeme nějak zpracovat, představit si to. Kam až by asi sahala hladina Středozemního moře?

Stejně tak je těžké si představit, že před miliony let na Antarktidě žili dinosauři?
Když jsem letos se štěstím našel kousek trávy nebo lišejníku na nezamrzlých částech pevniny, byl jsem tak šťastný! A pak jsem viděl celé kmeny zkamenělého dřeva. Prostě zkamenělý strom. Důkaz toho, že dříve tady opravdu byla džungle. Ale představit si to je dost těžké.

Není to teď trochu monotónní? Všude jen bílo, zima, ticho?
To je další mýtus spojený s polárními oblastmi. Takové to „velké, tiché, nehybné nic". Ve skutečnosti lyže i sáně dělají strašný rámus, jak se šoupou, nemáte sílu ani dech na to si cestou s někým povídat. Museli byste křičet. I v Antarktidě dělá vítr kravál, řvou tam na břehu rypouši a lachtani. Ale je fakt, že se někdy udělá úplné bezvětří a pak je tam hrobové ticho jako na poušti. Ovšem nesmíte se ani pohnout. Cítíte jen tlukot vlastního srdce. Tohle už skoro nikde nezažijete, neustále jsme obklopeni nějakou hladinou hluku.

Šéf techniků František Vorel (vpravo) je otužilec. Byla pro mne radost užít si s ním antarktickou studenou vodu v moři i ve „vanečkách", které má připravené hned vedle stanice

Ale barevná Antarktida není, to mi nenamluvíte!
Většinou je monochromatická, zvláště v zaledněných oblastech. Proto vás rozradostní i šedozelená tráva. Ovšem našel jsem i nádherně oranžový lišejník, xantoria elegans, a to opravdu chvíli přemýšlíte, kde se tady ta nádhera vzala? Přirovnal bych to k tomu, když držíte půst. Potom jste mnohem vnímavější k chutím a dokážete je ocenit. Tam se očistíte od té obrovské spousty vjemů, které na nás pořád útočí. Všechno se zjemní a vytříbí a pak žijete naplno v přítomném okamžiku.

Jaká byla polární noc?
Byl jsem tam v období, kdy bylo světlo i tma. Končil polární den a přicházela polární noc. Každý den se zkracoval asi o 6 nebo 7 minut, takže za 10 dnů jsme měli o hodinu kratší den. Ovšem prodlužovala se délka západů a východů slunce, ta podívaná trvala i hodinu a půl. Musel jsem na fotkách potlačovat barevnost, protože za rozbřesku byly na obloze ohnivě rudé mraky a všechno vypadalo jako kýč. Ale není, protože je to skutečné, přírodní, ryzí krása.

Jak moc trpí foťáky a kamery v mrazivém prostředí? A dají se sesbíraná data nějak odesílat?
Baterky samozřejmě odcházejí rychleji, ale největší potíže dělá spousta prachu. Když se zvedne vítr, funguje jako abrazivo. Část techniky je na odpis. Pokud jde o uchování všech poznámek a dat, tak letos poprvé už oblast pokrývá starlink, takže tam čeští vědci vezli talíř pro příjem internetu. Přístup k informacím i jejich předávání dál je sice omezené, ale je k dispozici.

Cítím správně, že to neříkáte úplně s nadšením?
Osobně mě to mrzí. Když jsem byl na Antarktidě poprvé, okamžikem přistání končilo všechno spojení s okolním světem. Měli jsme jenom satelitní telefon, který potřebuje bezmračnou oblohu. Jenom to vědomí, že jste informačně odříznutí od světa, vám nastaví hlavu

Informační odříznutí od světa vám nastaví hlavu úplně jiným způsobem. A to byl dar toho kontinentu, který pomalu mizí.

Bibi point – hora tyčící se nad českou vědeckou stanicí J. G. Mendela

úplně jiným způsobem. Pro současného obyvatele planety je to v drtivé většině už nepředstavitelné. A to byl dar toho kontinentu, který pomalu mizí.

Vy si na expedicích píšete vlastní deníky?
Ano, plnicím perem. Moje deníky jsou analogové, fyzicky vytvořené, mám je rád. Měl jsem s sebou deník vyrobený mou dcerou Evičkou a celý jsem ho popsal. Nemá kopii, nedá se nijak zálohovat. Musím na něj dávat pozor. Mám to tak rád, deníky nesou ten příběh stejně jako odřené pero, kterým je píšu.

Co bylo největším zážitkem z celé expedice?
Bez jakékoliv falešné romantiky musím říct, že to byla vzácná parta 16 lidí, se kterými jsem tam byl. Ze všech týmů, které jsem si nestavěl sám, byl tento nejlepší. Pracovali jsme v krásné atmosféře spolupráce a vzájemného respektu bez jediného konfliktu. Činnost dokumentárního štábu je vždycky trochu rušivá a zpomaluje práci, ale všichni pochopili, že jsme na jedné lodi a vycházeli jsme si vstříc. Druhým zážitkem pro mne bylo, že mi vyšla v nepřítomnosti knížka Hausbot – hovory o životě a spokojenosti. Díky tomu, jak jsem byl daleko, viděli ji čtenáři dříve než já, autor. To je neobvyklé.

Jak se na polární expedici připravujete?
Každý den posiluji a cvičím karate. Antarktida není kontinent, kde by homo sapiens trvale žil, nejsou tam pro lidské fungování podmínky. Tato výprava ale nebyla zvlášť fyzicky náročná, i když jsme strávili dny pochodem na ledovec. Na ostrově Jamese Rose také nebylo mínus 40 stupňů jako ve vnitrozemí, spíše kolem nuly, v rozmezí od mínus 10 při větru až po extrémních plus 12 stupňů odpoledne.

Česká vědecká antarktická expedice 2024 v plné sestavě. Vedoucí expedice Peter Váczi je třetí zprava. Chybí jen vedoucí projektu Daniel Nývlt, který zaštiťoval a jistil expedici z Masarykovy univerzity v Brně

SOUTĚŽ

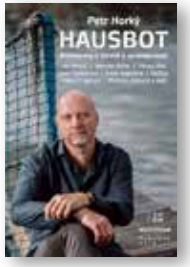
o 3 knihy HAUSBOT – hovory o životě a spokojenosti

VE KTERÉM ROCE BYL PETR HORKÝ NA ANTARKTIDĚ POPRVÉ?
(nápovědu hledejte na www.petrhorky.cz)

a) 2021 **b)** 2019 **c)** 2020

Knihu rozhovorů získají autoři správných odpovědí, které přijdou jako 50., 100. a 150. v pořadí.

Odpovědi se jménem, poštovní adresou a telefonním číslem posílejte na **soutez-zluty@regiojet.cz** do **31. 10. 2024**. Do předmětu e-mailu napište **HAUSBOT**.



HAUSBOT – HOVORY O ŽIVOTĚ A SPOKOJENOSTI
Kniha nejzajímavějších rozhovorů s českými i světovými osobnostmi o jejich přístupu k životu, které Petr Horký vybral ze své talkshow Hausbot. Podívejte se na YouTube kanál **petrhorky**

To zní jako dovolená v teple. A v moři jste se nekoupal?
Koupal! Třikrát v moři, protože slaná voda při nula stupních nezamrzá. Jednou jsme si s chlapama šli zaplavat společně. Koupal jsem se i s otužilcem z expedice, hlavním technikem Františkem Vorlem, v barelu, kterému říká vanečka. Na slunci je potřeba se pořádně namazat krémem s velmi vysokým filtrem, protože za hodinu můžete mít puchýře. Zdejší UV záření je kvůli ozonové anomálii doslova život ohrožující.

Přesto se vám na Antarktidě líbí?
Moc. Ale je zajímavé, že expediční lékař při měření srdeční činnosti zjistil, že mám polární hypertenzi. Tedy vyšší krevní tlak, i když jsem vůbec žádnou změnu necítil. Užíval jsem si pohodu a radost, takže když jsme si dělali před odjezdem domů legraci, kdo zůstane na stanici přes celou polární zimu, byl jsem jedním ze tří členů výpravy, co by se dobrovolně přihlásili. Jen už jsem neměl žádný deník, který bych mohl zase od začátku do konce popsat svými zážitky. ■

PETR HORKÝ

Polárník, cestovatel a režisér, autor řady oceňovaných knih a filmů. Založil youtubový kanál Hausbot Petra Horkého, kde můžete vidět jeho rozhovory s osobnostmi z celého světa i z ČR, záběry z expedic i z díla Hanzelky a Zikmunda.

www.petrhorky.cz

VÝLET ZA POZNÁNÍM LOKÁLNÍ TVORBY

Zažijte víkend plný inspirace, který vám ukáže krásu a přínosy lokální tvorby! Dyzajn market Babí léto přivítá 14. a 15. září na Výstavišti v Praze-Holešovicích přes 200 tvůrců, malých značek i kulinářů z různých koutů České republiky, Slovenska a dalších zemí, kteří představí své originální výtvory.

TEXT: Annu Knitlová ■ FOTO: Dyzajnmarket.cz

Dyzajn market je výjimečné prodejní a výstavní tržiště, které nabízí široký výběr bytových doplňků, udržitelné módy, autorských šperků, kabelek i batohů, hraček z přírodních materiálů, knížek či papírenských radostí.

Každý z vystavovatelů se zaměřuje na místní výrobu a udržitelnost. Jejich výrobky jsou pečlivě a s láskou vytvářené tak, aby splňovaly vysoké nároky na přijetí. Žádné polotovary, které putovaly přes půl světa a byly vyrobeny za nedůstojných podmínek, tady nenajdete. Naopak, Dyzajn market umožňuje přímý kontakt mezi tvůrci a zákazníky, což přináší jedinečný zážitek, který v běžných obchodech nenajdete.

Kromě designu a módy si můžete užít také pestrou nabídku gastronomických zážitků. V bohaté food zóně si můžete pochutnat na výběrové kávě, veganských, vegetariánských i masových specialitách nejrozmanitějších chutí. Nechybí ani sladké pochoutky, řemeslné pivo, výběrová káva či domácí limonády.

Pokud nemáte možnost přijít na edici Babí léto, tak nezoufejte. Již **26. a 27. října** se koná Dyzajn market Podzim, opět na Výstavišti Praha v Holešovicích, přímo před Průmyslovým palácem.

Přijďte na Dyzajn market Babí léto a objevte kouzlo originálního, kvalitního a udržitelného designu! Těšíme se na vás. ■

Od designových bločků…

… přes ručně vyráběné hračky…

… přes domácí pochoutky…

… až po originální módu

Výstaviště v Praze-Holešovicích

SOUTĚŽ

o 3 balíčky originálních dárků

KOLIK LET LETOS OSLAVÍ DYZAJN MARKET?

a) 14 **b)** 11 **b)** 13

Dárky získají autoři správných odpovědí, které přijdou jako 50., 80. a 120. v pořadí.

Své odpovědi se jménem, poštovní adresou a telefonním číslem posílejte na **soutez-zluty@regiojet.cz** do **31. 10. 2024**. Do předmětu e-mailu napište **DYZAJN**.

SUAASAT

I když Grónsko není zrovna místo spojované s gastronomií, žije zde téměř 60 000 obyvatel, kteří mají svá tradiční jídla. Patří k nim především vydatná polévka, se kterou se ale můžeme setkat i v severní Kanadě.

TEXT a FOTO: thefooddictator.com, regiojet.cz

Vnitrozemí Grónska tvoří neobyvatelný ledovec, ale jižní část dostojí jménu „Greenland", protože je to skutečně zelená země – daří se zde bujné vegetaci, zemědělství a najdete zde mnoho farem. Země je bohatá na soby, pižmoně, zajíce, řadu ptáků, tuleně a mořské plody.

Suaasat je grónské národní jídlo – polévka z masa a krup, která se tradičně připravuje z tuleního masa, ale také z velryb, sobů, pižmoňů nebo mořských ptáků. V našich podmínkách můžeme použít hovězí, jehněčí nebo zvěřinu. Suaasat se zahušťuje kroupami namočenými do vody přes noc, aby se škroby vyluhovaly do vody. Místo krup je také možné použít rýži. Do polévky se často přidává cibule a brambory a jednoduše se dochucuje solí a pepřem nebo bobkovým listem. My jsme přidali řadu bylinek, které v Grónsku nejsou původní, ale které se hojně používají, aby polévce dodaly výraznější chuť.

INGREDIENCE

- 1 kg masa (jehněčí, hovězí nebo zvěřina), nakrájené na malé kostičky
- 2 l vody
- 1 hrnek krup
- 3 velké cibule, nakrájené nadrobno
- 1 velká hrst sušených hříbků
- 2 velké oloupané mrkve nakrájené na plátky
- 2 velké brambory nakrájené na malé kostičky
- 1 velký bobkový list
- 1 lžička nasekaných čerstvých listů rozmarýnu
- 1 lžička nasekaného čerstvého tymiánu
- 1 lžička nasekané čerstvé šalvěje
- mořská sůl
- černý pepř čerstvě mletý

POSTUP

Kroupy namočte přes noc do dvou litrů vody. Hodinu před přípravou polévky namočte i sušené hříbky.

Do velkého hrnce slijte vodu z krup a přidejte nakrájené maso, zeleninu, houby a bylinky. Přidejte sůl a pepř podle chuti. Přiveďte k varu a vařte na mírném ohni do změknutí (asi hodinu).

Přidejte kroupy, promíchejte, případně dokořeňte a vařte dalších 15 až 30 minut, dokud polévka nezhoustne.

„Takanna mamassaqaat" (v grónštině znamená: zde je tvé jídlo).

Zdroj: **www.thefooddictator.com** ■

BABÍ LÉTO PATŘÍ ŽENÁM

V Evropě právě zažíváme babí léto. Na severoamerickém kontinentu mají léto indiánské a v Austrálii začíná jaro. Pusťte si Čtvero ročních období od Vivaldiho a na chvíli se zasněte.

TEXT a FOTO: Barbora Janečková

Babí léto je totiž skvělý čas pro výlety nebo dovolenou. U nás je obvykle ještě teplo a sucho, ale příroda už začíná hrát všemi barvami a ranní mlhy ohlašují příchod podzimu. Když se vydáte na jih k moři, bude vyhřáté, ale už přes den neumřete vedrem. Na horách ještě není sníh, ale výhledy jsou doslova uchvacancující. Města už nesálají žár naakumulovaný v betonu, ale zvou k procházkám a posezení v kavárnách.

Optimisté vidí v babím létě hlavně léto. Realisté hlavně baby. Tedy plejády hvězdokup v souhvězdí Býka. Škarohlídové si myslí, že léto už zestárlo a není v nejlepší kondici, případně pozorují poletující pavučiny připomínající šedé babské vlasy. Babí léto většině z nás splývá s létem mariánským nebo svatováclavským. Jak se času mezi zářím a říjnem říká, na tom vlastně ani tak nezáleží. Stejně voní po létě, ale mezi ingrediencemi je i vůně hub v lese, mlžný opar a sladká chuť burčáku. Jak se překlopí do vína, bude tu podzim.

V kavárně na vrcholu Ještědu se díváte na život s nadhledem

V době lehce dostupných informací si můžete zjistit o čemkoli cokoli. Mě zaujalo, že babí léto je v meteorologii vnímáno jako singularita. Tedy pravidelná odchylka od celkového trendu počasí, podmíněná zvýšeným výskytem určitých povětrnostních situací. V tomto smyslu jde o jev přesně vázaný na určité kalendářní období. Ve střední Evropě patří k nejznámějším singularitám Medardova kápě, babí léto a vánoční obleva. Tu tady máme cobydup, takže šup šup za dalšími zážitky a cestami bez promáčených bot a zmrzlých prstů.

Podle mojí soukromé teorie patří babí léto ženám. Příjemné klima v příjemné společnosti kamarádek, sester nebo kolegyň někde v lázních, evropské metropoli nebo na chalupě (bez dětí!) je jako balzám na rozbrnkané nervy. Po prázdninách se v práci šéfové probouzí s novými nápady, rodiny si zvykají na režim školní docházky a babičky si do diářů zapisují, kdy a kde hlídají vnoučata. Než se ta mašinérie vrcholící adventním shonem rozjede, je tady pár týdnů babího léta. Utrhněte si pár dnů jen pro sebe!

Tři holky z „gymplu" na výletě do Soluně

Lidové pranostiky svázané s babím létem jsou jako obvykle pravdivé a odzkoušené generacemi. Co srpen nedovařil, září nedosmaží. Září víno vaří, říjen mačká hrozen. Po svaté Tereze mráz po střechách leze. Divoké husy na odletu, konec i babímu létu. Tak hlavu vzhůru, na obloze jsou otisky našich bot. ■

BARBORA JANEČKOVÁ

Autorka knihy Svět Úžasné Báry se psaní věnuje celý život. Pracovala jako novinářka, mluvčí, úřednice, šéfredaktorka, konzultantka PR a marketingová specialistka. V současné době je na volné noze jako nezávislá publicistka a copywriterka. Ráda cestuje a už řadu let své zážitky píše na blog **www.uzasnabara.cz**.

OVCE NA DVOŘE A PŘESTÁVKY VENKU

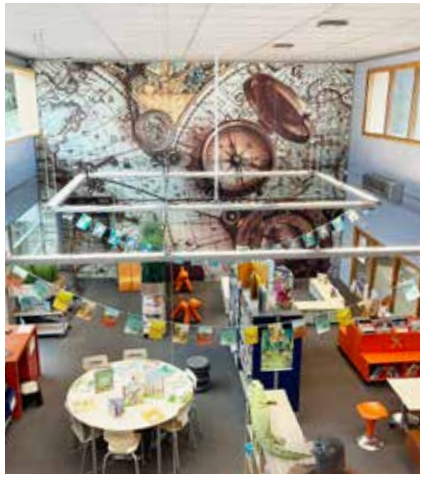
Můžou se české školy inspirovat tím, jak se učí v Nizozemsku, Estonsku či Finsku?

Severské země se v posledních letech často dávaly za vzor toho, jak vybudovat moderní školství, které k dětem přistupuje s respektem a zároveň je v rámci mezinárodního srovnávání znalostí žáků nadprůměrně úspěšné. V mnohém poučná může být pro učitele a ředitele i zkušenost, jak fungují školy v Nizozemsku.

TEXT: Lenka Penkalová, Lucie Römer ■ FOTO: Nadační fond Eduzměna

Několikadenní návštěvu škol v Nizozemsku nedávno pro skupinu učitelů a dalších odborníků zorganizoval Nadační fond Eduzměna. Co všechno během cesty viděli?

Knihovna ve škole Haren Donk et Reit, město 's-Hertogenbosch



Aby se děti cítily dobře

Když letos v dubnu vyjelo čtyřicet učitelů, ředitelů a dalších školských profesionálů do nizozemského Utrechtu, věděli už předem, že holandské školy hodně dbají na wellbeing. Tímto slovem se označuje důraz na psychickou pohodu žáků, která umožňuje, aby se děti do školy těšily a dosahovaly lepších výsledků.

Jak vážně Nizozemci péči o dobrou atmosféru ve škole berou, se ukázalo velmi brzy. Třeba ve městě s'-Hertogenbosch usměvavý ředitel Frank van de Veerdonk před vchodem do školy každé ráno osobně vítá všechny příchozí. „Je důležité pozdravit rodiče a vidět, v jakém rozpoložení děti přichází. Smějí se? Nebo to byla těžká noc?" říká.

Škola je tu pro všechny

V Nizozemsku jsou od roku 1985 mateřské školy spojené s prvním stupněm základní školy, a do stejné budovy tak chodí děti ve věku od čtyř do dvanácti let. Zvykem také je propojování škol s dalšími institucemi, například komunitním centrem, úřady nebo s jeslemi, takže budovu využívají všechny generace. Hodně se také dbá na světlé, otevřené a dobře promyšlené interiéry, což Nizozemsko spojuje s Estonskem a Finskem, které skupina odborníků z Česka navštívila loni.

„Ta variabilita byla neskutečná. Třeba jídelna, která se umí přeměnit na sál, kde mají přednášku nebo něco tvoří s rodiči," popsala své zážitky ze severské cesty Monika Hrochová z Eduzměny.

V Pobaltí a Finsku bývají třídy často prosklené a ve výuce se využívá celý prostor školy. Běžné jsou relaxační zóny, odhlučněná křesílka nebo speciální jezdící židle s prostorem pro školní batoh. V těchto zemích se zároveň daří eliminovat rozdíly způsobené sociálně-ekonomickým zázemím jednotlivých dětí. Výuka, knihy, obědy, doprava, sportoviště a částečně i kroužky jsou zpravidla zdarma. Školní hřiště nebo knihovny jsou v určité časy přístupné i veřejnosti.

Přestávky na čerstvém vzduchu

Všechny zmiňované země spojuje také další drobnost – důraz kladený na pobyt dětí venku. Na dvoře školy De Meerpaal v Haagu si o jednom dubnovém dopoledni hraje asi padesát dětí. Počasí ven zrovna neláká, protože fouká vítr a prší, děti tu přesto tráví povinně všechny větší přestávky. Hrají fotbal, testují prolézačku nebo si jen tak povídají. Zpoza rohu je pozorují dvě školní ovce, uvnitř budovy mají své pelíšky dva školní psi.

REGIOJET PODPORUJE VZDĚLÁVACÍ AKTIVITY EDUZMĚNY

Investice do vzdělání by pro stát měla být nejdůležitější investicí vůbec. Dělá to stát dobře?

Jen částečně. Zvýšení platů učitelů byl nutný předpoklad. To však nestačí. Nyní musíme učitelům pomoci s tím, aby škola byla opravdu hrou. Tento úkol má dnes plně v rukou vedení škol. Cílem Eduzměny je ukázat ředitelům a učitelům nové vyzkoušené cesty, jak dát dětem motivaci růst bez ohledu na to, zda pocházejí z „normálních" nebo vyloučených lokalit. Eduzměna zatím působí ve vybraných regionech, brzy se snad – zásluhou ministerstva školství a krajů – začnou některé její nástroje aplikovat po celé zemi.

Budoucnost našeho národa není ve stíhačkách, jaderných elektrárnách, ale v motivovaných vzdělaných lidech. Žáci a studenti, kteří jsou dnes dobří, ať jsou ještě lepší. Šanci ale musí dostat i ti, kteří mají problémy. Když jim věnujeme péči, snížíme riziko, že jednou spadnou do systému dávek, a díky tomu začnou státu fondy nikoliv odčerpávat, ale naopak vracet.

Je to jako v podnikání: to, co funguje, by mělo fungovat leště lépe a to, co prodělává, je potřeba dostat alespoň na nulu, nebo ještě lépe k malému udržitelnému zisku. Proto podporuji Eduzměnu.

Radim Jančura

Třída ve škole Haren Donk et Reit

JAK INSPIRACE Z NIZOZEMSKA OVLIVNILA ÚČASTNÍKY CESTY?

„Zkoušíme systematicky pracovat s tichem – vyrobili jsem si s dětmi třeba semafor dovolené hlučnosti, na kterém si během dne vyznačujeme žádoucí míru hluku pro aktuální aktivitu." Ludmila Sotonová, ředitelka MŠ Jindice

„Začala jsem každé pondělí vítat děti před školou. Na deset minut si stoupnu ke vchodu, usmívám se na ně a zdravím je. Bývá to nejhezčí čas z celého dne." Andrea Melechová, ředitelka ZŠ Kamenná stezka v Kutné Hoře

Vycházejí tady z toho, že pravidelný pohyb na čerstvém vzduchu přináší pohodu nejen psychickou, ale i fyzickou. A děti téhle možnosti rády využívají. Několikrát denně se obléknou a míří na přestávku ven.

Jen žádný křik

Na nizozemských školách okamžitě zaujme také klid a ticho, které tam panují. I učitelé tu ve třicetihlavých třídách mluví tišeji, než je zvykem v Česku. Klíčem ke klidu jsou podle pedagogů individuální přístup k žákům a inovativní metody ve výuce. „Zadat všem dětem stejnou práci na celou hodinu? No to přece nejde, to by strašně zlobily," vysvětluje učitelka Nelleke van Overdamová ze školy ve městě Geldermalsen.

Podpora pro ředitele

Speciálně jednu věc mohou ředitelé a ředitelky českých škol Nizozemsku velmi závidět. Tamní systém je nastavený tak, že vedení škol uvolňuje ruce pro pedagogickou práci díky podpoře takzvaných školských rad. Jde o instituce, které školám zajišťují třeba nábor nových zaměstnanců, účetnictví nebo údržbu budov. Placené jsou ministerstvem školství a soukromými donory.

Díky tomu se ředitelé nemusejí zabývat provozními činnostmi a najdou si čas třeba i na zmiňované ranní vítání žáků. „Bez školské rady si práci ředitele vůbec nedokážu představit," říká van de Veerdonk. ■

Změňme společně, jak u nás učíme! Eduzměnu můžete podpořit tady:

eduzměna

www.eduzmena.cz
FB: **nadacnifondEduzmena**
IG: **eduzmena**

BUBNOVAČKA

Bubnujte s námi za dětství bez násilí

Přidejte se i vy k listopadové akci Bubnovačka a dejte najevo, že násilí do života dětí nepatří! Násilí v rodině je totiž rozšířenější, než se může zdát. V každé školní třídě jsou jím zasaženy 2–3 děti. Takové děti může mít každý z nás ve svém okolí. Mnohdy jsou ale pro zbytek společnosti neviditelné. Proto pořádáme už čtvrtým rokem Bubnovačku.

Zapojit se je snadné, stačí se přihlásit na web, zabubnovat na cokoliv, co máte po ruce a při bubnování se vyfotit nebo natočit. **V den Bubnovačky, 19. 11. 2024, stačí fotku či video sdílet na sociálních sítích.**

Motto akce zní: „Aby bylo děti slyšet", protože ticho děti před násilí neochrání. Bubnovačka spočívá v odhodlání ozvat se a dát dětem hlas. V loňském roce bubnovalo 72 tisíc lidí a akce získala záštitu prezidentského páru Evy a Petra Pavlových. Bubnovali nejen jednotlivci, ale celé školy, firmy, policisté, organizace nebo třeba sportovní kluby. Každý, komu není osud dětí lhostejný.

Psycholožky z Centra LOCIKA připravily preventivní program pro školy a školky a metodiku, jak s žáky o násilí v rodině mluvit a kam se obrátit. Pro firmy je akce skvělou příležitostí k zapojení do společensky prospěšné aktivity.

19. listopad je Světový den prevence týrání a zneužívání dětí. Letos jsme připojili i Týden pro dětství bez násilí (18.–25. 11.), kdy můžete zorganizovat svou vlastní akci na podporu dětství bez násilí. Uvítáme jakoukoliv pomoc se šířením této myšlenky – besedy, workshopy, přednášky nebo společné bubnování. Staňte se součástí komunity, které nejsou osudy dětí lhostejné! ■

BUBNOVAČKU pořádá Centrum LOCIKA, které pomáhá dětem zasaženým násilím v rodině. Věnuje se také prevenci.

Centrum LOCIKA

www.centrumlocika.cz
www.detstvibeznasili.cz/bubnovacka

VŠB TECHNICKÁ UNIVERZITA OSTRAVA

Studuj na univerzitě, která tě připraví na kariéru!

Tvoje rozhodnutí
Tvoje univerzita
Tvoje budoucnost

Dny otevřených dveří 24.–25. 1. 2025

- přednášky fakult
- exkurze po kampusu
- prezentace studijních programů
- služby pro studenty

@vsbtuo

studuj.vsb.cz

ČESKÉ ANTI-MONOPOLY?

To chce změnu pravidel!

Přezkum veřejných zakázek v Česku trvá ve srovnání se zbytkem EU neúměrně dlouho. Navíc o osudu velkých veřejných tendrů rozhoduje ve 2. stupni jediný člověk – předseda ÚOHS. Politické i ekonomické tlaky se tak koncentrují právě na něj. Podle takových pravidel dál hrát nechceme.

Přezkum zakázek po odvolání je dnes plně v rukou předsedy úřadu, který je všemocný a nezastupitelný. Co s tím? Reforma ÚOHS už je na stole. Přinese kolektivní rozhodování v jednom stupni, což zmenší korupční rizika a navíc

urychlí rozhodování. Návrh už předložilo Ministerstvo pro místní rozvoj k připomínkám.

Je tu obrovská příležitost zlepšit a zjednodušit dohled nad veřejnými zakázkami; tedy něco, po čem dlouhodobě volají dodavatelé, zadavatelé, politici i zástupci byznysu, jen zatím nikdo nesebral odvahu s tím něco dělat. Pojďme se tentokrát odvrátit od kafkovsky složitých byrokratických procesů a nastartovat díky reformě ÚOHS veřejné investice!

Rekonstrukce státu po reformě českého antimonopolního úřadu volá roky. Oskenujte QR kód a podívejte se, co vše je třeba změnit. ■

Podpořte nás. Děkujeme!

rekonstrukce státu

www.rekonstrukcestatu.cz
FB, IG, Twitter: **Rekonstrukce státu**

RegioJet / STUDENT AGENCY spolufinancuje aktivity Rekonstrukce státu.
Věříme, že každý námi investovaný milion proti korupci ušetří našemu státu miliardu korun.

REGIOJET

Hledáme vlakvedoucí

Veď svůj tým a vydělávej až **59 000 Kč** měsíčně

- 5 týdnů dovolené
- variabilní pracovní týden
- půlroční odměny
- příplatky za svátky, víkendy, noční směny

Staň se stevardem / stevardkou

Cestuj, objevuj, vydělávej

- HPP nebo i formou brigády
- příplatky za svátky, víkendy, noční směny
- praxe v cestovním ruchu a mladý kolektiv
- půlroční odměny

V BRNĚ VZNIKÁ OÁZA POHODY A NADČASOVOSTI

Rozlehlé parky, nové hlavní nádraží, městský bulvár a především moderní prostředí pro kvalitní bydlení i podnikání již brzy nabídne jižní část brněnského centra. Mnozí novou podobu čtvrti Trnitá nazývají oázou pohody a nadčasovosti, což dokazuje i vznikající komplex objektů Allrisk MERIDIEM.

Pokud hledáte místo v blízkosti historického centra města Brna, a přesto klidnou lokalitu plnou zeleně, novou čtvrť Trnitá si zamilujete. Jak návrhy dokazují, kancelář architekta města Brna stanovila pro výstavbu pevné limity, aby bylo zastoupeno alespoň 30 % bydlení a 30 % zeleně. I díky protipovodňovým

opatřením zde vznikne rozlehlý prostor pro sportovní aktivity, přírodní amfiteátr naopak nabídne prostor pro setkávání a kulturní vyžití. Velkým plusem je i plánovaná výstavba nového vlakového nádraží, které zajistí skvělou dopravní dostupnost

Klenot mezi investicemi

Na jihovýchodním okraji nové čtvrti Trnitá právě roste i polyfunkční komplex Allrisk MERIDIEM, který přináší nejen exkluzivní bydlení či kancelářské prostory, ale také výjimečnou investiční příležitost. Polyfunkční komplex Allrisk MERIDIEM nabízí 121 bytových jednotek, 49 ateliérů, 46 kancelářských jednotek, 14 komerčních prostorů, stovky parkovacích stání a zelenou plochu s dětským hřištěm kolem budovy. Důkazem jedinečnosti a nadčasovosti komplexu Allrisk MERIDIEM je i získaná Cena veřejnosti Jihomoravského kraje v soutěži Realitní projekt roku 2023. ■

Allrisk MERIDIEM

www.allriskmeridiem.cz

PŘÁTELSKÁ ATMOSFÉRA SE PROLÍNÁ CELOU FIRMOU

Lucie Trávníčková je důkazem, že pozice stevardky je skvělý odrazový můstek k zajímavé kariéře u RegioJetu. Zkušenosti „z terénu" se jí hodily na všech pozicích, kterými ve firmě prošla – až k vedoucí autobusové dopravy.

TEXT: Alexandra Janoušek Kostřicová ■ FOTO: RegioJet

Lucie, můžeš zavzpomínat na své začátky u STUDENT AGENCY? Jaká byla firma, když jsi tam nastoupila?
Připojila jsem se k firmě jako stevardka v roce 2011. Tehdy už byla STUDENT AGENCY silně etablovaná v autobusové dopravě. Hlavně linka Praha–Brno, na kterou jsem primárně nastoupila, byla jako páteřní spojení plně rozběhlá. Jezdila jsem tam až do roku 2015.

Lucie na veletrhu ve Vídni

Jak se lišila tato práce od tvých předchozích zkušeností?
Práci stevardky, kterou jsem si opravdu oblíbila, jsem si vybrala během prvního ročníku na VŠ v Brně, kam jsem přešla po studiu v Praze. Tato práce mi dávala šanci udržovat kontakt s Prahou, i když jsem tam reálně viděla hlavně magistrálu a Florenc ☺. Předtím jsem pracovala jako průvodkyně na zámku, takže jsem měla zkušenosti s prací v cestovním ruchu a s lidmi. Ale pozice stevardky byla zase jiná výzva.

Jaká byla pro studenty STUDENT AGENCY jako zaměstnavatel?
Byla to ideální práce pro studenty. Flexibilita ve směnách byla skvělá – mohla jsem si přizpůsobit pracovní dobu podle studijního rozvrhu. V začátcích jsem moc na budoucnost nemyslela, ale doufala jsem, že to bude dobrá brigáda na celou dobu studia, což se nakonec potvrdilo.

Jak jsi našla tuhle práci?
Náhodou přes inzerát. Věděla jsem, že STUDENT AGENCY je renomovaná firma, takže jsem měla představu, co práce obnáší. Lákalo mě to hned, protože to byla práce s lidmi a zároveň něco nového oproti mé předchozí brigádě.

Jak cestující tehdy vnímali stevardy? Jaký byl servis na palubě?
Cestující měli k nám, stevardům, velmi pozitivní vztah. Neviděli nás jen jako ty, kdo roznáší kávu a noviny, ale jako pomocníky, kteří se o ně starají během celé cesty. Rádi se na nás obraceli s dotazy o průběhu cesty, zpoždění nebo si objednávali občerstvení a časopisy.

Jaká byla realita práce stevardky?
Co se týče přípravy a roznášení kávy, měli jsme dobře nastavený systém, takže nehody jako rozlití byly vzácnost. Měli jsme k dispozici tácky s otvory, které kelímky spolehlivě držely. Nesměli jsme nosit kelímky v ruce nebo volně položené na tácku, aby nedocházelo k rozlití. Co se oblíbenosti občerstvení týče, čokoláda byla jasná jednička. A když přišly autobusy Fun&Relax s obrazovkami, byla to velká změna a inovace, která lidi hodně přitahovala.

Jak často autobusy na této lince jezdily, kolikrát za den se dalo přejet D1?
Na páteřní lince Praha–Brno jezdily autobusy každou půlhodinu. Maximálně se dalo jet za celý den čtyři cesty – 2× do Prahy a 2× zpět. To bylo maximum. Vzít si celodenní směnu bylo strategické – člověk takto věděl, že bude v práci celý den a nějaké zdržení ho tolik nezaskočilo. Kdežto když se šlo jen na ranní nebo odpolední, směna se mohla vlivem dopravní situace na D1 protáhnout.

Co tě na práci bavilo a co ne?
Nejhorší bylo ranní vstávání ve 3:30, ale zase jsem pak měla volné odpoledne. Práce s lidmi byla výzvou, zejména při komplikacích jako jsou kolony. Ale bylo krásné, když jsme si s cestujícími navzájem pamatovali tváře a občas nám přinesli třeba čokoládu jako pozornost.

Uniformy stevardek v roce 2011

Jaká byla parta mezi stevardy?
Skvělá! Měli jsme FB skupinu pro výměnu směn a pomoc, chodili jsme spolu i na pivo. Skvělá podpora a atmosféra. Mám dojem, že se tahle přátelská atmosféra prolíná celou firmou, nejen mezi stevardy, ale i v kancelářích.

Jaký byl tvůj kariérní postup ve STUDENT AGENCY a RegioJetu?
Po absolvování VŠ v roce 2015 jsem se přesunula z pozice stevardky do kanceláře. V té době se otevřelo místo na administrativní pozici v autobusovém oddělení, což mě lákalo, protože jsem chtěla zůstat ve firmě, kterou znám a kde jsou oblíbení kolegové. Později jsem vyhrála výběrové řízení na pozici vedoucí prodejců. V této roli jsem mohla využít zkušenosti z práce stevardky, protože jsme měli hodně kontaktů s prodejci. Nakonec jsem přešla na oddělení provizních partnerů a poslední dva roky zastávám pozici vedoucí autobusové dopravy. Vždycky jsem byla otevřená novým výzvám a snažila se využít své předchozí zkušenosti pro další kroky v kariéře. ■

ZA PIVEM DO MNICHOVA A RELAXEM DO BUDAPEŠTI

Největší lidová slavnost v Evropě se blíží. Zajeďte si našimi žlutými autobusy na Oktoberfest do Mnichova. Pokud vás láká spíše lázeňská atmosféra, pak se vydejte opačným směrem do Maďarska.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: regiojet.cz

Jak mnichovský starosta zvolá Je naraženo!, začne ve městě téct pivo proudem. Na přelomu září a října se v **Mnichově** koná světově proslulý pivní festival, který přitahuje miliony návštěvníků z celého světa.

Mnichov – Oktoberfest

Oktoberfest je kulturní událostí, která představuje tradiční bavorskou kulturu, hudbu a gastronomii. Proto zde kromě ochutnávky piva, hudebních produkcí a pouťových atrakcí můžete obdivovat i tradiční oděv. Velké pivní stany zdejších slavných pivovarů nabízejí pivo a oblíbené bavorské pokrmy jako je pečené kuře, preclíky, klobásy nebo vepřové koleno. To se nedá popsat, to musíte zažít!

Budapešť, perla na Dunaji, nabízí kombinaci historie, kultury a odpočinku ve zdejších termálních lázních. Začněte den procházkou po Andrássyho třídě k náměstí Hrdinů. Navštivte Budínský hrad, který nabízí úchvatné výhledy na město a Dunaj. Projděte se po Řetězovém mostě a navštivte Parlament, jednu z nejkrásnějších budov v Evropě.

Pokud chcete zažít něco mimořádného, vydejte se po odpočinku v lázních do podzemí. Muzeum Hospital in the Rock se nachází ve skále pod Budínským hradem. Tento jaderný bunkr byl až do roku 2002 přísně tajný a teprve v posledních dvaceti letech v něm vzniklo jedinečné muzeum hrdinů všedního dne. ■

Budapešť

Mnichov od **399 Kč** z Prahy
Budapešť od **369 Kč** z Brna

Ceny jsou platné v době tisku.

VLAKEM DO PODKARPATÍ A ZA KRÁSAMI SLOVENSKA

Zajeďte si vlakem na výlet k našim nejbližším sousedům. Rozmanitost střední Evropy můžete poznat i na Slovensku nebo v Polsku. Trenčín a okolí nabízí lázně i cyklostezky, polský Řešov procházku podzemím.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: regiojet.cz

Trenčín je malebné město s bohatou historií a krásnou přírodou. Trenčínský hrad se vypíná nad městem a nabízí nádherné výhledy na okolí. Projděte se

Trenčín – hrad

historickým centrem města a navštivte městskou věž a kostel sv. Františka Xaverského. Přírodní rezervace Brezina má spoustu tras pro procházky nebo výlety na kolech. Pro odpočinek a relaxaci doporučujeme nedaleké Lázně Trenčianske Teplice, které jsou známé svými léčivými prameny.

Trenčín

Řešov

Řešov, hlavní město Podkarpatského vojvodství, je méně známý turistický klenot. Začněte svůj výlet na Hlavním náměstí, kde můžete obdivovat radnici a kašnu s Neptunem. Navštivte Řešovský zámek, který je obklopen krásným parkem. Pro milovníky historie je nezbytnou zastávkou podzemní trasa chodbami a sklepy města. Projděte se po bulváru Lubomirskich, kde najdete mnoho kaváren, restaurací a obchodů. Galerie Zamek nabízí výstavy současného umění. ■

Trenčín od **219 Kč** z Brna
Rešov od **310 Kč** z Ostravy

Ceny jsou platné v době tisku.

PODZIMNÍ TOULKY ZÁPADNÍMI ČECHAMI

Poslední paprsky letního slunce a příroda hrající všemi barvami, to zní jako pozvání k poznání nejzápadnějšího koutu naší země. Vyzkoušejte zážitkovou cestu pod střechami chebských domů nebo si udělejte výlet za sokolovským mořem.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: regiojet.cz

Kdybychom vás pozvali na výlet do Falknova nad Ohří, možní byste chvíli váhali, kterým směrem se vydat. Od roku 1948 se město na soutoku řek Ohře a Svatavy oficiálně jmenuje **Sokolov**. I v nové české variantě názvu zůstal odkaz na legendárního zakladatele města, sokolníka Sebastiána.

Sokolov

Přímo ve městě mají Most lásky, v renesančně-barokním zámku Sokolov se nachází muzeum, vyšlápnout si můžete na rozhlednu Hard nebo si na kole vyjet na zříceninu hradu Hartenberg. I když to na koupání už vypadat nebude, rozhodně se podívejte k sokolovskému moři. Tak se říká jezeru Michal s pískovou pláží a nejčistší vodou široko daleko.

Když přijedete do města **Cheb**, budovu Špalíčku si musíte vyfotit jako první. Ale pak se klidně vydejte pod střechy městských domů na náměstí. Jedinečná prohlídka dochovaných chebských krovů vám ukáže nejvýznamnější soubor historických dřevěných konstrukcí datovaný od středověku do poloviny minulého století.

Hrad Cheb je je jedinou štaufskou císařskou falcí na našem území. Do dnešních dnů se dochovalo torzo kdysi honosného paláce, mocná Černá věž a dvoupatrová románsko-gotická kaple sv. Martina, Erharda a Uršuly. ■

Cheb

Sokolov od **169 Kč** z Prahy
Cheb od **209 Kč** z Prahy

Ceny jsou platné v době tisku.

OBJEVTE KOUZLO PARDUBIC A LITOMĚŘIC

Velká pardubická nebo veselé vinobraní, to jsou hlavní podzimní lákadla Pardubic a Litoměřic. Užijte si napětí na závodišti, projděte se v zámeckém parku a klidně si dejte i sklenku vína. Naše vlaky vás bezpečně odvezou domů.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: regiojet.cz

Milovníci koní dobře vědí, že říjen patří Velké pardubické, nejstaršímu a nejtěžšímu dostihu v kontinentální Evropě. Atmosféra na závodišti je nezapomenutelná a tribuny praskají ve švech. Co tak letos zažít to vzrušení nejen přes televizní obrazovku, ale na vlastní kůži?

Pardubice

Pokud dáváte přednost klidnějšímu poznávání krásných míst, projděte se podzimními **Pardubicemi**. Na Pernštýnském náměstí můžete obdivovat

Pardubice – zámek

renesanční domy nebo se vydejte na prohlídku zdejšího zámku s krásným parkem. A co by to bylo za výlet do Pardubic bez návštěvy Perníkové chaloupky pod Kunětickou horou. Medové zážitky potěší všechny vaše smysly, i ten pro humor.

Litoměřice, jedno z nejstarších českých měst, má v historickém centru krásné gotické a renesanční domy. Katedrála sv. Štěpána dominuje panoramatu města. Na hradě Litoměřice se na podzim koná Vinobraní, protože tohle je kraj vína a vlídné krajiny. Vystoupejte na kopec Radobýl, odkud je krásný výhled na město i okolní přírodu. ■

Litoměřice

Pardubice od **119 Kč** z Prahy
Litoměřice od **36 Kč** z Ústí n. L.

Ceny jsou platné v době tisku.

TIPPS FÜR WOCHENEND-AUSFLÜGE IM HERBST

Die letzten Sonnenstrahlen des Sommers und das Farbenspiel der Natur laden dazu ein, Städte in der Tschechischen Republik und im nahen Ausland zu erkunden.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: regiojet.cz

Touren in Westböhmen
Sie können die berühmten Karlsbader und anderen Kurorte leicht überspringen und neue Orte mit Naturschönheiten, Sehenswürdigkeiten und Attraktionen aufsuchen.

Die Stadt Sokolov am Zusammenfluss von Ohře und Svatava hieß bis 1948 offiziell Falknov nad Ohří oder Falkenau an der Eger. Der Name ist eine Anspielung auf den legendären Gründer der Stadt, den Falkner Sebastian, und der Falke ist auch im Wappen der Stadt enthalten.

Kirche St. Nikolaus in Cheb

Mitten in der Stadt gibt es die Liebesbrücke, wo Verliebte ihre Liebe mit Schlössern am Geländer besiegeln. Im Renaissance-Barockschloss von Sokolov gibt es ein Museum, man kann den Aussichtsturm Hard besteigen oder mit dem Fahrrad zur Burgruine Hartenberg fahren. Auch wenn es nicht nach Schwimmen aussieht, sollten Sie unbedingt den Sokolover See – Michalsee mit seinem Sandstrand besuchen.

Wenn Sie nach Cheb kommen, sollten Sie unbedingt zuerst das malerische Gebäude des Špalíček besichtigen. Eine einzigartige Führung durch die erhaltenen Dachstühle von Cheb zeigt Ihnen die wichtigsten historischen Holzkonstruktionen aus dem Mittelalter bis zur Mitte des letzten Jahrhunderts. Wenn Sie in der Egerer Region auf ein Gericht namens Getzn stoßen, handelt es sich um eine lokale Knödelspezialität aus neuen Kartoffeln, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten.

Ein Ausflug in die Stadt der Pferde und Lebkuchen
Pferdeliebhaber wissen genau, dass der Oktober der Verstanstaltung „Velká pardubická" gehört, dem ältesten und härtesten Rennen in Kontinentaleuropa. Die Atmosphäre auf der Rennbahn ist unvergesslich und die Tribünen platzen aus allen Nähten. Wie wäre es, wenn Sie dieses Jahr die Spannung nicht nur am Fernsehschirm, sondern auch persönlich erleben? Vielleicht bringt Ihnen eine gute Wette sowohl Glück als auch Geld für einen neuen Hut.

Wenn Sie eine ruhigere Atmosphäre bevorzugen, um schöne Orte zu entdecken, machen Sie einen Spaziergang durch Pardubice im Herbst. Bewundern Sie die Renaissance-Häuser auf dem Perštýn-Platz oder machen Sie einen Rundgang durch das örtliche Schloss mit seinem schönen Park.

Und was wäre ein Ausflug nach Pardubice ohne einen Besuch des Lebkuchenhauses unter dem Kunětice Berg.

Der Kunětice Berg

Honig-Erlebnisse werden alle Ihre Sinne erfreuen, sogar Ihren Sinn für Humor. Wenn Sie die tschechische Kultur kennenlernen und essbare Souvenirs kaufen möchten, sollten Sie das Lebkuchenmuseum nicht vergessen.

Die Burg Trenčín

Mit dem Zug in die Woiwodschaft Podkarpackie und die Schönheit der Slowakei
Eine Reise durch Mitteleuropa bietet eine Vielzahl von Erlebnissen. Steigen Sie in einen Zug und überqueren Sie die Grenze zwischen der Tschechischen Republik und der Slowakei oder Polen, um eine andere Geschichte, Kultur und Natur zu erleben.

Trencin ist eine malerische Stadt mit reicher Geschichte und schöner Natur. Die Burg Trenčín thront über der Stadt und bietet einen herrlichen Blick auf die Umgebung. Schlendern Sie durch das historische Zentrum der Stadt und besuchen Sie den Stadtturm und

Budapest

die Kirche des Heiligen Franz Xaver. Das Naturschutzgebiet Brezina bietet zahlreiche Wege für Spaziergänge oder Radtouren. Für Erholung und Entspannung empfehlen wir das nahe gelegene Thermalbad Trenčianske Teplice, das für seine Heilquellen bekannt ist.

Rzeszów, die Hauptstadt der Woiwodschaft Unterkarpaten, ist ein weniger bekanntes touristisches Juwel. Beginnen Sie Ihre Reise auf dem Hauptplatz, wo Sie das Rathaus und den Neptunbrunnen bewundern können. Besuchen Sie das Schloss von Rzeszow, das von einem schönen Park umgeben ist. Für Geschichtsliebhaber ist der unterirdische Weg durch die Gänge und Keller der Stadt ein Muss. Schlendern Sie den Lubomirski-Boulevard entlang, wo Sie viele Cafés, Restaurants und Geschäfte finden. In der Zamek-Galerie werden Ausstellungen zeitgenössischer Kunst gezeigt.

Für Bier in München und Entspannung in Budapest
Das größte Volksfest in Europa steht vor der Tür. Fahren Sie mit unseren gelben Bussen zum Oktoberfest in München. Wenn Ihnen die Kuratmosphäre mehr zusagt, können Sie in einen gelben Zug oder Bus steigen und in die andere Richtung fahren – nach Ungarn. ■

www.regiojet.de

REGIOJET SERVICE

- GRATIS WLAN – auf allen nationalen und internationalen RegioJet-Linien in der EU
- GRATIS Änderung oder Stornierung der Fahrkarte bis 15 Min. vor der Abfahr (Auf ausgewählten Bus-/Zuglinien.)
- GRATIS Sitzplatzreservierung (nicht gültig für Eurail/Interrail und Klimaticket)
- Ausgewählte Getränke GRATIS aus dem Bordmenü
- Stewardessen/Stewards an Bord des Zuges
- Attraktive Preisangebote
- Unterhaltungsportal mit Filmen, Audiopodcast und Spielen – entweder am integrierten Bildschirm oder am eigenen Gerät unter der Adresse portal.regiojet.cz (Auf ausgewählten Bus-/Zuglinien.)
- Weitere Informationen erhalten Sie vom Stewardessen/ Stewards im Zug

TIPS FOR WEEKEND AUTUMN TRIPS

The last rays of the summer sun and nature's vibrant colors feel like an invitation to explore cities in the Czech Republic and nearby countries.

TEXT: Barbora Janečková ■ FOTO: regiojet.cz

Tours of West Bohemia
You can easily skip the famous Karlovy Vary and explore new places of natural beauty, sights, and attractions.

The town of **Sokolov**, at the confluence of the Ohře and Svatava rivers, was officially called Falknov nad Ohří, Falkenau an der Eger in German, until 1948. It references the legendary founder of the town, the falconer Sebastian, and the falcon is also in the town's coat of arms.

Right in the city, they have the Bridge of Love, where lovers seal their love with locks on the railings. There is a museum in the Renaissance-Baroque castle of Sokolov, you can climb the Hard lookout tower, or ride a bike to the ruins of Hartenberg Castle. Even if it doesn't look like swimming weather, make sure to check out the Sokolov Sea – Lake Michal with its sandy beach.

When you come to **Cheb**, be sure to see the picturesque building of the Špalíček first. A unique guided tour of Cheb's preserved roof trusses will show you the most important set of historic wooden structures dating from the Middle Ages to the mid-20th century. Don't miss the local castle. If you come across a dish called Getzn in the Cheb region, it is a local dumpling specialty made from new potatoes.

Cheb

Pardubice – the famous gingerbread

A trip to the city of horses and gingerbread

Horse lovers know well that October belongs to the Great **Pardubice**, the oldest and hardest race in continental Europe. The atmosphere at the racetrack is unforgettable, and the stands are bursting at the seams. This year, how about experiencing the excitement not just on the TV screen, but in person? Maybe a good bet will bring you both luck and money for a new hat.

If you prefer a quieter way to explore beautiful places, take a stroll through Pardubice in autumn. Admire the Renaissance houses on Pernštýnské náměstí or take a tour of the local castle with its beautiful park.

And what would a trip to Pardubice be without a visit to the Gingerbread House under Kunětická hora? Honey experiences will delight all your senses, even your sense of humor. If you want to get to know Czech culture and buy edible souvenirs, don't forget the Gingerbread Museum.

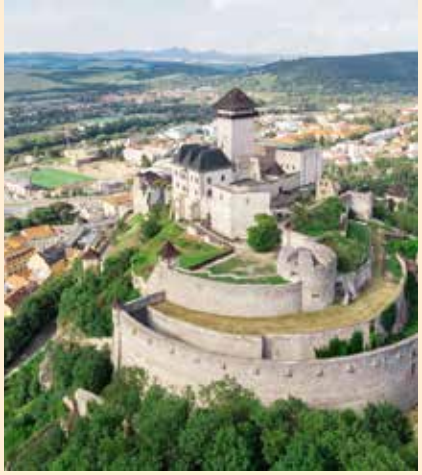
By train to the Subcarpathian Voivodeship and the beauty of Slovakia

Traveling through Central Europe offers a variety of experiences. Try getting on a train and crossing the border between the Czech Republic and Slovakia or Poland to see different history, culture, and nature.

Trenčín is a picturesque city with a rich history and beautiful nature. Trenčín Castle towers over the town and offers magnificent views of the surrounding area. Stroll through the historic center of the city and visit the city tower and the Church of St. Francis Xavier. The Brezina Nature Reserve has plenty of trails for walks or bike tours. For rest and relaxation, we recommend the nearby Trenčianske Teplice Spa, which is famous for its healing springs.

Rzeszów, the capital of the Podkarpackie Voivodeship, is a lesser-known tourist gem. Start your trip at the Main Square, where you can admire the Town Hall and the Neptune Fountain. Visit the Rzeszów Castle, which is surrounded by a beautiful park. For history lovers, the underground route through the town's corridors and cellars is a must-see. Stroll along Lubomirski Boulevard, where you will find many cafes, restaurants, and shops. The Zamek Gallery offers exhibitions of contemporary art.

Trenčín



Rzeszów

Munich – Octoberfest

For beer in Munich and relaxation in Budapest

The biggest folk festival in Europe is coming up. Take a ride on our yellow buses to Oktoberfest in Munich. If the spa atmosphere is more to your liking, you can hop on a yellow train or bus and head in the opposite direction – to Hungary. ■

www.regiojet.com

REGIOJET SERVICE

- FREE Wi-Fi on all domestic and international RegioJet lines in the EU
- FREE change or cancellation of a ticket 15 minutes prior to departure (On selected bus/train lines.)
- FREE seat reservation (not valid for Eurail/Interrail and Klimaticket tickets)
- FREE selected drinks from the on-board menu
- A steward/ess on the train
- Attractive price deals
- An entertainment portal with movies, audiopodcast and games, either on the built-in seat screens or on your own device at: portal.regiojet.com (On selected bus/train lines.)
- The steward/ess on the train will provide you with more information

TÉMA

ZPŘÍJEMNĚTE SI CESTU PESTRÝM ČTENÍM V TÝDENÍKU TÉMA

- **VELKÉ ROZHOVORY**
- **SILNÉ PŘÍBĚHY**
- **PŘEKVAPIVÉ INFORMACE I EMOCE**

4 týdny 150 KČ

10 týdnů 299 KČ

SMS JEDNODUŠE OBJEDNÁTE PŘES

PŘEDPLATNÉ NA ZKOUŠKU

Objednávejte zasláním SMS ve tvaru **PRE TEMA 4 JMENO PRIJMENI ADRESA** nebo **PRE TEMA 10 JMENO PRIJMENI ADRESA** na číslo 90211.

Více na **www.etema.cz/sms**

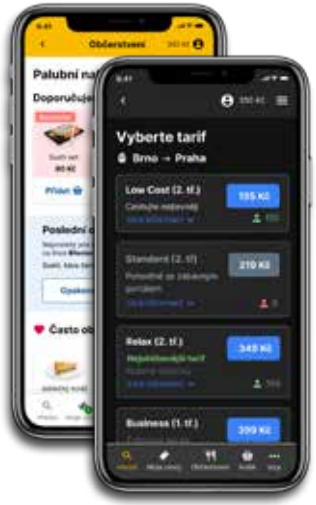
Cena odeslané SMS je podle běžného tarifu, příchozí zpoplatněná SMS je za 150 Kč / 299 Kč včetně DPH. **Text SMS objednávky pište bez diakritiky**. Technicky zajišťuje společnost ATS Praha. Infolinka 296 363 199 (po-pá 9-16 hod) **www.atspraha.cz**.

Vylepšená aplikace pro ještě větší radost z cestování

- nový design
- celkově přehlednější
- nové platební metody
- jednodušší výběr sedadla i cesty zpět

Proč využívat aplikaci?

- snadná rezervace na pár kliknutí
- všechny jízdenky na jednom místě
- nejvýhodnější ceny
- storno jízdenky 15 minut před odjezdem – u vybraných spojů



App Store · Google Play · AppGallery

Naši appku si **zdarma** stáhněte na www.regiojet.cz/aplikace nebo zde

Proč mít kreditovou jízdenku?

Ušetříte
Své jízdenky máte vždy za nejvýhodnější cenu.

Rezervujete a platíte online
Jízdenky si rezervujete v aplikaci či rezervačním systému a jednoduše a rychle zaplatíte z nabitého kreditu.

Jezdíte všemi žlutými linkami
Jedna „Kreditovka" platí pro všechny vlaky a autobusy RegioJet.

Kreditovka je doživotní a zdarma!

www.regiojet.cz/kreditova-jizdenka

Infolinka RegioJet **+420 222 222 221** (6:00–23:00 h)

Zábavné cestování

filmy
dětské, komedie, dokumentární, dobrodružné...

audiopodcasty
zábavné pořady, rozhovory

knihy
detektivky, beletrie, čtení pro ženy, odborná literatura...

hry
hlavně pro děti

Zábavní portál ve vlacích: portal.regiojet.cz

Sledujte filmy a zprávy, bavte se při poslechu audionahrávek, čtěte knihy a časopisy nebo hrejte hry. Stačí mít pouze notebook, tablet nebo mobilní telefon – a o zábavu máte postaráno. Zábavní portál najdete na palubě vlaků po připojení na naši síť „REGIOJET – ŽLUTÝ“ a zadání adresy **portal.regiojet.cz**.

Fun & Relax – autobusy

Individuální dotykové monitory, na kterých můžete sledovat své oblíbené filmy či seriály podle nálady.

sluchátka lze zakoupit ve vlaku* u stevarda (nebo přes aplikaci ve třídě low cost a ve voze astra), v autobusu u řidiče za **10 Kč/0,50 EUR**

*na linkách RJ

Komfortní lounge

Naše lounge vám nabízí možnost strávit až 60 min. před odjezdem žlutého vlaku nebo autobusu příjemně a pohodlně.

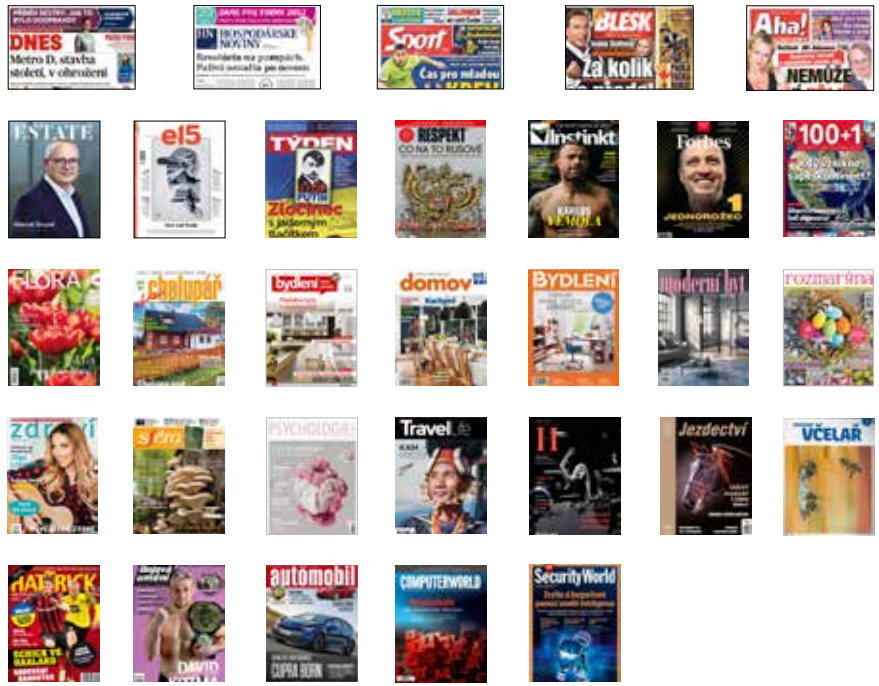
Praha Hlavní nádraží | **Brno** Hlavní nádraží | **Vídeň** Hlavní nádraží

Lounge v Praze

Wi-Fi připojení zdarma
Káva a soda zdarma
Klimatizovaný interiér
Stolky a křesílka k posezení

Infolinka RegioJet **+420 222 222 221** (6:00–23:00 h)

Noviny a časopisy zdarma



Na palubě jsou min. 3 druhy časopisů a novin. Nabídka platí do vyčerpání denních zásob.

Slevy pro cestující

Jak uplatnit slevu najdete na regiojet.cz/sluzby/slevy

ALBATROS MEDIA | **20 % v e-shopu**, www.albatrosmedia.cz
kód pro e-shop: „SA19AM“

TECHNICKÉ MUZEUM V BRNĚ | **20 % na vstupné**, www.technicalmuseum.cz

SCANquilt BYTOVÝ TEXTIL | **10 % na nezlevněné zboží**, www.scanquilt.cz
kód pro e-shop i prodejny: „SAREG2425“

MUSEUM OF BRICKS | **25 % na vstupné**, www.museumofbricks.cz
kód pro e-shop i pokladnu: „REGIO25“

TECHNICKÉ MUZEUM V BRNĚ
MUSEUM OF BRICKS
ALBATROS MEDIA
SCAN quilt

Nejlevněji po ČR a SR

// REGIOJET

Praha – Chomutov/Jirkov od **119 Kč**

Praha – Most od **109 Kč**

Kolín – Ústí n. Labem od **125 Kč**

Praha – Brno od **219 Kč**

Praha – Ostrava od **249 Kč**

Brno – Ostrava od **189 Kč**

Brno – Jihlava od **139 Kč**

Praha – Karlovy Vary od **149 Kč**

Praha – Liberec od **89 Kč**

Praha – Jihlava od **159 Kč**

Praha – Olomouc od **169 Kč**

Brno – Frýdek-Místek od **199 Kč**

Praha – Písek od **139 Kč**

Praha – Český Krumlov od **199 Kč**

Praha – České Budějovice od **179 Kč**

Praha – Brno od **179 Kč**

Praha – Bratislava od **279 Kč**

Brno – Zlín od **129 Kč**

Praha – Znojmo od **239 Kč**

Brno – Olomouc od **99 Kč**

Praha – Košice od **399 Kč**

Infolinka RegioJet **+420 222 222 221** (6:00–23:00 h)

Ceny jsou platné v době tisku.

vlakové linky
vnitrostátní autobusové linky
návazné autobusové linky
mezinárodní autobusové linky

REGIOJET

Nejlevněji po Evropě

Belgie od **999 Kč** 39,90 €

Nizozemsko od **869 Kč** 34,90 €

Polsko od **149 Kč** 5,90 €

Anglie od **1590 Kč** 63,90 €

Německo od **299 Kč** 11,90 €

Ukrajina od **409 Kč** 15,90 €

Maďarsko od **249 Kč** 10,40 €

Chorvatsko od **999 Kč** 39,90 €

Francie od **989 Kč** 39,90 €

Itálie od **699 Kč** 27,90 €

Slovensko od **119 Kč** 4,90 €

Švýcarsko od **699 Kč** 27,90 €

Rakousko od **139 Kč** 5,90 €

Ceny jsou platné v době tisku.

Infolinka RegioJet **+420 222 222 221** (6:00–23:00 h)

REGIOJET

Berlín od **439 Kč**

Drážďany od **299 Kč**

Krakov od **199 Kč**

Mnichov od **399 Kč**

Navštivte 90 evropských měst

Bratislava od **129 Kč**

Curych od **699 Kč**

Vídeň od **149 Kč**

Budapešť od **249 Kč**

STUDENT AGENCY
DOVOLENÁ

Dovolená v exotice 2024/25

- ✓ Parkování u letiště zdarma
- ✓ Přímé lety z Prahy i Brna
- ✓ Nejširší výběr exotických destinací

dovolena.cz