vše důležité nejen z východních Čech

královský magazín

# Quartier

jaro 2022



## Jen rozkveť, jaro

Velký jarní speciál

## Zelená je dobrá

Když je eko cool

## Fenomén Hermès

Neobyčejný příběh neobyčejné značky

## Život je věčné hledání

Rozhovor s violistkou Eriko Špinglovou Araki a hornistou Filipem Špinglem

ZDARMA



# Quartier

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

Sledujte nás na sociálních sítích:

**@quartiermagazin**

**@quartiermagazin**




www.quartiermagazin.cz




**grafický design**
**multimédia**
**online média**
**tiskové služby**
**marketing & PR**

www.fifty-50.cz

Quartier – královský magazín. Vychází čtyřikrát ročně. Registrace MK ČR E 22647. Vydává QUARTIER MEDIA s.r.o., IČ: 05257913, sídlo: Klicperova 1266/1, 500 03 Hradec Králové.
Vydavatelka: Monika Staňková, Šéfredaktorka: Michaela Zumrová. Redakce: Johana Bárová, Hana Došlová, Emil Stelinger, Šárka Stuchlíová, Aneta Zeunerová.
Grafický koncept & sazba: FiftyFifty kreativní agentura s.r.o., Fotografie: Ondřej Šlambora, Jakub Misik, Pexels.com, Envato.com, Shutterstock.com a archiv. Kontakt: redakce@quartiermagazin.cz, www.quartiermagazin.cz, www.facebook.com/quartiermagazin.
Informace jsou platné ke dni redakční uzávěrky dne 7. 3. 2022. Toto vydání vyšlo dne 18. 3. 2022. Vydavatel neručí za obsah dodaný inzerujícími subjekty. Vychází v nákladu 6 000 ks. Neprodejné. K dostání u všech inzerentů a na vybraných místech uvedených na www.quartiermagazin.cz/distribuce. Jakékoli užití a šíření částí nebo celku magazínu Quartier bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Nevyžádané rukopisy se nevracejí.









Nevíme jak vy, ale neznáme moc lidí, kteří by se netěšili na jaro. Vždyť i sama příroda je nedočkavá a dychtivě vystrkuje první zelené lístky na odiv zatím ještě nesmělému slunci. Jaro je pro nás definicí optimismu a nové naděje po dlouhé a temné zimě. Je to očekávání a inspirace. A jsou to přesně ty věci, které si podle nás v současné době zaslouží a potřebuje každý z nás.

Držíte v rukou 112 stran, které dýchají tímto svěžím ročním obdobím a oslavují dloužící se večery provoněné kvetoucími stromy. Dali jsme si v redakci záležet, aby vám nový Quartier dodal notnou dávku všeho, co vám v návaznosti na události posledních týdnů a měsíců může setsakramentsky chybět. Věříme, že si při jeho čtení oddychnete, načerpáte nový elán a znovu zjistíte, jak nádherným místem ty naše východní Čechy jsou. Třeba s námi vyrazíte na tucet jarních výletů, vrhnete se na pěstování krále přírodních antibiotik nebo oslavíte Velikonoce po vzoru našich prababiček.

A protože jaro je v našich očích zelené nejen všudypřítomně pučícím životem, ale také ve smyslu ekologickém, připravili jsme pro vás malý „green speciál". V něm třeba zjistíte, že udělat svou domácnost zelenější nevyžaduje nutně tolik změn ani návštěvu oddělení barvy-laky v hobby marketu.

Přejeme vám ze srdce, ať je vaše jaro plné slunce, svěží energie a nových začátků!

Vaše

Monika Staňková
*vydavatelka*

Michaela Zumrová
*šéfredaktorka*











## OSOBNOSTI ČÍSLA

Život je věčné hledání 6

## BYZNYS

Svatba – to je jídlo a zážitek! 12
BICZ staví Prahu 14
Ušli jsme kus cesty 16
Klíč k vašemu „doma“ 18
Jak na jarní restart v práci 21

## ŽIVOTNÍ STYL

Jedu do plnejch 22
Každý nůž má svůj příběh 24
Nemůžu žít bez... 27
10 otázek pro... 28
Moje místo 30
Rozkveťte s čočkami 32
Poslední večeře: tak chutná doma 34

## KULTURA

Stalo se na východě Čech 39
Zzzima byla! 40
Houževnatý Trutnov 42

## JARO

Zdraví ze svěží lékárny 48
Buď můj máj 51
Jaro v nás 52














Ruce v hlíně 55
Svěžest na vidličce 56
Rok podle předků 58
Tucet jarních výletů 62
Vše nejlepší, maminky 66
Česneková šlechta jménem Kozák 68

EKO SPECIÁL
Netoxický domov 72
Chce to pevnou ruku! 76
Jedlá exotika v obýváku 78

DESIGN. MÓDA & KRÁSA
Zahrada všemi smysly 82
Fenomén Hermès 84
Ve znamení skla 90
Jaro víří nové značky 92

TIPY
Jarní must-see 96
Jarní drobnosti 100
Čtení v rozpuku 104
Jde se ven! 108


FOMEI
G

ERIKO ŠPINGLOVÁ ARAKI & FILIP ŠPINGL:

# Život je věčné hledání

Ona se pochází ze skoro čtrnáctimilionového Tokia, on z milionové Prahy. Jejich cesty se nakonec protnuly v Hradci Králové a před rokem oslavili křišťálovou svatbu. Co kromě příjmení spojuje členy orchestru Filharmonie Hradec Králové, violistku Eriko Špinglovou-Araki a hráče na lesní roh Filipa Špingla? Láska ke klasice, štěstí na ty správné náhody a záliba ve věčném hledání.

**Viola a lesní roh. To nejsou úplně typické nástroje, na kterých malé děti začínají svou hudební dráhu. Co vás k nim přivedlo?**

**EŠ:** Moje maminka si vysnila, že se budu věnovat baletu, nebo houslím. Široko daleko od našeho domu ale žádná baletní škola nebyla, tak mi zařídila hodiny houslí. Bylo mi tehdy asi šest let, ale chytlo mě to hned. Jak jsem rostla, začala jsem se zajímat o violu. K ní mě v Japonsku přivedl můj německý profesor, který mě přesvědčil, že mám na to perfektní tělesnou konstituci. V porovnání s Češkami sice moc vysoká nejsem, ale mezi Japonkami vyčnívám.

**FŠ:** U mě to byla spíš náhoda. Jako malý jsem chtěl hrát na příčnou flétnu, tak mě naši vzali za panem učitelem, který rezolutně prohlásil, že na příčnou flétnu hrají jenom holky. Dodnes si pamatuju, jak mě vedl dlouhou chodbou k velké skříni, kde byla uložena horna. Ukázal na nástroj a řekl: „Budeš hrát na tohle!" (*smích*) Mně se to ale zalíbilo a už jsem u něj zůstal. To, že na příčnou flétnu zdaleka nehrají jenom holky, jsem samozřejmě pochopil až později. Zpětně jsem ale za nekompromisního pana učitele a celou tu šťastnou náhodu moc rád.

**Profesionálně hrajete víc než 20 let. Je to pořád milovaná práce, nebo se občas ohlásí frustrace a pocit vyhoření?**

**EŠ:** Hodně záleží, kde a co hrajeme za program. Když koncertujeme několik dní za sebou do pozdních hodin nebo venku, tak to si moc neužívám. Hraní jako takové mě ale baví pořád i po všech těch letech.

**FŠ:** Pocit vyhoření se dostaví většinou na konci sezony, kdy už skoro hrajeme i ze spaní. Ale naštěstí to netrvá dlouho, člověk se osvěží na dovolené a zase se těší. O tom, jak moc svou práci máme rádi, nás paradoxně přesvědčila pandemie covidu. Koncertování nám velmi chybělo a báli jsme se, jestli se k němu vůbec kdy budeme moci vrátit. Naštěstí jsme zjistili, že to tak mají i diváci. První koncert po rozvolnění opatření byl pro obě strany ve znamení čiré euforie.

**Jaké jsou podle vás Hradečáci, potažmo Východočeši, publikum?**

**EŠ:** Řekla bych, že velmi znalé a loajální. Smyčcové nástroje sedí v orchestru úplně vpředu, a tak mám perfektní výhled do hlediště. Po očku sleduji reakce, vídám známé tváře. Řadu pravidelných návštěvníků tak vnímám skoro jako své známé. Sice netuším, jak se jmenují, ale mám velkou radost, že zase přišli a jsou v pořádku.

**FŠ:** S tím určitě souhlasím. Místní publikum rozhodně ví, co chce. Není možná tak rozjásané jako jinde, ale určitě pozná kvalitu.

**EŠ:** Jen bych si přála, aby chodilo víc mladých lidí. Slibuji, klasika není žádná nuda! Je to svým způsobem zážitek. Hezky se obléknete a přitom si poslechnete krásnou hudbu. Rok od roku je to ale lepší, třeba na Hudební fórum chodí víc a víc mladých. Snažíme se vážnou hudbu popularizovat i v rámci výchovných koncertů pro rodiny s dětmi. To mě baví moc!

**Sami máte dvě dcery. Přáli byste si, aby vás jednou v hudbě následovaly a také se jí věnovaly profesionálně?**

**FŠ:** Ne, že bychom si to vyloženě přáli, ale chtěli jsme, aby pochopily, co vlastně děláme. A to se povedlo. Starší dcera hraje na housle, a dokonce to vypadá, že má ambice i do budoucna. Mladší hraje na klavír, ale pro ni je to zatím jen volnočasový kroužek.

**EŠ:** Důležité je, aby to samy chtěly. Pak je na tři sta procent podpoříme. Naše děti to mají o to těžší, že vyrůstají s profesionálními hráči, což má kromě řady výhod i svá úskalí. Dokážeme řadu věcí pochopit, ale taky poznáme, když to schválně flákají. (*smích*)

> *„V Japonsku je česká klasika vyhlášená. První skladby, které jsem hrála, byly od Smetany a Dvořáka."*

**Jestli se ale dá starší dcera opravdu na housle, bude mít vaše maminka dvojnásobnou radost. Další generace houslistek!**

**EŠ:** To rozhodně! Zatím to sleduje z povzdálí a čeká, jak to dopadne. Už na mně si vyzkoušela, že jakmile padne rozhodnutí, není cesty zpět. Máme to asi v krvi.





**Je pravda, že sice jste splnila její sen a stala se violistkou, zároveň jste se jí ale kvůli tomu přestěhovala přes půl světa daleko. Jak to tehdy přijala?**

**EŠ:** Nejdřív byla překvapená, ale hned na to mi gratulovala a přála štěstí. Samozřejmě jí to ale bylo líto. Oznámila jsem jí to ovšem až ve chvíli, kdy jsem byla rozhodnutá odejít a jen jsem hledala, kam konkrétně.

**Díky svému talentu jste se hodně nacestovala nejen v rámci rodného kontinentu, ale hrála jste také například ve Finsku. Co vás nakonec přivedlo právě do Čech?**

*„Hudba mezi lidmi boří zdi a zároveň staví mosty.“*

**EŠ:** Byla to náhoda. Věděla jsem, že chci do Evropy. Jak už jsem říkala, můj profesor byl Němec a k české hudbě měl blízko – v Japonsku obecně je vyhlášená. První skladby, které jsem hrála v orchestru, byly od Smetany a Dvořáka. Japonci tvorbu českých skladatelů milují.

**Stejně to ale musela být obrovská změna a kulturní šok. Jak se vám mezi Čechy zapadalo?**

**EŠ:** Přišla jsem si hodně jiná. Asi poprvé jsem se někde cítila tolik „cize“. Byla jsem z toho překvapená a smutná. Naštěstí mě zachraňovala hudba. Odstup, který jsem od kolegů zpočátku cítila, se s prvními tóny rozplýval. Hudba mezi námi bořila zdi a zároveň stavěla mosty. Nebýt jí, asi bych odsud brzy prchla.

**FŠ:** A já si celou dobu myslel, že jsem tě tu zadržel já! *(smích)*

**EŠ:** Dobře, možná jsi na tom měl svůj podíl. *(smích)*

**Jak jste se vůbec dali dohromady?**

**FŠ:** V práci. Eriko hrála v hradecké filharmonii dřív než já, a když jsem se po konkurzu připojil k orchestru, stali se z nás kolegové. Vzpomínám si, že mě dostala svou láskou k černému humoru. To mě opravdu upoutalo.

**EŠ:** Určitě tak rok jsme spolu jen kamarádili, občas si popovídali nebo zašli na kávu. Nikdy by mě nenapadlo, že zrovna Filip bude můj budoucí manžel.

**Přitom jste manželé už 16 let. Filipe, jak vzpomínáte na svou vůbec první cestu do Japonska, když jste se jel představit rodině?**

**FŠ:** Byl jsem hrozně nervózní. Naštěstí část rodiny jsem znal už z dřívějška, pomyslnou generálku jsem si odbyl ještě doma v Čechách. Největší strach jsem měl pochopitelně z tatínka. Chtěl jsem na něj udělat dojem, a tak jsem se žádost o ruku naučil celou v japonštině, což mě samozřejmě stresovalo o to víc. Dopadlo to ale skvěle a s radostí svolil. O to vtipnější zážitek máme z naší svatby, kam přiletěl jako zástupce rodiny ještě s manželčinou sestrou. Na hostině měl řeč, kterou žena překládala ostatním hostům. Doslova řekl, že ho překvapilo, že jsem si vzal jeho dceru, když máme v Česku tolik hezkých holek. *(smích)*

**EŠ:** A teď si představte, jak tam stojím v těch bílých šatech a zrovna tohle překládám!

**FŠ:** Už asi vím, díky komu inklinuje manželka k černému humoru.

**Je pro vás jako rodilého Čecha velký rozdíl žít s Japonkou?**

**FŠ:** Určitě jím víc rýže. Jinak mě nic nenapadá. Jsme spolu tak dlouho, že mi náš život přijde úplně normální. Možná tolik nevyrážíme za turistikou jako většina českých rodin. Radši trávíme čas na zahradě, ale to není moc japonské.

**Eriko, kromě hudby se také věnujete tradiční japonské kaligrafii, vyučujete japonštinu. Jak moc je mezi místními o tyto aktivity zájem?**

**EŠ:** Samotnou mě překvapuje, jak velký. I díky covidové pandemii dostala spousta lidí chuť naučit se japonsky. Zůstali doma, sledovali na internetu anime a zaujalo je to. Naopak výuku kaligrafie jsem musela utlumit. Kurzy jsou skupinové, což v covidu nešlo realizovat. Těším se, že se jim brzy budu věnovat víc.

**Od koho jste se toto starobylé umění naučila?**

**EŠ:** V Japonsku se kaligrafie učí standardně jako předmět ve škole, takže základy si osvojí všichni. Já jsem měla to štěstí, že moje babička ji zároveň i učila. Když se mi

## Eriko Špinglová Araki

Narodila se v Kóbe a později žila v Tokiu.

Studovala na Hudební akademii v Tokiu a postgraduální studium u prof. Ulicha Kocha.

Stáž absolvovala na Pražské konzervatoři a od roku 2001 působí ve Flharmonii Hradec Králové.





stýskalo po domově, kaligrafie byla taková moje terapie. Byla to cesta, jak být na chvíli zase v Japonsku.

**Je dnes pro vás už Hradec domovem?**
**EŠ:** Už ano. Asi nikdy nebudu Češka, to ani nejde, ale hodně se to u mě změnilo. Když přijedu do Japonska, cítím se jinak. Na jednu stranu jsem šťastná, že zase vidím rodinu a kamarády, po pár dnech mi ale začne chybět Hradec.

**Filipe, jak na vás zapůsobila Země vycházejícího slunce?**
**FŠ:** Nikdy bych nečekal, jak moc mi zachutná místní kuchyně, která je prostě nepřenosná. Ani do Česka, ani jinam. V Japonsku chutná japonská kuchyně zkrátka jinak. Silně na mě zapůsobila také místní příroda. Byli jsme tam už několikrát a naposledy už jsem manželku prosil, abychom do města vůbec nejezdili a místo toho chodili po horách. Jak ji u nás túry moc nebaví, v Japonsku byla ve svém živlu. Děti jsme ráno poslali do školy a vyrazili na výlet. Ten jsme pak zakončili horkou lázní, které se říká „onsen". Skvělý relax a perfektní zážitek v jednom.

**Vídáte se v práci i doma. Jak se vám daří kloubit soukromí a kariéra?**
**FŠ:** Řekl bych, že velmi dobře, dokonce to vidím jako výhodu. Dokážeme vzájemně chápat naši hodně specifickou pracovní dobu, která se navíc různě mění. Občas jsme pryč o víkendu, večer nebo naopak dopoledne. Dokážu si představit, že pro spoustu lidí s pevně nastaveným pracovním režimem od-do by to byl problém. My si nic nevyčítáme.
**EŠ:** Naopak si vyjdeme vstříc, a to i když jeden potřebuje cvičit. Naštěstí máme doma speciální prostor, kam se můžeme zavřít a vzájemně se nerušit.

**Profesionální hraní včetně přípravy je hodně psychicky i fyzicky náročné. Neplánujete brzký „důchod"?**
**FŠ:** Naštěstí nejsme baletky, abychom museli končit ve čtyřiceti. Klíč je v tom se neustále udržovat. Způsoby, jak na to, se věkem samozřejmě mění. Když je vám dvacet, můžete trénovat i deset hodin denně. Postupem let už to nejde, protože na to přestáváte fyzicky stačit a nakupí se vám spousta jiných povinností. Taky záleží, jak náročný program hrajete. Postupem času jsem zjistil, že trénovat je třeba mnohem efektivněji než dřív.
**EŠ:** Hráči na smyčcové nástroje vydrží hrát déle. I proto máme tolik not, takže mi to v práci kolikrát i stačí.
**FŠ:** To je fakt. Stačí, když se podívám k ženě, kolik toho má odehrát, a točí se mi hlava.

**Ale ať se nebavíme pořád o práci. Když už se najde volná chvilka, jak ji trávíte?**
**FŠ:** Tak to je zatím asi nejtěžší otázka. Řekl bych, že společné zájmy pořád hledáme.
**EŠ:** A já bych dodala, že nás to pořád baví. Život je vlastně věčné hledání.
**FŠ:** Souhlasím! A při tom hledání si rádi dáme dobrou kávu, posedíme na zahradě nebo navštívíme přátele. Jen tak společně pobýt u dobrého jídla a pití – to je pro nás relax a radost zároveň.

*„Chtěl jsem na tatínka udělat dojem, a tak jsem se žádost o ruku naučil v japonštině."*

## Filip Špingl

Narodil se v roce 1977 v Praze.

Studoval na Pražské konzervatoři u prof. Aloise Čočka a již během studií hrál v Karlovarském symfonickém orchestru a ve Státní opeře Praha.

Od roku 2004 působí ve Filharmonii Hradec Králové.

Je ženatý a má dvě dcery

*Michaela Zumrová*
*foto: Ondřej Šlambora a archiv*









# Svatba – to je jídlo a zážitek!

Svatební sezona s dvěma dvojkami na konci je za dveřmi. Jak se na ni chystá známý šéfkuchař, co by poradil snoubencům v jejich přípravách a jaká jídla nesmí v posledních letech chybět na slavnostní tabuli? Představujeme osobnost jara, majitele Eat and Experience catering Petra Lázničku.

**Pomalu začíná období, kdy budete každý víkend v terénu. Na co se při plánování hostiny zaměřit?**

Každá akce je originál. Občas mi někdo pošle svatební poptávku a prosí, abych mu poslal vzorovou nabídku. Já vždy odvětím, že to neumíme. Snažím se každého klienta důkladně vyzpovídat a zjistit maximum informací. Doporučuji si vždy dopředu ujasnit, jakou máte představu. Dodavatel cateringu na váš den potřebuje vědět termín a lokaci svatebního veselí, počet osob na svatební hostině, přibližnou časovou osu celého dne včetně možných přesunů z místa na místo. Jestli chcete pro hosty lehké občerstvení před obřadem, máte zájem o servírovaný svatební oběd a o kolika chodech. Zda preferujete odpolední či večerní studený raut a grilování, nebo rožnění, případně jiný gastronomický prvek. Jestli plánujete vlastní sweet bar nebo zda máte zájem i o nabídku dezertů. V neposlední řadě zda poptáváte i teplé, studené, alko i nealko nápoje, anebo máte své vlastní a potřebujete zajistit jejich servis a distribuci. Budou mezi hosty vegani, vegetariáni, či osoby trpící na nějaké intolerance suroviny? Také potřebuje vědět, jestli jste spíš na evropskou klasiku nebo rádi objevujete nové chutě.

**To je spousta otázek. Co je z vaší zkušenosti zásadní a pozvedne svatební veselí na další level?**

Klíčové jsou podle mě dvě věci: zaprvé koordinátorka nebo pověřená osoba, která bude mít na starost veškerou komunikaci kolem provozních věcí, aby si novomanželé mohli užívat jen svého dne a společnosti nejbližších. Zadruhé: živé vaření. Dovedete si představit svatbu bez živé muziky? Já ne, stejně jako si nedokážu představit svatbu bez živého vaření. Dodá totiž vašemu radostnému příběhu jiný rozměr, správnou rodinnou atmosféru, energii, dynamiku, vůni a atraktivní podívanou. V názvu naší firmy se zrcadlí dvě stěžejní slova - jídlo a zážitek. To se snažíme ctít a propojovat.

**Lze si u vás objednat i tematické hostiny na způsob Asie nebo Ameriky?**

Mám to štěstí, že mě obklopují lidé, kteří mají za sebou spousty profesních zkušeností a rádi se gastronomicky rozvíjejí. Díky tomu můžeme nabízet široká spektra chutí, vůní, barev, kombinací a technik. Hodně se věnujeme asijské kuchyni, zejména té thajské. Ale rádi zabrousíme i na jih Ameriky, do Skotska anebo do Středomoří. Děláme tematická menu zasvěcená jak kuchyním, tak i surovinám v jejich nejlepší zralosti. Nejlepší je kombinace žhavých asijských woků a rožnění na dřevu a uhlí.

**Jak se za dobu vaší praxe změnily trendy? Vítězí pořád svíčková a vývar s knedlíčky?**

Přesto, že je naše společnost rok od roku gastronomicky vzdělanější a hloubavější, ve většině případů nemůže na servírovaném poledním menu chybět právě silný hovězí vývar s játrovými knedlíčky a špikovaný váleček z hovězí kýty ve „svíčkové“ omáčce s karlovarským knedlíkem. Já jsem patriot české kuchyně, mám rád vydatné polévky a poctivé omáčky, vlastně to chápu. (*smích*) Na večerní menu je již poptávka po cizokrajných pokrmech, k těm nejpopulárnějším patří křupavé jarní závitky s pekingskou kachnou, mini langoše s hoisin a kantonským vepřovým bůčkem, thajský salát ze skleněných nudlí s tygřími krevetami na citronové trávě a zázvoru či mačkané avokádo s chilli a limetovou šťávou.

**Jak dlouho dopředu je potřeba, aby se snoubenci ozvali, abyste všechno v klidu naplánovali a rozmysleli?**

Žádané poskytovatele služeb bych se nebál oslovit již rok dopředu s volným termínem, možná klidně dva roky předem a závazně si zamluvit termín. Vše ostatní již lze domluvit v čase. Procesy objednávek, příprav a výroby máme zautomatizované a jakmile získáme od klienta přesné zadání, umíme připravit akci na druhé straně republiky prakticky z týdne na týden. Disponujeme profesionálními technologiemi a plně vybaveným zázemím, což nám dovoluje realizovat akce, jak rád říkám, od Lipna až po Jeseníky v maximální kvalitě s důrazem na vysokou hygienu potravin a hodnotný chuťový zážitek. Děláme to, co nás baví a děláme to rádi!

*Michaela Zumrová*
*foto: archiv*

# Zveme Vás do klubu...

# Quartier Clubu!




O co jde? Quartier Club:

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

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



# BICZ staví Prahu

Třináct exkluzivních bytů pro třináct exkluzivních klientů. Holding BICZ, který roky podniká ve výnosových nemovitostech, chystá jedinečný developerský projekt v české metropoli. Na jedné z nejžádanějších adres v Praze postaví moderní bytový dům vybavený špičkovými technologickými i ekologickými vychytávkami. Zveme vás na úplně první prohlídku!

## JEDINEČNÝ GENIUS LOCI

Šárecké údolí nepatří mezi nejatraktivnější lokality v našem hlavním městě náhodou. Tady totiž málem neuvěříte, že jste opravdu v Praze – sotva pár minut od pulzujícího centra. Výhledy plné zeleně, nedaleko zurčící potok Šárka, jen několik kroků do Přírodního parku Šárka – Lysolaje, který je v současné době největším parkem svého druhu v celé metropoli, tzv. zeleného pásu Prahy. „*Co do lokality a charakteru budovy se jedná o velmi lukrativní rezidenční a investiční příležitost*," říká o budoucím bytovém domě v Dejvicích manažer exkluzivních staveb holdingu BICZ Martin Kvoch s tím, že celá budova je navržena v souladu s pevnou zásadou holdingu, že každá nová nemovitost by měla nejen zvyšovat standard bydlení v dané lokalitě, ale rovněž splňovat nutné ekologické standardy ve jménu udržitelnosti. „*Ideální volba pro klienty s vysokými nároky na kvalitu bydlení*," doplňuje.





Šárecké údolí je tak pro holding BICZ dalším dílkem skládačky ESG přístupu ve výnosových nemovitostech - tedy tvořit je odpovědně, udržitelně a s pozitivním ekologickým dopadem.

## VIP SOUSEDÉ

Co do velikosti půjde na poměry holdingu o menší projekt. Tuto skutečnost však vyvažuje nejen prestižní adresa, ale také jedinečný design budovy včetně nadstandardní výbavy samotných bytů. A jak tedy bude budoucí rezidenční novostavba vypadat? V plánu je celkem šest podlaží s plochou střechou a dohromady třináct bytových jednotek s nejmodernějšími „zelenými" technologiemi včetně inteligentní domácnosti. Už nyní tak „Šárka" láká první investory – i když je v tuto chvíli zatím jen na papíře. „*Již nyní se o tento developerský projekt zajímá několik VIP klientů z řad mezinárodních sportovních superstar*," potvrzuje s úsměvem ředitel divize Finance & Charity a člen představenstva holdingu BICZ Robin Šimek. Holding tak naplňuje svoji dlouhodobou strategii – soustředit se pouze na výjimečné developerské projekty v lokalitách s naprostou jistotou poptávky.

Stavět by se přitom mohlo už koncem roku, na projektu je aktuálně dokončována smluvní převodní dokumentace. „*Odhadujeme, že stavební povolení získáme na podzim. Samotné dokončení stavby je v plánu koncem roku 2023, případně v první polovině roku 2024*," dodává Martin Kvoch.

*Michaela Zumrová*

> „*O projekt se už nyní zajímá několik VIP klientů z řad mezinárodních sportovních superstar.*"

### O BICZ

Holding BICZ podniká již řadu let na poli výnosových nemovitostí, jejichž prostřednictvím zajišťuje svým finančním partnerům stabilní zisk.

Přestože pocházejí z východních Čech, nakupují, prodávají a vlastní pestré portfolio nemovitostí napříč celou republikou. Realitní projekty vybírají a modernizují tak, aby produkovaly maximální možný zisk.

Dlouhodobě podporují vybrané nadace, charitativní projekty a iniciativy napříč Českou republikou.




# Ušli jsme kus cesty

Advokát, filantrop, politik, ale také podnikatel, manžel a otec. Pavel Staněk zažil v uplynulém roce řadu důležitých momentů. Jeho advokátní kancelář ARROWS přivítala strategického partnera, výrazně rozšířil své charitativní aktivity a ani ne po osmi letech začal opět zasedat v Poslanecké sněmovně. Co pro něj nové výzvy znamenají a jak se mu je daří kloubit s běžným životem doma v Hradci?

**Značka ARROWS je na trhu teprve od roku 2018, přitom v závěru loňského roku přivítala velkého hráče – ETL Group. Co pro vás jako zakládajícího partnera toto spojení znamená?**

Vždycky jsme měli velké ambice zasáhnout do advokátního trhu. To byl koneckonců i jeden z motivů spojení našich dříve fungujících advokátních kanceláří, který vyústil ve vznik ARROWS. Spojení s německou společností ETL tak vnímám jako ocenění naší dosavadní práce, neboť jejich výběr padl právě na nás, a důvěra, kterou do nás jako mladé značky vložili, je velmi přesvědčivá. Byla to také reakce na snahu o vytvoření vlastní mezinárodní sítě ARWS International. Zároveň to vnímám jako obrovskou příležitost naši firmu rozvinout a posunout mnohem rychleji dál k vytyčeným cílům. Tedy nabídnout klientovi komplexní právní a daňovou službu, tj. veškerý servis, který potřebuje pro své podnikání, ale i třeba v jeho soukromých otázkách a tématech pod jednou střechou. V neposlední řadě musím toto spojení vnímat i tak, že může být

dobrou příležitostí pro jiné, podobně smýšlející advokáty a kanceláře přidat se k nám. To je ostatně i záměr ETL, za pomoci svého kapitálu rozvinout a „naboostovat“ naši společnou kancelář. Kromě nových akvizic chceme ale dát příležitost i lidem zevnitř, aby i oni věděli, že se mohou stát společníky firmy a mohou si s námi sednout k jednomu stolu a podílet se na řízení společnosti. Myslím, že je to solidní motivace.

**Jak moc se za těch pět let podle vás ARROWS změnila?**

Myslím, že za to relativně krátké období firma skutečně ušla obrovský kus cesty. ARROWS vznikla ze tří menších regionálních kanceláří s celkem sedmi společníky, navíc samými chlapy. Už to samo o sobě je dost úspěch, udržet na uzdě svoje ega a vydržet s tím tak dlouhou dobu. *(smích)* Hodně tomu pomohla právě společná myšlenka, které jsme od počátku všichni věřili a věříme jí dosud. Podařilo se nám nejen obsadit své místo na trhu, několikanásobně zvýšit obrat, ale především upevnit náš tým a získat nové talenty. Vlastně teď, když o tom přemýšlím, tak i díky naší osobnostní jinakosti jsme oslovili zcela rozdílné cílové skupiny klientů, které bychom možná třeba v původních kancelářích nepotkali.

**Jako jeden ze zakládajících členů musíte mít ke své firmě téměř otcovský vztah. Kde byste ji rád viděl v budoucnu?**

Určitě mezi lídry trhu, na špici. A to nejen z pohledu velikosti kanceláře, výše obratů, v počtech zrealizovaných obchodů a mandátů nebo rychlosti, ale především v kvalitě poskytovaných služeb. Stejně tak si přeju, aby ARWS byl pro klienta partnerem, na kterého se může obrátit s důvěrou skutečně ve všech svých životních situacích. A konečně, přeji si i to, aby byl skvělým a vyhledávaným zaměstnavatelem, tedy aby se naši lidé u nás cítili dobře a věřili DNA naší značky. To se samozřejmě nutně projeví i v jejich práci, neboť jenom spokojený a dobře naladěný advokát či poradce může být dobrým partnerem pro naše klienty.

**Za roky vašeho působení v advokacii se změnilo mnohé, ostatně po víc než čtvrt století praxe můžete skvěle srovnávat. Jak moc se změnil váš obor v oblasti digitalizace a moderních technologií, které jsou v současné době skloňovány na každý pád napříč různými obory?**

Advokacie je velmi přísně regulovaná disciplína a ve využívání moderních technologií značně pokulhává. Určitě má v tomto směru co vylepšovat, pokud chce držet krok s ostatními odvětvími služeb. Když jsem do advokacie v roce 1996 vstoupil jako advokátní koncipient, tak se digitalizace teprve probouzela, technika nebyla úplně běžným vybavením kanceláří, texty podání se psaly na psacích strojích, nebo je advokáti diktovali do diktafonů a nechali je přepisovat. Vrcholem techniky byl tehdy fax. Veškerá spisová evidence se vedla jen fyzicky, v papírové podobě. To je samozřejmě dávno pryč. Stroje nahradily laptopy a advokátní spisy kanceláře vedou v elektronické podobě. To samozřejmě přináší velkou výhodu – na základní digitalizované podklady od klienta může v ten samý okamžik nahlížet více právníků a vůbec na celém spise může pracovat současně celý tým. Stejně tak komunikace s klientem přešla většinově do elektronické podoby, což výrazně zrychlilo a také zlevnilo celý proces. Díky kompletní digitalizaci naší kanceláře se významně usnadnila práce našim lidem, ti teď nejsou zatěžováni interními procesy a mohou se zcela věnovat práci pro klienta.

> *„ARROWS ušla velký kus cesty. Má pevné místo na trhu, několikanásobně zvýšila obrat a láká nové talenty.“*

**Mimo ARROWS se věnujete také charitě a filantropii obecně – v Nadačním fondu Aquapura pomáháte společně s manželkou od roku 2011 pacientům s tromboembolií a v projektu Hradec si pomáhá druhým rokem zase pandemií zkoušeným podnikatelům ve vašem rodném regionu. Co pro vás s odstupem času tyto aktivity znamenají?**

Tak na tuhle část svého života jsem opravdu pyšný. Na základě našich společných zkušeností se nám podařilo vybudovat (svým zaměřením na pacienty s tromboembolií dost ojedinělý a unikátní) nadační fond, který nejen pomohl vybavit řadu zdravotnických zařízení po celé republice potřebnými přístroji na měření hladiny srážlivosti krve, ale také edukovat prostřednictvím sportovních, kulturních a osvětových akcí i veřejnost. Jako velmi přínosné vnímám i naše přednáškové aktivity na školách. Sluší se poděkovat nejenom našemu odbornému garantovi docentu Petru Dulíčkovi z královéhradecké fakultní nemocnice, celému týmu, který s námi po celou dobu spolunaplňoval cíle fondu, ale taky našim partnerům a podporovatelům, kteří uvěřili našim plánům a jsou s námi dodnes. Rádi je i letos přivítáme na golfovém turnaji 31. 8. v Golf Resortu Kunětická Hora. Co se mého druhého neziskového projektu týče, myšlenka na něj přišla na jaře 2020. Pod tlakem lockdownu a covidových okolností jsem přemýšlel, jak rychle a účinně pomoct živnostníkům, drobným podnikatelům i větším firmám v Hradci, kteří ze dne na den měli najednou zavřeno a ocitli se často bez příjmů. Ostatně, měl jsem to z první ruky, moje manželka má obchod s oděvy a zůstala doma. Pomoc státu byla opět kdesi v dálce, a než se nastartovala, museli si lidi pomoct sami. Tehdy jsem si všiml webu Olomouc si pomáhá a řekl si, že když to jde na Moravě, můžeme to zkusit i v Čechách. A tak jsem, po domluvě s olomouckými autory, přišel s tím, že by si i Hradec mohl pomáhat. Nejdřív vznikl web, kde se velmi rychle nashromáždila víc než stovka místních obchodů, služeb a řemesel, a z jejich nabídky mohli Hradečáci vybírat a podpořit je. Teď jsme už mnohem dál než v Olomouci, máme i mobilní aplikaci, kde poskytovatelů i uživatelů utěšeně přibývá, a navíc jsme vytvořili unikátní přehled kulturních, společenských a sportovních akcí konaných nejen v Hradci, ale v podstatě v celém regionu. Rád bych, aby chuť pomáhat si a podporovat se v našich aktivitách v rámci regionu zůstala i nadále.

**Na podzim jste byl zvolen poslancem, do výčtu vašich aktivit tak přibyl další velmi významný bod. Jak se kloubí veřejná funkce s prací advokáta, podnikatele, ale také manžela a otce?**

Práce poslance, člena legislativního orgánu, jde s prací advokáta a podnikatele skloubit velmi dobře. Vlastně je to i moje výhoda. Znalost práva, znalost úskalí podnikání jsou pro mne dovednostmi, z nichž mohu ve Sněmovně čerpat a které mi mohou skvěle pomoct při orientaci v řadě schvalovaných předpisů. V nové Sněmovně nyní zasedá 22 právníků, tak se to třeba projeví i v kvalitě přijímané nebo naopak nepřijímané legislativy. Náš právní řád by si to jistě zasloužil. Za posledních 30 let došlo k jeho zaplevelení víc, než je zdrávo, a právní džungli, kterou tady máme, je třeba docela pročistit. Jak se kloubí s rolí manžela a otce, tak to je otázka hlavně na mou rodinu. Kvůli často živelnému vývoji ve Sněmovně se vidíme vlastně opravdu jen ve dveřích. Ale tady věřím, že se to musí zlepšit, jinak mě kromě našeho psa Arkisse doma nikdo nebude mít rád. *(smích)*

*Michaela Zumrová*
*foto: Ondřej Šlambora*



A-STYL:

# Klíč k vašemu „doma“

„Budování domova má být příjemný zážitek, na který budete rádi vzpomínat,“ tvrdí majitelka královéhradeckého A-styl atelier, s.r.o. Michaela Ondřejka Menoušková a s kolegy ve svém týmu pro to dělá maximum. V rámci jednotlivých divizí řeší klientům bydlení na klíč a firmu vede v nejlepším slova smyslu jako rodinnou. Vždyť jejich zákazníky jsou často právě rodiny. „I proto naše kancelář připomíná obývák,“ říká se smíchem projektantka a podnikatelka, která se ve stavebnictví pohybuje od 16 let.

**Kořeny A-styl v Hradci sahají až do roku 1995, kdy svou stavební činnost začal váš otec, později pod názvem A-dům, s.r.o. Řekla byste tak o vás, že jste i po 27 letech plných růstu a změn pořád rodinná firma?**

Je, i když postupem času získala nový rozměr. S tátou se naše cesty částečně rozešly, ale vzápětí se zase sešly s mojí mamkou, sestrou a manželem. V kanceláři se do telefonu představuje primárně Ondřejka nebo Menoušková. (*smích*) Tím, že mám obě příjmení, funguju jako takový spojovací článek. Jsem na ten přívlastek „rodinná“ u naší firmy hrdá. Dává mi to smysl i ve vztahu k našim klientům, protože jsou to převážně také rodiny. Na významnou dobu se stáváme součástí jejich příběhu. Často se nám stává, že spolupráci začínáme s nesezdaným párem, a když mu po nějakém čase předáváme klíče od jejich nového domova, už má po svatbě a v je v očekávání dalšího přírůstku. Samozřejmě rosteme a tým rozšiřujeme, ale pořád to má u nás silně rodinný nádech. Řešení bydlení má být příjemnou záležitostí a za mě jsou příjemné zážitky spojené právě s rodinou.

**Neměla jste z tak silné rodinné spolupráce obavy? Přece se říká, že nejhorší je dělat něco pro příbuzné nebo kamarády, natož pracovat bok po boku.**

Musí to mít pravidla. Když jsme v kanceláři a vedle sedí moje mamka, je to Lenka – ko-

legyně. Člen týmu. Jakmile se ale za námi zavřou dveře studia, je to máma. Stejně to mám nastavené se sestrou, která je advokátka a našim klientům řeší právní servis, i s manželem, který vede naše stavby. Vyhradili jsme si časy, kdy mluvíme o práci, i chvíle, kdy je to tabu. Stanovit si mantinely je v tomto směru základ. Sice je to rodinný byznys, ale pořád je to rodina a byznys. Stejně jako se ta dvě slova dělí ve větě, je třeba je oddělovat i v reálu. Je jasné, že se občas v práci pohádáme, ale nesmíme si to s sebou odnést domů. Zní to trochu bipolárně a někdy je to opravdu na palici, ale paradoxně je to zároveň jediná cesta, jak se z toho nezbláznit.

**Říkala jste, že plánování bydlení by měla být příjemná záležitost. Já mám naopak pocit, že je to spíš stres a obavy. Jak s tím pracovat?**

Takový pocit má spousta lidí. Úplně nejhorší je, když začnete googlit nebo pročítat weby o stavbě svépomocí. Tam se dočtete ty nejhorší příběhy a skutečně odstrašující zkušenosti. Doporučuji proto neprojíždět diskuze a nezanášet si hlavu informacemi, které pro vás nemusí být vůbec relevantní. Víte, když jsou lidé spokojení, nemají potřebu to ventilovat. Když už něco napíšou, bývá to kritika. Postupujte jednoduše: když se rozhodnete řešit bydlení, najděte si odborníka, který vám s tím pomůže. Stejně jako když vás bolí zub. Taky si hned nezjišťujete, jak ho vytrhnout, ale jdete normálně k zubaři na prohlídku.

**O vás se ale nedá říct, že řešíte jen bydlení ve smyslu návrhu a stavby. Klientům nabízíte servis v oblasti financování nebo údržby nemovitosti. Co vás k tomu vedlo?**

Byl to přirozený vývoj. Jako projektanty nás přestávalo bavit být tím mezičlánkem, který stojí mezi finančními poradci, realitními makléři a stavebními firmami či zahradními architekty. Zkoordinovat všechny strany stálo hromadu zbytečného času, který by se hodil jinde. Rozhodli jsme se proto nabídnout klientům řešení jejich bydlení na klíč a provést je všemi fázemi v rámci A-stylu. Od získání pozemku či prodeje nemovitosti přes financování, projekci a stavbu až po řešení interiéru domu a zahrady. U nás otevřete dveře a za nimi je tým lidí, který nemá potřebu vzájemně si házet klacky pod nohy, všechny práce na sebe mají logickou návaznost a plánují se s ohledem na všechny kroky. Není nic horšího než mít realizaci rozkouskovanou mezi šest dodavatelů a s každým zvlášť se handrkovat.

**Jak dlouhý je to aktuálně proces? Od chvíle, kdy se rozhodnu vybudovat nový domov, do momentu, kdy se stěhuji?**

Záleží, jakou má klient představu. Jsou klienti, kteří si vyberou typový dům, a v návrhu upravujeme jen drobné detaily, ale najdou se i tací, kteří chtějí vyprojektovat dům podle specifických požadavků. Když jde všechno dobře, zaberou projekční práce 3–6 měsíců. Podobně dlouho se řeší stavební povolení na úřadech a pak nastává samotná realizace – to je tak na rok. Takže celý proces trvá zhruba dva roky. Celou tu dobu jsme klientovi po boku, a když se s námi rozhodne spolupracovat dál – třeba na návrhu zahrady, trvá naše partnerství i déle.

**V oboru se pohybujete už od 16 let, takže máte srovnání. Změnily se nějak v průběhu let požadavky klientů?**

To je hodně individuální. Spíš mám ale obecně pocit, že si lidi ještě nezvykli na to, že spousta věcí za poslední dobu zdražila. Proto jedna z prvních otázek, na kterou se ptám, je: kolik na to máte peněz? Od toho se v našem oboru odvíjí úplně všechno.

> *„Postupujte jednoduše: když se rozhodnete řešit bydlení, najděte si odborníka, který vám s tím pomůže.“*

**Jak se vám vůbec jako ženě realizuje v oboru, který je stále ještě spíš mužskou doménou?**

Je to super! Nikdo dopředu nečeká, že vím, co vím. (*smích*) A je to skvělá motivace neusnout na vavřínech a vědět víc, protože jinak budete chlapům na stavbě pro smích. Odmala jsem byla spíš technický typ a ještě v devítce plánovala matematický gympl. Jenže pak mě vzal táta párkrát na stavbu a bylo hotovo. Nejvíc mě baví, že pracuji na věcech, které mají na konci hmatatelný výsledek. Velmi hmatatelný. Z ničeho uděláte něco, to je prostě parádní pocit. Myslím, že stavařina je skvělý obor i pro ženy, a musím říct, že jich přibývá. Sice hlavně v architektuře a projekci, ale i to se počítá.

**Na Vánoce jste dokonce vydala knížku. Chtěla jste další hmatatelný výsledek své práce?**

Chtěla jsem ukázat všem, co mi to vymlouvali, že to jde. A taky jsem potřebovala originální dárek pro klienty, který by nezapadl mezi ostatní vína a propisky s logem. Pak jsem v knihkupectví narazila na ty krásné kroniky spojené s důležitými životními milníky – svatba, dítě… Říkala jsem si, že podobný „památníček“ by si zasloužilo i budování domova. Přitom je fuk, jestli se rozhodnete stavět dům nebo rekonstruovat byt. Domov je zkrátka domov. V září jsem si usmyslela, že tu knížku budu do Vánoc mít. Přece nemá smysl klienty obdarovávat na jaře. Řada lidí reagovala tak, že jsem se určitě zbláznila – tři měsíce do svátků, krize papíru a já si vymyslím knížku! Nakonec jsem ji napsala za jeden večer a jednu lahev vína, s týmem jsme zajistili grafika, tiskárnu a začátkem prosince šla opravdu do výroby. Před Vánocemi se už prodávala na e-shopu. Jsem ráda, že jsem vytvořila i něco jiného než nemovitost a hlavně zase jednou potvrdila, že slovo „nejde“ prostě nemáme rádi.

*Michaela Zumrová*
*foto: Marián Dvořák*



# Ona stolistá

komponovaná přehlídka módy,
designu, hudby, umění a vůně



foto: Alžběta Jungrová, grafická úprava: Róbert Kováč

K vidění a slyšení bude

design Helena Daňbujánová
móda Jitka Šedová
slovo Kateřina Císařová
& Nataša Bednářová
zpěv Zofie Dares
violoncello Bára Vychodilová
klavír Adéla Černíková & PETROF
sochy Michal Gabriel
vůně Kateřina Šantrochová

## 11. května 2022
## 19.00 hodin

PETROF gallery, Na Brně 2136/4,
500 06 Hradec Králové

Vstupenky na ticketstream.cz a v obvyklých předprodejích

pořádající

Helena Daňbujánová
PETROF gallery jr

mediální partneři

Hradec Králové Český rozhlas
Quartier

další partneři

aupark Hradec Králové
Artemide
Forbo Flooring Systems
OH Sound
Petra Kopřová
Viktorie Munzarová
Designers Guild
Unidimese
Selene
Medisolve medical solutions
France Car
Renault Dacia
Sladké stonky
Élitis
Casamance

# Jak na jarní restart v práci

Nové kurzy pro podnikatele, noví lektoři i nové kanceláře. Letošní rok je pro lean manažerku Simonu Bidlovou rokem velkých výzev. I ve chvílích podnikatelského sprintu ale nezapomíná občas zastavit a někdy prostě jen jít. A to samé radí i klientům na svých pravidelných konzultacích, které pořádá každé tři měsíce v Hradci Králové. „Hlavní je nezůstat stát na místě a držet si směr," říká podnikatelka a majitelka společnosti Inovace do firem.

**Jaro – to je ideální příležitost pro změnu a nový začátek. Nejen v oblasti zdraví a životního stylu, ale také v práci či podnikání. Čím ideálně začít?**

Nejdřív bych doporučovala pomyslně poodstoupit a objektivně se podívat na svoje výsledky, zkrátka zhodnotit aktuální stav. Oprostit se od jakýchkoli emocí a položit si otázku, zda jste skutečně tam, kde jste chtěli být. Ohlédněte se zpět, co se povedlo a nepovedlo, bez toho, abyste řešili, proč tomu tak je. Závěr roku byl pro všechny ve znamení uzávěrek, finalizace a velkého shonu, v lednu a únoru se pomalu rozkoukáváme a vracíme do tempa, a tak je březen šancí otevřít oči a zhodnotit, jestli opravdu kráčíme vstříc svým krátkodobým i dlouhodobým cílům.

**Radíte se ohlédnout, přitom řada podnikatelů tvrdí, že ohlížení je k ničemu a je potřeba se dívat hlavně dopředu.**

Naopak si myslím, že aby se člověk mohl posunout vpřed, je právě ohlížení se moc potřeba. Když se díváte jen dopředu, můžete za čas najednou zjistit, že jste úplně jinde, než jste původně chtěli. Podnikatelé a živnostníci na sebe bývají obvykle hodně přísní a mají vysoké cíle. To je samozřejmě v pořádku, zároveň se ale musí naučit být spokojení, i když jich všech nedosáhnou. Důležité je nezůstat stát na místě a držet si směr. Nemusíte běžet, hlavně když jdete. Sama to tak mám – nějaký čas sprintuji, pak se potřebuji na chvíli zastavit a pak jen jdu.

**Budete vy osobně letos spíš sprinterem, nebo chodcem?**

Zatím to vypadá na sprint. (*smích*) Letošní rok je u nás ve znamení zvětšování týmu a lehkého rozšiřování portfolia hlavně v oblasti vzdělávání. Zařazujeme nové kurzy pro podnikatele, ať už na téma začátků podnikání či nastavení moderních hybridních prací, to znamená především práce v cloudovém prostředí. Učíme, jak si cloudovou službu správně vybrat, jak zajistit bezpečnost ukládaných dat a jak vůbec řídit práci na dálku v době stále aktuálních homeofficů. Zároveň připravujeme spuštění e-learningu našich kurzů a seminářů. To je opravdu výzva! V mezičase také řeším přesun naší kanceláře, která bude nově kompletně sídlit v Technologickém centru na královéhradeckém letišti.

**S týmem Technologického centra spolupracujete už několik let, vedete pro ně konzultační dny pro podnikatele. Jak taková konzultace probíhá?**

Z tohoto spojení mám velkou radost, letos startujeme už čtvrtý rok. Projekt konzultačních dnů vznikl na podporu podnikání, je zdarma a jednou za tři měsíce se v rámci něj můžete přijít poradit. Je to šance na ono ohlédnutí se, zhodnocení. Konzultace probíhá jako rozhovor, kdy se mnou sdílíte své vize a plány v konfrontaci s výsledky. Výhodou je, že dostanete okamžitou zpětnou vazbu i návrh možností, jak s tím dál pracovat a posouvat dopředu. Je to vhodná příležitost nejen pro podnikatele a živnostníky, ale i vedoucí oddělení, kteří mají zájem zavést mezi kolegy nové prvky. Já poskytuji nezávislý pohled a srovnání - to je asi ta největší devíza této akce.

**Mohou konzultačního dne využít i budoucí podnikatelé, respektive zájemci s myšlenkou na vlastní byznys, kterou by rádi probrali?**

Určitě, už loni jsem jednu takovou konzultaci měla a rozjela se ve fungující podnikání. Řada lidí si myslí, že obecně inovace a zavádění nových procesů je určeno jen pro velké a dlouho fungující firmy, které právě potřebují ony



změny. A právě na začínajících podnikatelích nebo start-upech, které mentoruji, si ale ověřuji, že to tak není. Naopak je výhoda, když nastavíte správné procesy už od začátku. Lidem, kteří o podnikání teprve uvažují, umím pomoct přijít na to, jak své myšlenky realizovat. V návaznosti na jejich dlouhodobé cíle jim dokážu udat směr a především jistotu, že jejich nápad má právo na život. Konečně to také bývá to poslední „pošťouchnutí", které je přesvědčí, že má smysl do toho jít a přetavit svůj nápad ve vlastní živnost. A to mě baví moc!

*Michaela Zumrová, foto: Ondřej Šlambora*




# Jedu do plnejch

Svůj první závod odjel jako čtrnáctiletý puberťák na starečkém Simsonu v tátově kombinéze, teniskách a lyžařských rukavicích. Od té doby uteklo už 26 let, láska k motorkám a touha dojet jako první ale Patrika Koláře neopustila. Z nespočtu vyjetých trofejí si nejvíc váží těch, které urval v Hořicích na slavném okruhu 300 Zatáček Gustava Havla. Právě tam si před třemi lety připsal 10. vítězství a vyrovnal tak rekord legendárního motocyklového závodníka Bohumila Staši. „Člověk by řekl, že už budu mít po těch letech rozum, ale u nás závodníků je to marný," říká se smíchem rodák z Třebihošti.

**Další závodní meta je ve vašem případě prostě jasná. Zaútočíte na ni letos v květnu, kdy se v Hořicích pojede už 59. ročník „zatáček“?**
Rozhodně nechci na startovním poli chybět. Jedenácté vítězství je pořád ve hře. Měl jsem na to už loni, ale moc jsem taktizoval, a to se mi nevyplatilo.

**Naposledy jste si v Hořicích vyhrál v roce 2019 a vyrovnal tak rekord okruhu. Cítil jste zadostiučinění?**
Upřímně bych potřeboval vyhrát aspoň ještě jednou, abych ho překonal. Pak se možná zadostiučinění dostaví, nevím. Po tom posledním vítězství jsem cítil spíš úlevu. Byl jsem rád, že se to povedlo, protože spoustu lidí se mě na to dokola ptalo a hecovalo mě. Původně jsem si představoval, že vyhraju víckrát, abych nastavil vyšší laťku, ale tak jednoduché


foto: Martin Peřina

„*Hned jsem věděl, že je zle. Na pár vteřin jsem necítil tělo, pak jen brnění nohou a rukou.*“

to není. Člověk musí mít štěstí, aby všechno vyšlo. Nemůžu říct, že bych někdy zažil klidné Hořice, ať už z pohledu dokonale fungující techniky nebo ideálního počasí. Desetkrát to ale klaplo perfektně – ačkoli naposledy jsem hned v úvodu vyfasoval 20 sekund penalizaci za předčasný start. Naštěstí jsem tím nechtěně zblbnul půlku startovního pole, takže ji hodně kluků dostalo taky. *(smích)*

**Jak se vůbec rodák z Třebihošti dostane k motoracingu?**
Jednoduše, můj táta závodil. Když se kolem něčeho motáte odmala, zákonitě se vám to dostane pod kůži. První malou motorku mi táta postavil, když mi bylo asi pět. Pak jsem chvíli jezdil motokáry, ale táhlo mě to spíš k těm motorkám. Tak jsem kolem nich pořád blbnul, až jsme se doma jednoho večera dohodli, že zkusím první závod. To mi bylo 14 let. Přes noc jsme dali do kupy naši padesátku Simsona a ráno vyrazili na start do Českých Budějovic. Měl jsem tenisky, tátovu kombinézu, lyžařský rukavice a našeho staříčkýho veterána. Dojel jsem ale senzačně na čtvrtém místě, i když jsem během závodu dvakrát upadl. *(smích)* Záhy na to jsem přesedlal na motorky třídy 125 ccm a od té doby jsem závodit nepřestal.

**Pády se vám ale nevyhýbaly ani pak. V prvním závodě v Hořicích jste skončil s otřesem mozku, v Dymokurech jste si zase ošklivě poranil páteř.**
Pravda, první Hořice byly docela drsný. Táta mě tehdy sbíral v lese a tři dny jsem strávil v nemocnici. Oproti průšvihu v Dymokurech to ale nic nebylo. Rozdrtil jsem si tam čtvrtý obratel, při pádu mě trefila vlastní motorka. Hned jsem věděl, že je zle. Na pár vteřin jsem necítil tělo, pak jen brnění nohou a rukou. Pamatuju si přitom úplně všechno, jakoby se čas v tu chvíli strašně zpomalil. Celé se to seběhlo během pár vteřin, ale mně to připadalo jako věčnost.

**A ani to vás v dalších závodech nezviklalo?**
Už ve špitále jsem prohlašoval, že už na to do smrti nevlezu. Pak mě to trochu pustilo, protože motorek jako takových jsem se ale vzdát nechtěl. Chvíli jsem uvažoval, že zkusím motokros. Když jsem to ale prohlásil doma, přítelkyně mi to rychle vysvětlila. *(smích)* Taky závodí a rovnou mi řekla, že jestli chci přesedlat, bude lepší, kdy toho radši nechám úplně. Tím mě samozřejmě nahlodala a další rok už jsem na tom zase seděl. Sice mám v páteři kus kovu, ale jinak jsem díkybohu bez následků.

**Police máte za víc než čtvrtstoletí závodění plné pohárů a zlatých věnců. Které trofeje si ceníte nejvíc?**
Nejvíc jsou pro mě všechny Hořice. Podle mého je to nejkrásnější závodní okruh ze všech. Technicky náročný, plný až strašidelných úseků. Třeba zatáčka u Křížku, když ji jedete naplno, téměř tam s motorkou skočíte. Z toho se vám tak zatají dech a zároveň je vám tak strašně špatně, že teprve v tu chvíli zjistíte, jak úžasný to vlastně je. Člověk by řekl, že už budu mít po těch letech rozum, ale u nás závodníků je to prostě marný.




**Nejenže závodíte, ale vlastníte i motoservis. Ve své dílně ve Verdeku vám parkují desítky motorek. Nelezou vám už někdy krkem?**
To víte, že občas jo. Mám je moc rád, ale někdy je toho zkrátka moc. Na rozdíl od své přítelkyně nemám ani vlastní silniční motorku. Pozoruju na sobě, že jsem si během let vypěstoval určitou „závodní diagnózu“. Nedokážu se jet jen tak projet. Jakmile sednu na motorku, závodím. Věkem se to asi trochu lepší, pořád ale chci jet do plnejch a zjistit, co v ní je. Pořídil jsem si aspoň jednu motokrosovou, ale stejně jsem se do toho úplně nedostal. Jet lesem, vyjet si kopec, koukat kolem sebe – to není pro mě. Potřebuju adrenalin.

*Michaela Zumrová*
*foto: Ondřej Šlambora a archiv*



# Každý nůž má svůj příběh

Svůj první nůž zkusil vyrobit už ve dvanácti letech, dnes je mu šestnáct a patří k respektovaným talentům tuzemské nožířské scény. Přesto zná Vojtěcha Benishe jménem jen málokdo. Pro většinu je to prostě Tučňák. „Tu přezdívku mi dali kdysi ve skautu a už ke mně zkrátka patří," říká student a nadějný nožíř z Chlumce nad Cidlinou tvořící pod značkou Penguin Knives.

**Jak se to stane, že se člověk ve dvanácti letech rozhodne vyrábět nože?**
Od první třídy jsem chodil do skauta a když mi bylo kolem těch dvanácti, přišel k nám nový vedoucí, pro kterého byly nože celoživotní vášní. Měl jich spoustu od různých nožířů z celé republiky. Hrozně se mi to líbilo a chtěl jsem mít taky takový. Jenže jsem v té době samozřejmě neměl peníze a přát si od rodičů v páté třídě nůž je trochu divný. (*smích*) Takže jsem si ho zkoušel vyrobit. Na Youtube jsem koukal na videa s různými postupy, ale všechny byly v angličtině. Neměl jsem ani páru o tom, jakou ocel použít nebo co s tím vůbec dělat. Postupem času jsem se proklikal na české nožířské fórum, kde už bylo hodně návodů v češtině. To byl zlom, protože jsem mohl komunikovat s ostatními nožíři, radit se a zkoušet.

**Od té doby uplynulo pouhých pět let a už vyrábíte na zakázku.**
Pořád je to jen hobby, kterému se věnuji po škole pro známé a kamarády. Jednou bych se nožům ale moc rád věnoval naplno! Mojí specialitou je semi-custom výroba. Mám vlastní designy, které upravuji na míru budoucímu majiteli. A protože jsem designový fanatik, nedělá mi problém strávit na návrhu i půl roku. Experimentuji s různými druhy oceli a potahováním v kombinaci s jedinečnými materiály střenek a rukojetí. Baví mě to a je jedno, jestli zrovna vyrábím taktický nůž pro kamaráda vojáka nebo kuchyňský pro mamku. Každý nůž, který jsem vyrobil, má svůj příběh.

**Jak vůbec tenhle váš netradiční koníček vzali rodiče? Umím si představit, že maminka asi není nadšená, když její dvanáctileté dítě na ponku brousí nože…**
Mamka je naopak můj největší fanoušek. Takovou podporu bych přál každému, kdo se pokouší v čemkoli prorazit. Kdykoli jsem potřeboval jet na výstavu, vždycky mě odvezla. I kdyby to mělo být na druhé straně republiky. Dokonce mě pustila s kamarády na nožířský sraz na Slovensko. Zařídila mi taky vlastní merch - trička a mikiny s logem.

**To mě zaujalo – v logu máte tučňáka, značka se jmenuje Penguin Knives. Odkud to pramení?**
Tuhle přezdívku mi dali ve skautu, když mi bylo asi sedm. Už ke mně prostě patří, takže to byla jasná volba. Kamarádi nožíři mi dneska ani jinak neřeknou. I po pěti letech, co se známe a jsme fakt blízcí kamarádi, se mě u ohně klidně zeptají: „*hele, Tučňáku, jak se vlastně jmenuješ?*“ (*smích*)

**Jaká jsou vůbec nožíři komunita? Panuje mezi vámi rivalita?**
Ani trochu, nejsme si vzájemně konkurencí, ale spíš inspirací. Je to skvělá komunita nadšenců, převážně armádních veteránů, skautů nebo zálesáků. Řekl bych, že nožířství není úplně typické podnikání. Nůž není jen nějaký nástroj, který si koupíte v Tescu. Nožíři, které znám, dávají do každého nože kus sebe. A tak to mám i já.

> „*Je to skvělá komunita nadšenců, převážně armádních veteránů, skautů nebo zálesáků.*“

**Co byla pro vás zatím největší výzva?**
Získat respekt u profesionálních nožířů. To je vlastně i to, čeho si nejvíc vážím. Je to skvělý pocit, když vás ti borci, na jejichž práci fascinovaně koukáte roky na Youtube, vezmou mezi sebe, a kolikrát si ještě přijdou pro radu nebo inspiraci. Přitom jsem kluk z vesnice s vrtačkou a pilníkem. Dostal jsem se tam, kam jsem ani nedoufal.

**Na čem právě pracujete?**
Shodou okolností mám teď na dílně taky jednu velkou výzvu. Dostal jsem možnost otestovat jádrovou nerezovou damaškovou ocel tzv. Hardcore Futuron – jednu z nejkvalitnějších a nejdražších ocelí na světě. Set, co z ní tvořím, bude doufám světový unikát. Ta ocel je opravdu jedinečná.

**Necháte si je?**
To ne, ačkoli svůj nůž vlastně nemám. V tomhle jsem typická kovářova kobyla. (*smích*) Ale s tímhle konkrétním setem mám jiné plány, věnuji ho do charitativní aukce. Materiál na něj je dost speciální, a tak bude speciální i svým příběhem. Jak jsem říkal, jedná se o Futuron Forge damašek od kapacity v oboru - nožíře Milana Pokorného, ke kterému vzhlížím a je to pro mě opravdu pocta. Dlouho jsem přemýšlel, kam bych vydražené peníze poslal, ale pořád mě nic dostatečně neoslovilo. Pak jsem potkal holčinu, která prodělala rakovinu. Sám jsem po operaci srdce a cítil jsem, že to je ono. Výtěžek podpoří onkologické pacienty.

*Michaela Zumrová, foto: Ondřej Šlambora a archiv*







# HRADEC si pomáhá




## Už máte Hradec v telefonu?




POČÍTAČE DĚTEM

Jsme hrdým partnerem projektu Počítače dětem

**www.hradecsipomaha.cz**



# Nemůžu žít bez...

Zpěvák, moderátor, Hradečák. Bez čeho a koho si už neumí představit svůj život někdejší frontman hradecké kapely Memphis Honza Řičař alias CANN, jehož sólové skladby na Youtube už posbíraly přes 10 milionů zhlédnutí? Tady je jeho sedmička „must have"!

**RODINA:** Před pár lety jsem si udělal v mobilu poznámku, že rodinu chci udržet na prvním místě, i když už nebydlíme spolu. Máme takovou tradici, že se scházíme na nedělní obědy, tak se to celkem daří.

**PŘÍTELKYNĚ:** Poprvé mám vedle sebe člověka, se kterým si umím představit zbytek života. Během karantény jsme spolu začali bydlet a je to jeden z nejlepších životních posunů.

**HUDBA:** Hudbu jsem miloval od mala, ale dlouho jsem se nedokázal odhodlat, abych ji dal na první místo. Nejdřív jsem učil angličtinu, potom vysílal v rádiu a hudbu dělal ve volném čase. Teď každý den vstávám s tím, že jdu dělat to, co miluju.

**BOX:** Když jsem byl malej, chtěl jsem boxovat, ale naši byli proti. Nakonec jsem si k boxu stejně našel cestu. Díky boxu jsem poznal v Hradci lidi, co mají zkušenosti z UFC a elitních soutěží a dali mi přesah do celého života. Ať už jde o jídlo nebo jak se chovat k tělu.

**CESTOVÁNÍ:** Kdysi jsem chodil do hradeckého sboru Boni Pueri. Procestovali jsme doslova celý svět. Na nějakou dobu jsem neměl potřebu cestovat. Nedávno mi to začalo chybět a začal jsem spojovat hudbu s cestováním a díky tomu jsme byli v Dubaji, Londýně nebo New Yorku.

**RUMY A DOUTNÍKY:** Když se potkáme s klukama, otevřeme kvalitní rum, zapálíme doutník a pustíme Franka Sinatru. Jsou to chvíle, které jdou špatně popsat takhle v textu. Jde o jeden z mála okamžiků, kdy nad ničím nepřemýšlím a prostě jsem.

*(red)*
*foto: archiv Jan Řičař*

## CANN

Sólovou dráhu pod uměleckým jménem CANN rozjel Honza Řičař v roce 2018. Znát ho ale můžete z hudební televize Óčko, roky také moderoval na Hitrádiu Černá Hora. Loni vydal své debutové album, koncertuje a věnuje se moderaci soukromých akcí.









# 10 otázek pro...

Jak dobře znáte osobnosti našeho regionu? Pár otázek jsme jim položili za vás v tradiční rubrice Quartieru. Co nám na sebe prozradil rektor Univerzity Hradec Králové, vědec a pedagog Kamil Kuča?

**S čím máte spojené jaro?**
Jaro mám spojené se sluncem a slunce pak s teplem. Ti, kteří mě znají, vědí, že zimní měsíce nepatří zrovna k mým oblíbeným. Dokonce jsem se dostal do fáze, kdy zvažuji, že až nebudu rektorem UHK, rád bych zimní měsíce trávil někde v teple. To, že chmurné zimní měsíce zrovna nemiluji, je ve mně zakořeněno z dob, kdy jsem celé dětství trávil na zimních stadionech a hrál závodně hokej. Navíc mám Bechtěrevovu nemoc a její příznaky se projevují zejména v zimních měsících. Takže jaro a přidám i léto, ve mně evokují kromě konce pochmurného počasí taky květiny, čerstvý jarní vzduch a hřejivé sluníčko, méně bolesti a lepší náladu, zkrátka celkovou vzpruhu.

**Jaký byl váš největší zážitek uplynulé zimy? Na co nejraději vzpomínáte?**
Určitě na svou poslední dovolenou v teple. Dostal jsem ji od své přítelkyně jako vánoční dárek. Původně to mělo být Thajsko, ale s ohledem na tamní nutnou karanténu po příjezdu se destinace musela změnit. Nakonec vyhrála Srí Lanka. V minulosti jsem tam již byl, ale jen na pár hodin během služební cesty. Teď to bylo něco jiného. Teplo, teplé moře (opět s ohledem na mou nemoc bych do studeného moře nešel, tady bylo ovšem jako káva), impozantní fauna a flora. Miluji cizí kuchyně, takže jsem vyzkoušel snad všechny druhy jídel. Co bych asi vypíchnul, tak rozhodně skvělé a srdečné lidi. Opravdu neuvěřitelně mě to nabilo.

**Které cestovatelské místo je vaše nejmilejší?**
Ještě minulý rok jsem měl jasno. Mezi mé oblíbené destinace patřil Singapur a Boston. Každý z jiného důvodu. Singapur díky kráse města, multikulturnosti, bezpečnosti a inovacím, které jdou vidět na každém kroku. Do Bostonu mě přivedla konference, na které jsem přednášel. Dostala mě návštěva MIT, de facto jedné ze tří nejlepších technických škol světa. A při procházkách člověk cíleně zabloudí i na Harvard - asi nejznámější univerzitu světa. V Bostonu mám navíc kamaráda, který je mi profesně velmi blízko, takže s ním konzultuji mnoho svých vědeckých témat. Nicméně v minulém roce mě okouzlilo Španělsko. Konkrétně Barcelona. Po týdnu v tomto velkoměstě jsem věděl, že chci poznat další destinace v zemi. Takže jsem v minulém roce ještě stihnul Alicante a Granadu.

**Jaký je váš největší zahradnický úspěch?**
Tak teď jsem v úzkých. (*smích*) Musím se

přiznat, ač mám víkendový dům s velkou zahradou, nejsem zahradníkem. Se zahradou mi pomáhá sestra a máma. Takže, co se týče zeleniny a ovoce, jsme v době sezóny soběstační. A co nemáme my, získáme jako dar nebo výměnou od sousedů, zkrátka tak, jak to na vsi chodí. S trochou sebeironie bych ale asi mohl říct, že platí přísloví: „Čím hloupější sedlák, tím větší brambory!“ Asi protože svou odborností toxikologa jsem úplně mimo zahradničení, měl jsem brambory na pozemku vždy opravdu velké.

**Na který moment své kariéry nejraději vzpomínáte?**

Asi vás překvapím. Není to získávání titulů, publikování v prestižních časopisech nebo získávání velkých projektů, jak by někdo pravděpodobně čekal. Naopak, velmi rád vzpomínám na své začátky, kdy jsem byl „vědecký pulec“. Všechno to objevování a nejistota. Mnohokrát jsem se spálil, mnohokrát něco pokazil, mnoho kolegů asi i naštval. Možná nejvíc vzpomínám na odesílání svého prvního textu do odborného časopisu. Teď už ode mě každý očekává dané, ale tenkrát to byl pro mě krok do neznáma. Přitom hned ten první rukopis mi vzali! Mnohokrát jsem pak během své vědecké kariéry přemýšlel, co bych dělal, kdyby to dopadlo opačně. Jestli bych vydržel, či bych už dávno vědu nedělal a věnoval se něčemu úplně jinému. Třeba tomu zahradničení! *(smích)*

> *„Byť jsem z Přerova a rád se tam vracím, považuji se za hradeckého patriota.“*

**Jaký je vás největší kulinářský zážitek?**

Je několik restaurací přímo v Hradci Králové, které rád navštěvuji. Myslím, že se mohou srovnávat se světovými podniky, které jsem v životě navštívil. Miluji mořské plody, ale ty si opravdu musí člověk dávat čerstvé, což je pro naši zemi v srdci Evropy trochu nevýhoda. I to umocňuje mou oblibu Španělska. Dva roky zpět jsem také objevil gruzínskou kuchyni, která je mi dost blízká.

**Jaké město v České republice na vás nejvíc zapůsobilo?**

Málo se to o mně ví, já jsem ale v rámci Hradce Králové pěkná „náplava“. Pocházím z Přerova a jsem hrdým absolventem tamního Gymnázia Jakuba Škody. Mou alma mater je VŠCHT v Praze. Do Hradce jsem se dostal až díky vojně a paralelnímu studiu doktorátu. V ten moment jsem se do města zamiloval a dělal vše proto, abych se mu nevzdálil. A to se mi podařilo! Po působení na Fakultě vojenského zdravotnictví, kde jsem byl svého času i proděkanem pro vědu, jsem přešel do Fakultní nemocnice Hradec Králové, kde jsem spoluzakládal a následně vedl dvě centra – Centrum transferu biomedicínských technologií a Centrum biomedicínského výzkumu. Hned od roku 2001, kdy jsem poprvé přijel do Hradce, jsem se s městem a regionem začal čím dál víc seznamovat, až jsem se tu nadobro zabydlel. Hradec Králové mám opravdu rád, a byť jsem z Přerova a rád se tam vracím, považuji se za hradeckého patriota. Hradec je krásně „zelené“ a bezpečné město, baví mě jeho historický ráz v kombinaci s moderními prvky, soutok řek nebo blízkost lesů za městem. Z pohledu rektora mě také baví fakt, že se nám jako univerzitě do města daří ročně přilákat několik stovek mezinárodních studentů a Hradečáci je přijímají opravdu hezky a velkoryse.

**Jaký je váš vztah ke sportu?**

Sport miluji, jako malý jsem se mu velmi aktivně věnoval – osm let jsem hrál hokej. Několik let jsem se věnoval i basketbalu, který dodnes rád sleduji. Zdravotní komplikace spojené s diagnostikovanou chorobou mi ale de facto jakýkoliv aktivní vztah ke sportu v současné době odepřely. Takže o to více sport pěstuji pasivně jako divák. „Aktivního“ pohybu (záměrně dávám slovo aktivní do uvozovek, protože to tak někdo jiný brát nemusí) si užívám alespoň procházkami po lese a houbařením. Když jsou, jak už jsem říkal, teplé bezbolestné měsíce, snažím se hrát rekreačně tenis. A něco málo sportu si užiji se svými dětmi.

**Jaký je váš největší adrenalinový zážitek?**

Tak to vím naprosto přesně. Zvolení rektorem Univerzity Hradec Králové. Dělám si z toho trošku srandu, ale kolegové rektoři a kolegyně rektorky by jistě potvrdili, že je to opravdu pěkně adrenalinová jízda. V době svého zvolení jsem byl nejmladším rektorem v České republice, což jsem cítil jako neskutečný závazek. Ze své pozice musím stavět mosty nejen mezi námi a ostatními institucemi, ale dost často i uvnitř instituce, která zaměstnává téměř 800 lidí a vzdělává přes 6 000 studentů. Nekonečně mnoho schůzek, spánkový deficit, zahraniční výjezdy, péče o vědu, výzkum a výuku na UHK, strategický rozvoj regionální univerzity, mezinárodní projekty a takto bych mohl pokračovat jako ve filmu Na samotě u lesa ve scéně s panem Lorencem. *(smích)*

**Jaká je vaše představa ideálně stráveného volna?**

Volného času vážně moc nemám. A pokud ano, nejradši si užívám klidu s rodinou, s dětmi. Cest si užiji dost pracovních, a to nejen v zahraničí, ale i po republice. Takže jsem rád za trochu pohody s blízkými nedaleko Hradce, kde trávíme víkendy. To si opravdu užívám a je to pro mě veliká vzácnost.

*Michaela Zumrová, foto: archiv*

## Kamil Kuča

Narodil se v roce 1978 v Přerově a vystudoval obor technologie organických látek na Vysoké škole chemicko-technologické v Praze . Je odborníkem na chemii a toxikologii, ze které získal v roce 2012 titul profesor. Na UHK působí od roku 2013, roku 2016 byl jmenován jejím rektorem. Je uznávaným odborníkem, přednáší po celém světě a kromě pedagogické činnosti se stále věnuje také vědě a podílí se taktéž na vývoji nových léčiv – například na Alzheimerovu chorobu.



# Moje místo

Jsou místa, která na vás dýchnou. Místa, která vás chytí za srdce, a potom místa, která se stanou vaší nedílnou součástí. Jakému místu propadla ředitelka Destinační společnosti Východní Čechy Alena Horáková a proč stojí za to se do něj vracet?



**Jaké je vaše nejoblíbenější místo a čím si vás získalo?**

Tahle otázka pro mě není vůbec jednoduchá, protože cestování je nejen mým koníčkem, ale i celoživotní profesí. A proto vybrat pouze jedno nejoblíbenější místo je pro mě docela oříšek. Využívám každého volného dne k tomu, abych objevila něco nového nebo se vrátila tam, kde to mám ráda. Jedním z míst, které mě okouzlilo a kde se vždy ráda zastavím, je východočeská Litomyšl. V zahraničí dávám přednost místům, která nabízejí kombinaci moře a hory, relax a poznávání. A to stoprocentně splňuje portugalský ostrov Madeira nebo pro nás dostupnější jižní Dalmácie. Ze světových metropolí jsem dlouhodobě zakoukaná do Paříže, kam se vydávám poměrně často.







**Vzpomenete si ještě na jejich úplně první návštěvu? Kdy to bylo a jaké vzpomínky to ve vás nechalo?**

Na první návštěvu Litomyšle si nevzpomínám, vzhledem k tomu, že ji mám kousek od domova, tak to bylo asi někdy v raném dětství s rodiči. Litomyšlský zámek mi vždy připadal impozantní a na dlouhém náměstí se mi jako dítěti líbilo podloubí, které propojovalo jednotlivé domy, obchůdky a cukrárnu se zmrzlinou. Když jsem poprvé přiletěla na Madeiru, přišlo mi, že jsme omylem přistáli někde na pacifickém tropickém ostrově. Bylo to v květnu, kdy po vydatných zimních srážkách Madeira rozkvétá a voní. Vycházky do hor podél zurčících levád, ohromující výhledy na oceán a k večeři za odměnu místní ryba espada a vinho verde, na to nezapomenete. V Dalmácii jsem byla prvně ve studentských letech a poznávala ji tím typickým způsobem pro tento věk – spaní ve spacáku venku, žádné plány, ale debaty a víno s místními, vůně borovic, chuť čerstvě natrhaných fíků a naprostá svoboda. A pro mě je tenhle kus světa druhým domovem právě proto, že Dalmácii a místní znám trochu jinak než plážoví rekreanti. A Paříž? To byl sen od dětství, kvůli kterému jsem se začala učit francouzsky a vyrazila tam hned, jak to bylo možné. Našlapala jsem v ní kilometry a kilometry pěšky, tehdy bez Google maps v telefonu, jen s tisíckrát přeloženou papírovou mapou a snažila se vstřebat všechny ty úchvatné památky, o kterých jsem předtím jen snila.

**Co si tam žádný návštěvník nesmí nechat ujít?**

V Litomyšli nelze minout Zámecké návrší s renesančním zámkem zapsaným již před více než dvaceti lety na Seznam UNESCO. V zámeckém areálu se také nachází v bývalém pivovaru rodný byt Bedřicha Smetany. Na celé návrší je nádherný pohled z terasy piaristického chrámu Nalezení sv. Kříže, který přímo navazuje na Klášterní zahrady, ty jsou obzvlášť v letních měsících místem relaxace místních i turistů. Na trávníku se můžete líně povalovat za dohledu soch Olbrama Zoubka. A rozhodně si nenechte ujít hudební festival Smetanova Litomyšl, který se koná dva týdny začátkem léta v historických kulisách zámeckého nádvoří a dalších kouzelných míst. Být na Madeiře a nejít procházku nebo túru kolem některé z levád, to si neumím představit. Levády jsou zavlažovací kanály, které byly vybudovány za účelem svedení vody z vlhkého severu na suchý jih. V současné době se využívají hlavně jako turistické trasy vedené jedinečnou přírodou. V Dalmácii je mnoho míst, která jsou svým způsobem jedinečná, Diokleciánův palác ve Splitu, který není dokonalou římskou památkou, ale místem ve kterém se žije, divoká řeka Cetina, na které si užijete adrenalinový rafting nebo klidnou projížďku lodí těsně před tím, než se v Omiši vleje do moře. Ostrov Vis, kde se zastavil čas a kde je nejteplejší moře celého Jadranu, ostrov Brač, kde se těží po staletí bílý kámen, z kterého je postaven Bílý dům ve Washingtonu nebo parlamenty ve Vídni a Budapešti.

Paříž lze vychutnat i jinak než na klasických turistických hitech jako je Eiffelovka nebo Louvre. Vřele mohu doporučit Latinskou čtvrť s vyhlášenými i neznámými kavárnami, trhy, botanickou zahradou, Sorbonnou, Pantheonem a oázou klidu v srdci Paříže, Lucemburskou zahradou.

**Je něco s čím se vyplatí odtud odjet?**

Z Litomyšle odjíždíte s pocitem, že to město dostalo do vínku zvláštní atmosféru, zvláštního ducha, které sem přitahovalo vždy umělce a zajímavé osobnosti. Je to město kulturní, historické a moderní zároveň. A navíc tu na náměstí koupíte famózní čokoládové pralinky! Z Madeiry se vracíte s pocitem, že z těch 2400 km levád jste neprošli skoro nic a že je nezbytné se co nejdřív vrátit, možná do batohu přibalíte láhev ponchy (tradiční alkoholický nápoj z aguardente de cana, medu, cukru a pomerančového nebo citronového džusu). Dalmácie vám může vonět doma po celý rok éterickým levandulovým olejem a bez bračského olivového oleje si už nebudete umět představit oblíbený salát. A z Paříže si přivezete pravý francouzský savoir vivre. Ať vám dlouho vydrží!

**Co je podle vás ten největší argument/důvod, proč se na místo vrátit?**

Na všechna místa, o kterých jsem se zmínila, se vracím proto, že mě vždy něčím dokáží překvapit a potěšit. Cestováním poznáváme nové přátele i sami sebe, získáváme zkušenosti, poznatky a hlavně životní nadhled..

*(red)*
*foto: archiv Aleny Horákové*



# Rozkveťte s čočkami

Doba covidová měla přece jen jedno pozitivum – zvedla zájem o kontaktní čočky. Už žádné zamlžené brýle, zato neomezené zorné pole a pohodlí bez kompromisů, které oceníte nejen při sportu. Uvažujete o jejich nošení i vy? Zeptali jsme se dlouholeté kontaktoložky a oční lékařky MUDr. Jitky Kalinové z Esvisu, na co si dát při výběru pozor a jaké jsou v oblasti kontaktních čoček svěží novinky.

Sférické, tórické, bifokální, multifokální. Vítejte v džungli různých typů kontaktních čoček, ze které vás vyvede jen a pouze zkušený kontaktolog a oční lékař v jednom. Vydávat se do jejích hlubin na vlastní pěst se totiž nevyplácí, nechcete-li riskovat svůj drahocenný zrak. Ačkoli se podle Jitky Kalinové z aplikační sítě Esvis, která funguje při očních ordinacích Visus v Královéhradeckém kraji, informovanost pacientů v čase zvyšuje, pořád je třeba postupovat obezřetně. *„Je pravda, že v posledních letech přichází do ordinace erudovanější pacienti, bohužel nejčastěji čerpají z internetu, kde koluje mnoho nepravdivých informací. Konzultace s odborníkem je nutná vždy, protože jen lékař dokáže určit správnou korekci a typ vhodných kontaktních čoček,“* potvrzuje MUDr. Jitka Kalinová, která v oboru působí přes 20 let.

## LÁSKA NA PRVNÍ NASAZENÍ?

Stejně jako u všech začátků, i první dny s čočkami mohou být náročnější. Je potřeba

nacvičit správnou manipulaci, hygienické i bezpečnostní zásady jejich nošení. S tím vším vám ale pomohou právě v Esvisu na úvodní aplikační prohlídce. Máte také jedinečný prostor doptat se na všechny otázky včetně těch ryze praktických zahrnujících dennodenní nošení. „*Klienti se často ptají, zda mohou v čočkách spát. V současnosti již existují silikonové hydrogelové čočky, které umožňují kontinuální nošení, ačkoli i tyto vyžadují bezpodmínečnou konzultaci s kontaktologem. Osobně toho nejsem zastáncem, protože i oči si potřebují odpočinout. Nosili byste snad jedny ponožky několik dní za sebou?*“ doplňuje s nadsázkou MUDr. Jitka Kalinová.

Stejně jako všude jinde, pokrok neusnul na vavřínech ani v oblasti kontaktních čoček, a tak se výrobci utěšeně předhánějí v tom, kdo přijde na trh s větší novinkou. Můžete se tak setkat s čočkami blokujícími UV záření nebo multifokálními čočkami, které korigují tzv. presbyopii – tedy přirozené stárnutí oční čočky, která se projevuje zhoršenou schopností střídavě ostřit na dálku a na blízko. „*Multifokální čočky jsou u pacientů čím dál oblíbenější. V Esvisu zájemcům nabízíme jednorázové vzorky na vyzkoušení,*“ potvrzuje lékařka.

## PRAVIDELNOST NADE VŠE

Stejně jako v případě pravidelné výměny je nasnadě i pravidelná návštěva pro kontrolu vašeho zraku. Na tu je ideální zajít jednou za půl roku. Při té příležitosti si v Esvisu rovnou vyzvednete nové čočky na další měsíce používání, v rámci věrnostních programů je navíc pořídíte za výhodnější cenu. „*Ačkoli se kontaktní čočky stávají finančně dostupnější, pořád nejde o úplně levnou záležitost. Snažíme se proto ve spolupráci s našimi dodavateli vytvářet pro naše pacienty finančně sympatické věrnostní programy. Ať už jde o výhodné balíčky čoček nebo ekonomických balení roztoků či páry jednodenních kontaktních čoček zdarma pro případ náhlé potřeby, jako je třeba dovolená nebo návštěva vodního světa s dětmi,*“ vypočítává lékařka. Takové výhody budete jen těžko hledat u e-shopů, kde jste doteď (možná) hojně objednávali. U internetových objednávek čoček také riskujete nejasný původ zboží. Jako zákazník nemáte kontrolu, jak dlouho a v jakých podmínkách byly čočky skladovány, ani si dopředu nezkontrolujete datum jejich expirace. I v tom tkví výhoda komplexní péče sítě Esvis.

> „*I oči si potřebují odpočinout. Nosili byste stejné ponožky několik dní?*“

Hledáte ve svém nabitém programu skulinku na objednání? Neváhejte, prevence je alfou a omegou zdravého těla i duše! Síť aplikačních center Esvis funguje na 7 místech ve východních Čechách – konkrétně v Hradci Králové, Polici nad Metují, Kostelci nad Orlicí, Náchodě, Dobrušce, Opočně a Úpici. Jejich tým tvoří zkušení lékaři známé sítě očních pracovišť Visus s víc než 30 let dlouhou tradicí. Vstupní prohlídka u nich v ambulanci vyjde na 500 korun a budete-li chodit na pravidelné prohlídky, všechny další máte zdarma.

*Michaela Zumrová*

inzerce




**ŠPIČKOVÁ PÉČE V APLIKACI KONTAKTNÍCH ČOČEK**
VE VÝCHODNÍCH ČECHÁCH!

OBJEDNEJTE SE NA VSTUPNÍ PROHLÍDKU. TĚŠÍME SE NA VÁS V ORDINACÍCH VISUS

| Hradec Králové | Náchod | Dobruška | Kostelec nad Orlicí | Opočno | Police nad Metují | Úpice |
|---|---|---|---|---|---|---|
| E. Beneše 1549 | B. Němcové 738 | Pulická 99 | Pod Branou 331 | Dobrušská 356 | 17. listopadu 291 | Bratří Čapků 773 |
| 774 163 743 | 722 944 821 | 722 945 027 | 494 323 737 | 722 947 935 | 777 163 788 | 722 949 811 |

VISUS ESTELA estetické laserové centrum ESVIS

Značka Esvis je dceřinnou společností firmy VISUS. Oddělení VISUS spol. s r.o. v Polici nad Metují bylo prvním soukromým očním lůžkovým zařízením v České republice.
Naše zařízení zahájilo činnost v lednu 1993 svojí ambulantní částí a v lednu 1994 i lůžkovou částí s operačním sálem.
Od ledna 2010 je operační část přemístěna do rekonstruovaných prostor polikliniky v Náchodě.

# Poslední večeře: tak chutná doma

„Nejíme proto, abychom žili, ale žijeme proto, abychom jedli." Ano, skutečně v tomto pořadí hledí na svět všichni milovníci dobrého jídla a pití. Jejich cesty řídí chuťové buňky, touha po připomenutí známého i poznávání nového. Za zážitky u prostřeného stolu neváhají vážit dlouhou cestu, ale dobře znají i kvalitu, která se skrývá hned za rohem. Kdyby se měli rozhodnout, kde si dopřát svou poslední večeři, možná by věděli hned a možná by dlouze váhali. Patříte-li mezi gurmány k těm druhým, vezme vás Quartier v každém vydání do bistra, restaurace či baru, za které dává celá redakce ruku do ohně.



Pokud pro vás babiččina kuchyně byla tou, na kterou vzpomínáte nejradši, jestli vaše léto voní po meruňkových knedlících a dáváte-li přednost poctivému a kvalitnímu jídlu před načinčaným talířem, na kterém je však nouze o skutečnou radost z jídla, pak – jste na tom stejně jako my.

A proto byste neměli litovat poněkud delší cesty z našich poklidných východních Čech směrem na severozápad do divukrásného kraje na pomezí Českého Švýcarska a Lužických hor. Cesta to nebude ani krátká, ani snadná, protože zdejší úzké a klikaté silničky, které tu v zásadě vedou buď z kopce, nebo do kopce, dají zabrat i zkušeným řidičům. Když ale překonáte těch přibližně 150 kilometrů, čeká vás odměna. Ta spočívá nejprve v tom, že se před vámi otevře nádherná krajina, kde mezi pískovcovými zázraky opouští Labe zelení hlubokých údolí Česko. Druhou odměnu jsme objevili ve vesničce Dolní Chřibská, jejíž chaloupky odkazující na dávné německé osídlení jsou rozesety na úpatí kopečků, podél říčky a na dohled lesu. Skoro až na konci najdete usedlost Na Stodolci, která je ve zdejším ráji přírody sama rájem odpočinku a dobrého jídla.

Když si herec Svatopluk Beneš, ztělesnění prvorepublikových filmových elegánů, ve třicátých letech vyhlédl chalupu v Dolní Chřibské, okouzlil ho prý hlavně zdejší klid a liduprázdná krajina. Jezdil sem odpočívat a trochu i utíkat před lidmi. Je trochu paradox, že dnes, kdy zde jeho vnučka Tereza se svou rodinou provozuje penzion s restaurací, jezdí sem za klidem a pohodou tolik lidí, že sehnat volný stůl je v sezóně umění. Natož pak pokoj. Tak moc vyhlášená je restaurace Na Stodolci, kterou proslavilo kouzlo starých časů a hlavně jídlo, za kterým stojí zato urazit tu dlouhou cestu. A vůbec nejlepší je nevážit ji jen na jeden oběd nebo večeři, ale zůstat déle. Jen tak ochutnáte víc než jedno či dvě jídla z nabídky, ze které jsme i my měli problém vybrat. A tak jsme zůstali ne den nebo dva, ale rovnou týden. Požívali jsme tak privilegium volit si nejméně dvakrát denně ze stálého i proměnlivého menu, které je skutečnou esencí kvality, domáckosti a poctivosti. Vsadili tu řemeslo, na maso i další produkty místních producentů i na vlastní pivo – Stodoleckého lišáka, kterého pro ně vaří v krásnolipském pivovaru Falkenštejn.

Něco tak zdánlivě snadného a obyčejného, jako je hovězí na česneku s bramborovým knedlíkem a špenátem tu dostává nečekaný rozměr. Porce je poctivá, stejně jako všechno na talíři. A že i talíř vypadá stejně jako ten, ze kterého jste obědvali o prázdninách u babičky, netřeba dodávat. Řeklo by se, že větší gastronomickou nudu než řízek s bramborovým salátem nejde vymyslet, ale tady dostanete dva křupavě vypečené měkké řízečky a k nim salát, jaký si nezadá s vaším vánočním. Pokud chcete jen něco menšího k pivu, zvolíte třeba párky od lokálního uzenáře s poctivým domácím chlebem, a ani v tomto případě se zklamání nekoná. A stejné je to u tataráku tak jemné konzistence, že si těžko lze představit ještě jemnější. Zvláštní místo v našem srdci si získaly zdejší meruňkové knedlíky, které tu mají početné fanoušky nejen mezi dětmi. Ať vyberete cokoliv, můžete se z plného talíře těšit u kachlových kamen v restauraci, případně na prosluněném dvorku s téměř barvotiskovou idylickou kulisou.

> „Není potřeba stydět se za to, o čem víme, že je to dobré.“

Zklamalo vás, že se Na Stodolci nekoná vysoká gastronomie? Ale koná. Jen tu správně pochopili, že její tajemství se neskrývá v cizojazyčných názvech, talířích aranžovaných pinzetou a sterilním prostředí. A že není potřeba stydět se za to, o čem víme, že je to dobré. Jen je potřeba to dělat správně a poctivě.



Na Stodolci získáte snadno pocit, že je vám tu tak dobře, že byste tady snad mohli být i doma. Chytání slunečních paprsků na zápraží, vůně rozkvetlé zahrady. Je snadné zavřít tu oči a otevřít je, až se ozve hlad. Nebo chuť. A ta se nám ozývala skutečně často. Chutnalo nám tu jako… doma.

*Emil Stelinger*
*foto: archiv*

## Poslední večeře

je o restauracích, barech a bistrech nejen z východních Čech, kde stojí za to jíst. Máte tip? Nebo restauraci? Napište nám na redakce@quartiermagazin.cz







# Sion

# ŠKOLY A DDM

to nejlepší pro Vaše děti




**sion.cz**

*každé z dětí je u nás*

# TÍM NEJDŮLEŽITĚJŠÍM

Zaměřujeme se na jejich talenty, nadání i rozvoj charakteru.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Chceme, aby se studenti rozvíjeli všestranně.

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

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

Sion Mateřská škola
Škola, která má ráda děti

Sion Základní škola
SiON ELEMENTARY

Sion High School
Gymnázium a pedagogická SŠ

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




***Před 135 lety se ve východočeském Hronově narodil Josef Čapek.*** *Český malíř, grafik, novinář a ilustrátor žil spolu s bratrem Karlem a sestrou Helenou v Malých Svatoňovicích u Trutnova a poté v Úpici. Pracoval v Národních listech, později v Lidových novinách a ve třicátých letech vedl magazín Světozor. Napsal a nakreslil i stále populární dětskou knížku Povídání o pejskovi a kočičce či Devatero pohádek. Ve výtvarné sféře tvořil obrazy, grafiky, knižní obálky nebo karikatury, které dodnes patří k nejdražším draženým dílům v Česku. Na snímku jeho autoportrét Mr. Myself z roku 1920. Jako hlasitý odpůrce fašismu byl v září 1939 zatčen gestapem a vězněn v koncentračních táborech. Na sklonku války v dubnu 1945 zemřel v Bergen-Belsenu v Dolním Sasku.*

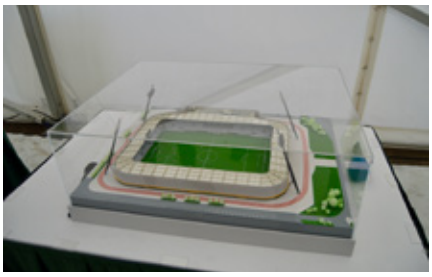
# Stalo se na východě Čech

Zima byla nejen na východě Čech plná událostí, na které jen tak nezapomeneme. Některé z klíčových okamžiků uplynulého čtvrtletí dokonce dominovaly zpravodajskému výběru republikových médií. Šest z nich si připomeňte spolu s námi v pravidelné rubrice Quartieru.



## POHÁR JE DOMA!

Hradečtí hokejisté pod vedením kapitána Radka Smoleňáka přepsali historii, když v březnu senzačně zvedli nad hlavu Prezidentský pohár pro vítěze základní části extraligy! Triumf na domácím stadionu v Hradci nad týmem Litvínova 3:0 tak tentokrát chutnal ještě o něco sladčeji. Gratulujeme a přejeme mnoho štěstí do dalších bojů!



## STADION UŽ ROSTE

Malšovický stadion v Hradci Králové píše další kapitolu svého příběhu. Koncem února se rozjela hrubá stavba nového sportovního a kulturního svatostánku. Za její zdárný průběh se pomodlil hradecký vikář Jan Paseka a slavnostní výkop byl svěřen mistru ligy z roku 1960 v dresu Votroků Ladislavovi Pokornému. Ta ať hezky roste!



## KOČÁRKOVÉ UNIKUM

Na zámku v Rychnově nad Kněžnou bylo v lednu pořádně rušno. Unikátní sbírka 80 kočárků se stěhovala do druhého patra, kde sídlí výstavní prostory místního muzea. Jedinečná expozice, která odhalí kočárky loutkové, dětské sportovní i hluboké, dvojkombinace, trojkolky i saně včetně unikátu z roku 1860, budete moci navštívit koncem dubna.



## ZPÍVAJÍCÍ LÍPA V TELECÍ

Přes 700 let stará Lukásova nebo také Zpívající lípa je ozdobou obce Telecí na Svitavsku a jako loňský vítěz ankety Strom roku nyní bojuje i o evropský titul. Mohutný strom s úctyhodným kmenem o průměru dvanácti metrů podpořily děti z místní základní školy hned v úvodu hlasování a pro štěstí přišly do školy v zeleném oblečení. Výsledky ankety budou vyhlášeny 22. března. Držíme palce!



## BROUMOVSKÉ KOSTELY SLAVÍ

Soubor jedenácti kostelů na Broumovsku, převážně z pera architektů Kryštofa a Kiliána Ignáce Dientzenhoferových, bude v létě s konečnou platností vyhlášen národní kulturní památkou. Broumovská skupina kostelů vznikla v první čtvrtině 18. století a je unikátní jak svou samotnou stavbou, tak jedinečným umístěním v krajině, kterou přirozeně doplňuje.



## NOVÝ „AUTOBUSÁK“

Vypadá to, že výstavbě zbrusu nového Terminálu B v Pardubicích už nestojí nic v cestě. Obyvatelé blízké bytovky, která bude muset budoucímu „autobusáku“ udělat místo, se po vleklých tahanicích dohodli s radnicí a odstěhují se. Terminál B naváže na terminál městské hromadné dopravy před pardubickým hlavním nádražím a vyjde na bezmála 130 milionů korun.

# Zzzima byla!

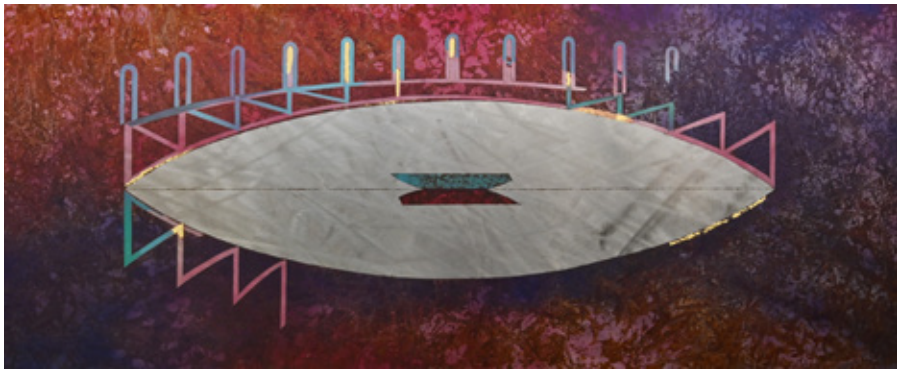
Strávit zimu pěkně za pecí? To není nic pro nás Východočechy! Jakmile epidemiologická situace dovolila, vyrazili jsme ven a zároveň dovnitř – na výstavu, okružní jízdu, masopust i jedny kulaté narozeniny. Chyběli jste? Mrkněte alespoň na fotky!



## MAGICKÁ JÍZDA LINKY 2

Dvojka, kam se podíváš! Únorové magické datum 22. 2. 2022 si nenechal ujít ani Dopravní podnik Hradec Králové a uspořádal jedinečnou noční jízdu městem. Do provozu vypravil autobusovou legendu KAROSU B 732.1654 č. 202. Autobus linky č. 2 z roku 1993 vyjel z Terminálu hromadné dopravy přesně ve 22:02 a kopíroval současnou trasu hradecké „dvojky“. Magickou jízdu Hradcem si vychutnal plný autobus nadšenců.



## VÝSTAVA MOSTY – VEKY – KONĚ

Umělecký kovář, výtvarník, textař a hudebník Tomáš Misík, mimo jiné autor plastiky Alexandra Pura na Malém náměstí v Hradci, přivítal nový rok autorskou výstavou v kavárně a galerii Artičok. Plejáda plechových obrazů vznikla na motivy hradeckých mostů, koní, vek a jedné plešaté zpěvačky. V rámci vernisáže bylo jedno z výtvarných děl vydraženo a výtěžek putoval na charitativní Tříkrálovou sbírku.



*skupina Olinblek, zleva Petr Šilhánek, Tomáš Misík a Max Vlček. Foto: Martin Misík*



## NAROZENINY „AQUARKA“

První březnový víkend se v restauraci Aquarium nesl ve znamení oslav. Oblíbený podnik v Hradci Králové totiž funguje už kulatých 10 let! Při takové příležitosti samozřejmě nemohlo chybět dobré jídlo a pití, live cooking show i vystoupení saxofonisty a zpěváka Davida Kangase. Jedním z lákadel byla ochutnávka jedné z nejchutnějších mořských ryb vůbec - platýse neboli halibuta v úpravě šéfkuchaře Miroslava Barcíka.







## MASOPUST V SEZEMICÍCH

Tradiční masopustní průvod si nenechali ujít nadšenci v Sezemicích na Pardubicku. I když předposlední únorový víkend řádně foukalo, sluníčko si říct dalo, a tak na sebe báječná atmosféra plná dobrého jídla a pití nenechala dlouho čekat. Místní také zase jednou dokázali, že to v obci zkrátka žije!

*inzerce*




FRANCE CAR Hradec Králové – Pardubice www.francecar.cz


1861

# Houževnatý Trutnov

Čechy krásné, Čechy mé! Duše má se touhou pne, kde ty naše hory jsou zasnoubené s oblohou? Přidejte k Čechám v textu této známé lidové písně přívlastek východní, a pořád vám bude na rtech zpívat pravda! Quartier představuje další seriál, tentokrát o ikonických městech východočeského regionu, která nám závidí široko daleko. Zastávka šestá: houževnatý Trutnov.



V srdci trutnovské pahorkatiny, na úpatí Krkonošského podhůří, podél toku řeky Úpy. Právě tam se rozkládá Trutnov. Přibližně třicetitisícové město, součást rodiny věnných měst českých královen opředené pověstí o ohni dštící bestii, zkoušené plameny i velkou vodou a navždy poznamenané lítými boji husitů, Švédů a Prusů.

## UTĚŠENÁ NIVA

Název města pravděpodobně pochází z německého „truten ouwe“, v překladu „utěšená niva“. Některé prameny tvrdí, že ho tak předci pojmenovali na počest rytíře z Truta, který byl podle pověsti mocným pokořitelem zlověstného draka. Ten údajně přebýval v okolních lesích a bránil v osidlování země kolem úrodné říční nivy. Udatný rytíř Albrecht však vymyslel past, do které draka vlákal, a nakonec ho v jeho vlastní sluji nechal udusit hustým kouřem. Ať už byly okolnosti úspěšného osídlení dnešního Trutnova jakékoli, faktem zůstává, že první písemná zmínka o městě pochází z roku 1260, konkrétně z listiny Idíka z Úpy z rodu Švábeniců. Ti jsou historiky považováni za zakladatele Trutnova, ačkoli tehdy se mu říkalo právě Úpa. Prapůvodně ji podle všeho ustanovili o kousek dál, v místech dnešní městské části Horní Staré Město. Lokalita však dlela v silně záplavové oblasti, a tak jej nakonec přestěhovali na blízké návrší.

## VĚNNÉ MĚSTO

Dlouho však nově založená osada v rukách rodu nezůstala, už roku 1301 se rychle rostoucí město stalo královským majetkem, když ho koupil král Václav II. To je klíčový okamžik, neboť právě za dob vlády tohoto panovníka získávají vybraná města status věnných a slouží jako vedlejší příjem chotím mocných monarchů. Původně se jednalo o Hradec Králové, Chrudim, Vysoké Mýto, Poličku a Jaroměř – začátkem 14. století přibyl ještě Mělník (a o zhruba dvě stě let později také Nový Bydžov). Čas Trutnova přichází v tomto směru v roce 1399, kdy král Václav IV. věnoval toto území své manželce Žofii. Ta je korunována následujícího roku a od té chvíle je i Trutnov právoplatným věnným městem.

> *„Sídlila tu ve své době největší přádelna lnu v celé Evropě.“*

Moc dlouho si ovšem nově nabytého statusu v klidu neužil, roku 1421 do města přitáhla husitská vojska a Trutnov dobila. Vojáci tu vypálili řadu budov včetně kláštera a hrad převzal husitský hejtman. V roce 1434 stálo město po jejich boku i v památné bitvě u Lipan. Po drtivé husitské porážce Trutnov spadl do klína manželce – vdově po císaři Zikmundu Lucemburském Barboře Celské. Její „vláda“ však trvala pouhé čtyři roky, poté se město v průběhu let v rámci zástav střídalo v rukou mnoha různých majitelů. To se obyvatelům pochopitelně příliš nelíbilo, s každým novým pánem přicházela nová pravidla a dost často i nová forma útlaku. Do boje za práva Trutnova se v roce 1535 vložila i královna Anna Jagellonská, za necelou dekádu jeho správu převzala a vybavila jej novými právy. Stejně jako v mnoha okamžicích v minulosti i teď musíme zmínit, že se z této euforie místní dlouho netěšili. Jelikož bylo město zataženo do povstání proti císaři, byl mu nový status v roce 1547 odebrán a opět bylo na dlouhá léta zastavováno.

Trutnováky přesto tato „staronová“ situace nezlomila. Naopak zažívali nebývalý hospodářský růst. Postupně bylo vydlážděno náměstí a zaveden vodovod, v roce 1549 se začal stavět městský pivovar a od roku 1580 město přebírá pod svou správu také špitál. To už kolem městských bran vyrůstají první předměstí a uvnitř hradeb stojí na 150 domů. Koncem století Trutnov získává ještě zámek, ovčín, papírnu a dva mlýny.



## DOBA POBĚLOHORSKÁ

Slibný rozvoj města přerušuje prohraná bitva na Bílé hoře. Trutnovu je zkonfiskován zámek a v roce 1642 proráží městské brány švédská armáda, která jej nemilosrdně vypálí. O pět let později se nájezdníci ze severu vrací znovu, aby dílo zkázy dokonali. Poboří zámek a opouštějí zcela vydrancovaný pás země. Aby toho nebylo málo, přichází v roce 1680 morová epidemie, která na dvacet let paralyzuje místní život. O necelé století později vyvolávají další vášně selské rebélie.

Naději přináší průmyslová revoluce, která ve městě po roce 1840 nastupuje v plné síle. Roku 1858 otvírá Faltisova továrna – ve své době největší přádelna lnu v celé Evropě. To akceleruje zdejší podnikatelské klima a po těžkých letech zažívá město konečně další vlnu rozkvětu. Jak už vás ale asi nepřekvapí, stačil jen krátký nádech, aby město opět čelilo řadě katastrof.

## BITVA U TRUTNOVA

Rok 1861 je ve znamení mohutného požáru. Trutnov ve svých dějinách vyhoří už potřinácté, přičemž tentokrát zmizí v plamenech na 90 procent města. Městské brány a část hradeb jsou kvůli tomu zbořeny, aby posloužily jako stavební materiál na obnovu města. Zdá se vám, že je nějak dlouhý klid zbraní? Nenechte se mýlit, jen pět let nato přitáhnou k Trutnovu prusko-rakouská vojska. Nedaleko jeho hranic se posléze odehrála jedna z největších bitev prusko-rakouské války a zároveň jediná, kterou Rakousko za celou dobu konfliktu vyhrálo.

> *„Do boje za práva města se vložila i Anna Jagellonská.“*

Po válce se město opět probouzí k životu, je postavena plynárna, železniční nádraží a také divadlo. Závěr století je však ve znamení další katastrofy – monstrózní povodně, která si vyžádá mnoho mrtvých, strhne veškeré mosty ve městě a řadu domů. Dějinná neštěstí pak pomyslně vrcholí po mnichovské dohodě, kdy v roce 1938 dochází k obsazení pohraničí, tzv. Sudet Němci a postupnému vyhnání českého obyvatelstva. Nacisté tehdy v Trutnově vypálili synagogu, zničili židovský hřbitov a až do konce války připojili většinu oblasti k Říši.

## SILNĚJŠÍ NEŽ KDY DŘÍV

Jestli ale tohle město něco opravdu umí, je to zvednout se a stát se vztyčenou hlavou. V současnosti je Trutnov jedním z vyhledávaných turistických cílů, centrum města je městskou památkovou zónou a jeho jméno se naučili vyslovovat daleko za našimi hranicemi i díky slavnému hudebnímu festivalu TrutnOFF. Ten se sice před dvěma lety přestěhoval do Brna, i tak ale město skýtá spoustu důvodů, proč do něj nejen na jaře vyrazit. Rozhodně nevynechejte pozdně barokní kostel Narození Panny Marie, Krakonošovu kašnu na náměstí, nádherné městské sady nebo blízkou rozhlednu Elišku na Stachelbergu.

Nedivte se, že jsme Trutnovu přisoudili přívlastek houževnatý. Jak lépe charakterizovat město, které toho v minulosti tolik ztratilo, tolikrát bylo sraženo na kolena, ale vždycky dokázalo vstát z popela a začít znovu. Skoro by se slušelo říct, že bojovalo jako drak, kterého má díky staré pověsti dodnes ve znaku. Tak na Trutnov, nezdolné město plné neohrožených lidí, které ještě neřeklo poslední slovo!

*Michaela Zumrová*
*foto: archiv*







# Jen rozkveť, jaro!





# Zdraví ze svěží lékárny

Příroda slaví jaro, ale vy pořád necítíte příval energie? Třeba vám chybí vitamíny a léčivé poklady kvetoucí přírody, kterou vás provedeme. Poznáte jarní sklizeň 21. století, blahodárné účinky bylinek, zaženete jimi protivné neduhy, naučíte se dělat fialkový peeling, sedmikráskový toner na pleť i zásoby na horší časy.

## PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA OTEVÍRÁ

Možná ani netušíte, že vám za domem rostou léčivky ve své přirozené podobě a získáte je bez chemie, placení i pěstování. Jen se jejich růst, výkvět a sběr různí podle počasí a místa výskytu. Ale protože jsme si vloni udělali průzkum, dáme vám teď přehled na každý jarní měsíc. Budete vědět, co se sbírá a na co můžete rostlinky využít. Pak už jen stačí vyjít ven a zavrtat se do rozkvetlé a voňavé krajiny s nůžkami a plátěným sáčkem.

### TIP redakce:

Jarní sklizeň je nejlepší za časného rána, a tak popadněte termosku s kávou, sluchátka s oblíbenou hudbou nebo se rovnou zaposlouchejte do ranních árií ptáků. Koncert začíná okolo šesté, kdy jsou bylinky svěží, zavřené a sluníčko z nich neždíme sílu. Ta čeká na vás.

## BŘEZEN, PRO KOPŘIVY LEZEM

Země je prochladlá, ale přece se zelená. Z keřů už koukají první poupata a ve vzduchu je cítit voda. To se hlásí začátek bylinkářských žní. Slunce sílí a nabíjí jarní květy, zelené dobroty a mladé rostlinky, které si razí cestu k vám. A mezi všemi kraluje KOPŘIVA DVOUDOMÁ. Sice bodá a sečete ji, protože v trávníku nemá co dělat, ale tělo ji miluje. Kopřiva je totiž bohatá na léčivé látky od kořenů až po květy, které by se měly trhat oproti ostatním bylinám na slunném místě.

Nejlepší je čerstvá, proto se nezdráhejte a hned ze zahrady operte listy, vhoďte je do horké vody s medem a vychutnejte si účinky jarního čaje. Úplně první rostlinky mladých kopřiv jsou plné vitamínu C, hořčíku a také chlorofylu. Ten zvyšuje produkci hemoglobinu, hojí rány a popáleniny, podporuje imunitu a pomáhá s hubnutím. Tak už vaříte vodu na čaj? Pokud si netroufáte na specifickou chuť, zkuste svěží salát s kořením nebo tradiční omeletu.

### Kopřivová omeleta = ranní dávka zdraví

*2 vejce, hrst nasekaných mladých kopřiv, proužek másla, smetana dle chuti, sůl, pepř*

Až bude vajíčko na pánvi, posypte ho čerstvou kopřivou a podávejte.



Když vyčuhují kopřivy, začne se klubat i MEDVĚDÍ ČESNEK. Voní po něm celý les a prý má sílu, že by postavil na nohy i medvěda po zimním spánku. Míšani si jím čistí žaludek, střeva a krev, čímž zahajují jakousi detoxikační kúru. Na co už ale medvědi nemyslí? Na perfektní omlazující účinky.

Nejúčinnější je zasyrova, tak co si připravit výrazné pesto, které máte do 10 minut hotové? Potřebujete pár drobností a čerstvý medvědí česnek, jen listy nezaměnit s konvalinkou. Česnek totiž roste ve stinných hájích a vlhku stejně jako konvalinky. Ovšem u česneku listy vyrůstají ze země samostatně, kdežto u konvalinky rostou ze společného stonku. Květy česneku jsou oproti kulatým konvalinkovým spíš hvězdicové. A posledním rozdílem je vůně. Konvalinkám voní pouze květ, kdežto česnek voní celý.

### Pesto z medvědího česneku

*medvědí česnek, sůl, pepř, oříšky dle chuti a případné alergie, tvrdý sýr na strouhání, olivový olej*

Rozmixujte a pestem naplňte malé sklenice. V lednici vydrží i týden.



> *„Medvědí česnek čistí krev, zažívání, snižuje tlak a tlumí úzkosti.“*

Hned za kopřivami se ozvou první SEDMIKRÁSKY, které jsou nejúčinnější zkraje sezóny. Vynikají obsahem minerálů, třísloviny a vitamínu C. Pomáhají s dýchacími problémy, čistí průdušky, zahání nachlazení a mají protizánětlivé i detoxikační účinky.

***„Sedmikrásky pro krásky: květy zlepšují pleť, drobné ranky po akné a vyrážce.“***

Kdo rád zkouší nové chutě, může sníst celou hrst sedmikrásek už na louce a podpořit očistu organismu. Na rány je můžete přidávat v podobě tinktury a na osvěžení pleti je výborná přírodní sedmikrásková voda.

### Sedmikráskový toner

*5 hrstek květů, 200 ml převařené vody*

Zalijte sedmikrásky převařenou vodou a nechte je louhovat. Jakmile směs vychladne, sceďte ji a vodu přelijte do lahvičky s rozprašovačem. Květový toner vám vydrží v lednici i týden a můžete ho směle zařadit do ranní nebo večerní rutiny.



Kdo chce jít hlouběji, může v březnu vyrýt kořeny pampelišek. Ty pak rozdrtit a usušit do čaje. Snižují totiž cholesterol, čistí krev a zlepšují činnost srdce. Kdo chce zůstat nad věcí, mít přehled a pěstovat zeleň spíš doma, doporučujeme vyset ředkvičku, řeřichu nebo hrášek.

## DUBEN, JEŠTĚ U NICH BUDEM

Měsíc mládí a svěžesti je stále spojen s kopřivou, ale nabízí už mnohem více barev a možností. Využijte je pro sklizeň a projděte se čerstvou trávou až k nedalekým hájům, kde rostou divoké FIALKY. První květy si přímo říkají o sušení do čajů, ale hodí se i do salátů, na krajíc chleba nebo dezert. Ladit k nim bude také purpurový popenec nebo jitrocel. U fialek se ale zdržíme trochu déle. Oblíbili jsme si totiž sladký a účinný fialkový scrub na rty.

### Pampeliškové smoothie

*půl manga, bílý jogurt, 4 květy pampelišek, lžička medu*

A než si připijete na zdraví a mladou pleť, všechno rozmixujte.



> *„Fialku sbírejte během časného rána a květy stříhejte nůžkami, ať neporušíte kořeny a za rok se na tajné místo můžete vrátit.“*

Violka je jedna z nejdéle využívaných léčivek, působí proti revmatismu, stresu, úzkostem a na bolesti hlavy. Proč ji tedy nevyužít přímo z přírody.

### Fialkový peeling na rty

*hrst bílého cukru, květy fialek dle libosti, 5 kapek kokosového oleje*

Připravte si hezkou skleničku, natrhejte do ní květy fialek, smíchejte je s cukrem a zakápněte kokosovým olejem. Peeling se hodí na rty, ale i na dekolt a ruce.

Když louky zaplaví žluté lány pampelišek, nastává pravý čas vyrazit na žně. PAMPELIŠKA LÉKAŘSKÁ je totiž další z nejužitečnějších bylin. Urychluje metabolismus, funkci jater a zbavuje tělo jedovatých látek, což souvisí i s očistou pokožky. A takhle pampelišku dostanete do těla hned po ránu.

Z pampelišky můžete vyrobit i tradiční med nebo balzám na rty. Její listy jsou skvělé do salátů, polévek nebo jen tak na chleba.

V dubnu se ještě rozhlédněte, jestli nenajdete březovou alej. Mladé LISTY BŘÍZY jsou vynikající do čaje. Mají močopudné účinky, čistí organismus a ledviny. Můžete je i nasušit do čajové směsi na zimu. Odvar z listů či kůry je také vhodný na kožní problémy.

## KVĚTEN, JDEME S KVĚTEM

Kam se podíváte, tam to kvete. Za domem voní černý bez, třešňový sad je přeplněný květy, ale i páry, co se pod nimi líbají, a v zahrádce už raší jahodové listy. Měsíc lásky, řekli byste, a taky že jo! Do květnových léčivek se prostě zamilujete. A začněte hned u ČERNÉHO BEZU, jehož skrytá síla vás možná překvapí. Kdyby totiž všichni věděli, co v sobě bez ukrývá, měl by ho každý na zahradě.

***„Před heřmánkem smekni, před bezem klekni.“***

Bezovou vůni jistě znáte, a jakmile ji ucítíte, chopte se košíku a šup na sběr. První květy hned zalijte horkou vodou a připravte silný bezový čaj, který zažene všechny podoby nachlazení. Svými účinky uvolní dýchací cesty a zničí bakterie. Je nám ale jasné, že v květnu máte chuť spíš na svěží limonádu nebo sirup.

### Bezový sirup

*50 květů bezu, 2 litry vody, 2 kg cukru, šťáva z 1 bio citronu*

Květy plné pilu zalijte převařenou vodou, vymačkejte na ně citron a vše vařte 15 minut. Směs pak nechte stát přes noc v temnu a chladu. Ráno ji přeceďte, vymačkejte všechnu vodu a do ní přimíchejte cukr. Vše svařte, dokud nebude limonáda hustší.



Taky zbožňujete sladké maliny? Nezapomínejte ani na MALINÍKOVÉ LISTY. Obsahují velké množství vitamínu B, C, E, čistí zažívání, ulevují při zánětu žaludku a tlumí menstruační bolesti. Jsou bohaté na minerály, železo a zinek, proto po nich sáhněte, když jste unavení, nachlazení nebo jste něco špatného snědli. Jen až se vydáte na sběr, jděte rovnou do lesa, zahradní maliník se nepočítá.

## ZÁSOBTE SE NA ZIMU

Od března střádejte kopřivy, violky, sedmikrásky, popenec, pampelišky, břízu, černý bez, květy třešní, jablek, listy jahodníku, ostružiníku a maliníku. V létě přihoďte lípu, růži, levanduli, meduňku, mátu a rozmarýn. Bylinky sušte v temnu, suchu a uchovávejte v plátěném sáčku nebo sklenici. Během podzimních večerů pak oceníte pohádkovou vůni domácího čaje a sklidíte radost z půlroční práce.

*Johana Bárová*



# Buď můj máj

1. květen, mezinárodní den práce nebo také 1. máj – svátek lásky. S prvním dnem pátého měsíce roku se pojí hned několik asociací, pro Čechy speciálně je tím nejzamilovanějším v roce. Jak to ale mají s „May Day" jinde v Evropě?

Ale zůstaňme pro začátek ještě chvíli doma **v Česku.** Máj je u nás znám jako lásky čas a jeho obliba dlouhodobě dalece převyšuje únorový Valentýn. Zamilované páry vyrážejí na procházky vstříc pučícímu jaru, vyměňují si polibky pod rozkvetlou třešní nebo ve jménu odkazu básníka Karla Hynka Máchy randí u jeho sochy na pražském Petříně. Na venkově se staví tradiční zdobené májky, které mají přinést lásku a požehnání.

**To v Bulharsku** je víc než s láskou 1. máj spojen s hady a jedovatými plazi, respektive s ochranou před nimi. V tento čas totiž vylézají ze svých úkrytů a stávají se hrozbou farmářům pracujícím na poli. Bulhaři tak u této příležitosti slaví svátek Irminden a na prvního máje zapalují ohně, přeskakují je a hlasitě se baví, aby nebezpečnou havěť zahnali.

**Italové** mají spojený začátek května s oslavou tzv. Calendimaggio, který velebí příchod jara, vzkříšení a znovuzrození. Na počest toho se navštěvují se sousedy a vyměňují si drobné dary – sladkosti, vajíčka nebo víno. V jiných částech Apeninského poloostrova zpívají mladí zamilované písně, které mají nalákat jaro a přimět ho zůstat.

**V Řecku** je celý květen zasvěcen oslavám jara a 1. máj tu slaví jako den, kdy léto s konečnou platností porazilo zimu a život zase jednou vyhrál nad smrtí. Květen je v Řecku pod patronátem bohyně plodnosti Maiy. Na její počest vijí v tento den řecké ženy věnečky z divokých květin a věší je na dveře, kde musí zůstat až do svatojánské noci. Teprve v noci 23. června ho mohou sundat a vhodit do ohně, který přeskakují. To jim má zajistit zdraví a plodnost po celý rok.

**V Rumunsku** je 1. máj rovnou synonymem začátku léta a váže se k ochraně plodin a dobytka. Prvnímu květnovému dni se tu také přezdívá „Opilecký den". Rumuni dosyta pijí a hodují, což má zajistit, že se na podzim urodí dobré víno, bude se dařit na polích i ve staveních. O prvomájovém večeru mají ženy navíc zakázáno pracovat, jinak hrozí, že úrodu zhatí běsnění živlů.

**Španělé** věnují první máj svátku „Los Mayos", který se podobá slavnostem křížů v Latinské Americe. Tradičně ve Španělsku zdobí stromy či sochy, kolem kterých se pak místní sházejí a z plných plic pějí písně. Na venkově se pak mezi jednotlivými vesnicemi konají klání o nejkrásnější výzdobu a pěveckou show.

*Michaela Zumrová*



# Jaro v nás

Dny se dlouží, sluníčko už má pořádnou „páru“ a i naše nálada konečně začíná hrát všemi barvami. Jaro je zkrátka konečně tady a je na čase si ho pořádně užít! Máme pro vás 10 tipů, jak si těch několik týdnů plných svěžího vzduchu a probouzející se přírody letos vychutnat na maximum a možná při tom zažít něco úplně nového.

## HURÁ NA TRH

Není nad čerstvou zeleninu a ovoce přímo od pěstitele! Spojte návštěvu farmářského trhu s ranní procházkou a ulovte ty nejlepší kousky. Tradičně startují v březnu či dubnu a hned zjara na nich nakoupíte i různé sazeničky k vlastnímu pěstování. Zjara pochází sortiment na trzích standardně z uskladněných zásob z loňského roku – hlavně česneku, brambor nebo jablek. Od dubna až května se ale můžete těšit na první ředkvičky, špenát, listové saláty, kedlubny, chřest a květák.

## LÁSKA NA DRUHÉ ZAČTENÍ

Od konce března nás to už nemilosrdně táhne ven a my říkáme: jen housť! Přibalte si ale protentokrát několik parťáků v podobě deky, oblíbené kávy nebo čaje a... knížky! Právě teď je ideální chvíle sáhnout po takové, která by vás normálně na první pohled zrovna nezaujala. Může to být novinka v žánru young adult scifi, kniha básní, tematika LGBT komunity nebo klasika, kterou jste naposledy uzřeli v seznamu povinné četby k maturitě.

## DO PYTLE!

Na jaro se těší snad každý, přední místa v pomyslném žebříčku těch největších nedočkavců ale zaujímají zcela jistě zahrádkáři. První práce už mají za sebou v únoru, pokud ale taky ještě chcete „naskočit“, máte šanci i v březnu. Trendem posledních sezon je pěstování domácí zeleniny v jutových pytlích. Lze s nimi hýbat podle potřeby, nezaberou moc místa, a tak je můžete bez obav posadit i na terasu nebo balkon a kochat se vlastními výpěstky.

## ČAS NA BRUNCH

Že vám na čerstvém vzduchu tak nějak víc chutná? Aby ne, však jsme se přes zimu zavírali až až. Využijte proto ranního zpěvu ptáků a hřejivých slunečních paprsků nového dne a naplánujte si víkendový brunch hezky na zahrádce oblíbené kavárny nebo restaurace. A jako bonus zkuste na chvíli odložit telefon, nebo vyrazte rovnou bez něj! Budete se možná divit, jak pučící příroda kolem mění každým dnem svou tvář.

## KUPUJTE ČERSTVÉ KVĚTINY

Říká se, že kde jsou květiny, je i dobrá energie. Proto se jimi obklopujte co nejvíce. Dopřejte si čerstvou květenu doma i v kanceláři, a pokud je vám líto těch řezaných, pořiďte si nový přírůstek alespoň do květináče. S postupujícím jarem začnou kvést i plané květiny na loukách, které dokážou vaše živé aranžmá dotáhnout k dokonalosti. Vyhrají to u vás tulipány, narcisy, sedmikrásky nebo hyacinty?

## KRASLICE VE JMÉNU TRADICE

Vrcholem jarních oslav jsou bez debat Velikonoce. Však barevná vajíčka, roztomilí zajíčci a kuřátka na nás vyskakují z výloh obchodů pomalu už od března. Připomeňte si je letos jinak než v minulých letech a objevte neotřelou dekorativní metodu zdobení tradičních kraslic. Vyzkoušejte třeba batikování včelím voskem, zdobení dužinou jezerní sítiny nebo už dnes téměř zapomenutou metodu leptání lučavkou královskou.







## ALOU VEN!

Jarní počasí sice ještě není tak stabilní, občas dost fouká a někdy doslova leje, alespoň se ale nepaříte v horkém slunci od božího rána. Ideální doba vyrazit na výlet a objevit další krásný kout v okolí. Nemusíte rovnou naplánovat dvacetikilometrovou túru, postačí dvě hodinky venku, kde vám řádně vytráví, abyste mohli bez výčitek zapadnout do nějaké milé hospůdky a vychutnat si kávu a dobrý oběd v netradičním prostředí s neokoukanými výhledy.



## VĚNEC, CO VONÍ JAREM

Nechte jaro definitivně překročit váš práh! Umotejte si jednoduchý věnec na dveře, který se rozvoní a rozehraje jarem, kdykoli projdete kolem. Korpus koupíte už hotový, nebo si jej můžete vyrobit z vrbových či březových větviček. K dozdobení pak poslouží třeba zlatý déšť, jarní kočičky, provázky, narcisy, tulipány i různé dekorace, jako jsou vajíčka, zajíčci, kuřátka či pestré květy.

## BYLINNÁ PÉČE

Každá změna ročního období je pro naše tělo náročná – mění se tlak, teploty skáčou – o to výrazněji, když se jedná o přechod ze zimy do jara. Proto mu věnujte speciální pozornost a nechávejte se hýčkat. Zkuste třeba bylinnou koupel nebo ještě lépe bylinnou masáž. Je ozvláštněna přikládáním nahřátých bylinných houbiček, které uvolňují svaly skutečně do hloubky, vytahují z nich škodlivé toxiny a zvyšují cirkulaci krve a lymfy.

## ČERSTVÉ JE DOBRÉ

Vidět po dlouhé zimě v hlíně něco zeleného, to je přímo balzám pro duši. A co teprve pro naše tělo! Rozjeďte tedy jarní vaření ve znamení čerstvosti a svěžesti – na scénu přicházejí už od března artyčoky, posléze chřest, fenykl a první brambory. Jednou týdně si dopřejte čerstvou vitaminovou bombu v podobě šťavnatého smoothie z ovoce nebo zeleniny podle vaší chuti. Ideálně, když je zkombinujete mezi sebou – to je potom panečku plejáda chutí!

*Michaela Zumrová*
*foto: archiv*

inzerce

fhk

TĚŠÍME SE NA VÁS
...protože bez hudby to nejde

FILHARMONIE HRADEC KRÁLOVÉ

44. koncertní sezóna
2021/2022

- klasická symfonická hudební díla
- jazz, pop a world music v aranžích pro symfonický orchestr
- operní, operetní, baletní a muzikálová představení, varhanní cyklus
- večerní a odpolední koncerty, veřejné generální zkoušky
- výrazné slevy pro předplatitele
- abonmá – jistota stálého místa a bonusů
- flexibilní kuponové předplatné
- na vybrané koncerty rodinné vstupné

více na **www.fhk.cz** **www.hkpoint.cz**




# Ruce v hlíně

Nezáleží na tom, jestli vlastníte zahrádku, balkon, terasu nebo jen okenní parapet, přivítat jaro se stylem můžete úplně všude. S těmito designovými pomocníky vám to půjde obzvlášť od ruky!




1 – Srážkoměr s nerezovým zápichem a časosběrným ukazatelem – 199 Kč, 2 – Samozavlažovací velkoobjemový truhlík Berberis, různé velikosti a barvy, 3 – Okenní skleněné krmítko pro malé ptáčky – 1 289 Kč, 4 – Ruční rozprašovač Esschert Design – 149 Kč, 5 – Velká konev Green Gate – 1 590 Kč, 6 – Samozavlažovací květináč Cobble – 185 Kč, 7 – Vermikompostér určený k domácímu kompostování pomocí kalifornských žížal – 3 643 Kč, 8 – Stolička s kapsářem – 999 Kč, 9 – Krmítko pro ptáčky Big pots Half – 589 Kč, 10 – AKU teleskopická řetězová pila PSW 18-20 Battery pro údržbu stromů ve výšce – 3 590 Kč, 11 – Akumulátorová strunová sekačka FZS 70105-0 z řady nástrojů Aku Fast Power – 1 299 Kč, 12 – Robotická sekačka Sileno City – 20 990 Kč

# Svěžest na vidličce

Jaro – to je definice svěžesti, lehkosti a inspirace. Tak proč si kapku od každé nevychutnat taky na talíři? Navíc pokud před Velikonocemi držíte tradiční půst, dávka pestrých nápadů v kuchyni se hodí dvojnásob. Tyhle bojují proti samozvané jarní únavě, doplní po zimě potřebné vitamíny i minerály a jako bonus jsou hotové raz dva!

## PSTRUH S MÁSLEM A MEDVĚDÍM ČESNEKEM

Rybí maso není tabu ani o velikonočním půstu! Vyzkoušejte tento jednoduchý recept na šťavnatou rybu s citronem, medvědím česnekem a špenátem. Prostě jaro v každém soustu.

*1 vykuchaný pstruh*
*2 ks čínského zelí (pak čoi) nebo 150 g baby špenátu*
*bio citron*
*podle chuti rozmarýn, kopr nebo petrželka*
*pečivo*
*100 g másla*
*šalotka*
*petrželka*
*čerstvý medvědí česnek*
*sůl, pepř*



Máslo, půlku šalotky a trochu nasekané petrželky prožeňte mixérem. Dochuťte podle preference solí a pepřem. Pomocí pečicího papíru zabalte do úhledného válečku a dejte ztuhnout do lednice.

Troubu předehřejte na 190 °C. Utrhněte velký kus alobalu, na něj navrstvěte další kus pečicího papíru a na něj poté rozprostřete zelí nebo špenát spolu s čerstvým medvědím česnekem. Na toto lůžko pak posaďte pstruha, do něj vložte kolečka citronu, osolte a opepřete.

Teď přichází velká chuťová paráda! Na rybu položte také kousek ochuceného másla z lednice (postačí asi 25 g). Pokud jste fanoušky rozmarýnu, kopru nebo petrželky, přihoďte pár snítek podle chuti. Cípy papíru a alobalu zvedněte, dejte k sobě a stočte v rozích dohromady. Balíček položte opatrně na plech a pečte pod dozorem asi 15–20 minut. Poté balíček opatrně otevřte, až vyběhne pára, položte na rybu ještě jeden kousek bylinkového másla (opět postačí podobné množství jako před vložením do trouby) a podávejte s pečivem.

## CHŘESTOVÉ PENNE PRIMAVERA

Kdyby se jaro rýmovalo s chřestem, byla by to už příliš dokonalá kombinace. Zkuste si tohoto bílého či zeleného krále zeleniny, jak se chřestu přezdívá, připravit hezky po italsku. Chřestové penne primavera – v překladu jarní – s parmezánem mají šanci zaujmout i zaryté odmítače všeho zeleného na talíři.



*300 g těstovin dle preference*
*10 výhonků zeleného chřestu*
*4 jarní cibulky*
*česnek*
*hrášek*
*piniové oříšky dle chuti*
*olivový olej*
*citronová šťáva*
*bazalkové pesto*
*2 lžíce řeckého jogurtu*
*parmezán*
*sůl, pepř*

Dejte vařit vodu v hrnci, osolte a vsypte 300 g těstovin – tagliatelle, penne nebo spaghetti. Než budou hotové, orestujte na lžíci olivového oleje výhonky chřestu a jarní cibulky nakrájené nahrubo. Nasekejte a přidejte stroužek česneku a přibližně dvě hrsti mraženého hrášku. Když zelenina lehce změkne, přilijte naběračku vody z těstovin, osolte, opepřete a zakápněte trochou citronové šťávy. Nakonec vmíchejte poctivou lžíci bazalkového pesta. Sundejte z plotýnky a přimíchejte dvě bohaté lžíce řeckého jogurtu, ihned na to vhoďte do směsi slité těstoviny. Před podáváním nastrouhejte na každou porci parmezán, případně posypte piniovými oříšky podle chuti.

## KOPŘIVOVÁ POLÉVKA S VAJÍČKEM

Zdráháte se vařit z kopřiv? Zkuste jim dát letos šanci! Stačí, když je kratičkou chvíli povaříte nebo spaříte, a zbaví se žahavých ostnů jedna dvě. Ostatně, když se začátkem jara začíná všechno zelenat, je to zásluhou kopřiv – právě tehdy jsou jejich mladé výhonky křehké, svěží a plné chuti. Populární jsou v nádivkách, salátech nebo polévkách. Ostatně v nich působí obzvlášť blahodárně – pomáhají snižovat krevní tlak, ulevují od zánětu močových cest a zvedají hodnoty železa v krvi.

*velká cibule*
*2-3 větší brambory*
*lžíce másla*
*půl litru drůbežího nebo zeleninového vývaru*
*200 g mladých kopřiv*
*250 ml 33% smetany ke šlehání*
*1 vejce*

Začněte s cibulí a bramborami, oloupejte je a nakrájejte na kostičky. Lžíci másla rozehřejte v hlubším hrnci a orestujte na něm cibuli. Poté přihoďte kostičky brambor, pár minut opékejte a poté zalijte vývarem. Přiveďte k varu, posléze ztlumte a vařte, dokud nebudou brambory měkké. Dejte vařit vejce natvrdo, na čtyři porce postačí dvě. Až budou uvařená, stáhněte je z plotýnky, slijte a nechte vychladnout. Očistěte kopřivy (pozor na žahavé ostny, doporučujeme navléct rukavice). Omyjte je a nastříhejte jen měkké části, soustřeďte se především na vrchní výhonky, zbytek vyhoďte. Nasypte je do vroucího vývaru a jen krátce spařte – nevařte.

Polévku rozmixujte ponorným mixérem dohladka, rozlijte do talířů a na povrch opatrně vložte půlku oloupaného uvařeného vejce. Na závěr ozdobte smetanou.

*Michaela Zumrová*



# Rok podle předků



Jaro, léto, podzim, zima. Prosté rozdělení roku, které se učí už děti v mateřské školce. Přesto by nad ním naši předkové pravděpodobně jen nevěřícně kroutili hlavou. Ještě na konci 19. století jich totiž na českém venkově rozlišovali hned osm. Seznamte se ještě se staročeským předjařím, podlétím, polétím a podzimou.

Moudrá jest příroda a ještě moudřejší ten, kdo jí naslouchá. Vyjma zimních měsíců trávili kdysi lidé venku od slunka do slunka každičký den. Pracovali na poli, pečovali o dobytek, budovali, tvořili... a během té každodenní lopoty si všímali jemných signálů měnících se přírodních cyklů. Nakonec jich určili osm, přičemž každé roční období ohraničovaly svátky významných světců či světic.

## PŘEDJAŘÍ (24. 2. – 19. 3.)

Od svatého Matěje do svatého Josefa. V tomto čase máte pocit, že každý den je o trošku delší než předchozí, ve vzduchu je cítit vůně jara. Sluneční paprsky už tolik neštípou, naopak začínají zlehka hřát. Ze země začínají vykukovat první sněženky a bledule, probouzí se podběl, kvetou kočičky a krokusy. Zahrádkáři zahajují první práce, k ránu však ještě mrzne a občasný sněhová nadílka není žádným překvapením.

## JARO (19. 3. – 16. 5.)

Od svatého Josefa do svatého Jana Nepomuckého. Pokud ještě dosud někde odolávaly poslední ledy, sv. Josef si s nimi hravě poradí. Přichází jarní rovnodennost následována Velikonočními svátky. Vrací se čápi a po nich taky vlaštovky a jiřičky. Počasí je aprílové, chvíli svítí slunce, hned zase prší a občas se ještě na chvíli ukáže sníh. V trávě se objeví první fialky, petrklíče a zlaté dukáty pampelišek.

## PODLÉTÍ (16. 5. – 8. 6.)

Od sv. Jana Nepomuckého do svatého Medarda. Stejně jako předjaří i podlétí trvá dle starého kalendáře jen něco málo přes tři týdny. V podlétí louky zaplaví květy. Nejkrásnější bývají na konci května a počátkem června, dříve než přijde senoseč. Červnu se přezdívá měsíc růží – a není to jen tak. Kvetou šlechtěné růže v zahradách i prosté a tak půvabné šípkové růže na divokých keřích na stráních i podél polních cest. V podlétí se slaví Svatodušní svátky

neboli lidově Letnice i svátek Božího těla. Dny jsou dlouhé, noci krátké a příroda vítá léto.

## LÉTO (8. 6. – 15. 8.)

Od svatého Medarda do svátku Nanebevstoupení Panny Marie. Léto, to je období sklizně a shromažďování zásob na zimu. Nejprve přichází senoseč, která rozvoní louky široko daleko. Pak období letního slunovratu, čas nejdelších dnů a nejkratších nocí. Slunce svítí a pálí, nastávají žně. V lesích zrají maliny, borůvky a taky rostou houby.

## POLÉTÍ (15. 8. – 21. 9.)

Od svátku Nanebevstoupení Panny Marie do svatého Matouše. Polétí obléká přírodu do barev pozdního léta. Čápi se loučí a odlétají do teplých krajin, dny se nenápadně krátí. *„Bartoloměj (24. 8.) svatý, odpoledne krátí.“* Končí žně a začíná foukat ze strnišť. Slunce v závěru srpna ještě pálí, ale v září už jen příjemně hřeje. Dozrály švestky, ostružiny a rostou houby. Dozrává ovoce a víno na vinohradech. Ve vzduchu začíná být cítit podzim.

## PODZIM (21. 9. – 11. 11.)

Od svatého Matouše do svatého Martina. V tomto období nastává podzimní rovnodennost. Po čápech už mávly křídly do tepla i vlaštovky a jiřičky. Sklízí se poslední ovoce, brambory, řepa a zelí, koná se vinobraní. První podzimní dny a týdny bývají obvykle čisté a průzračné – doslova „babo-letní“. A jen tak mimoděk začínají zlátnout první javorové a lipové listy, vrcholí houbařské žně. Na stráních se na keřích leskou rudé šípky. Než se nadějeme, přichází první plískanice, dny se povážlivě krátí, šednou a potemňují. Svatý Martin už sedlá svého běloušе…

> *„Předjaří i podlétí trvá jen něco málo přes tři týdny.“*

## PODZIMA (11. 11. – 25. 12.)

Od svatého Martina do svátku Narození Páně. Předzima svlékla stromy dočista, práce na poli skončily a příroda se ukládá ke spánku. Mrzne a sem tam napadne sníh. Pije se mladé víno a lidé se chystají na magický čas adventu – dobu očekávání příchodu Spasitele. Je časem rozjímání, půstu a střídmosti. V závěru adventu nastává zimní slunovrat.

## ZIMA (25. 12. – 24. 2.)

Od svátku Narození Páně do svatého Matěje. Zima jako taková začínala podle našich předků na první svátek vánoční. Slaví se Vánoce, domovy září sváteční výzdobou, mrzne a sněží. Překulí se nový rok a nastává Masopust. Doba veselí, plesů, svateb, dobrého jídla a pití. Počátkem února přichází Hromnice, které ukončují vánoční čas. Následuje svátek všech zamilovaných sv. Valentýn či Valentýnek, kterému se přezdívá „jara tatínek“. Není-liž pravda, když brzy po něm nastává předjaří.

*Michaela Zumrová*

inzerce

HRADECKÁ KULTURNÍ A VZDĚLÁVACÍ SPOLEČNOST

# JARO V HRADCI

**27. 3. | ne | od 10:00**

**PALEČEK ANEB CESTA TAM A ZPÁTKY**

Adalbertinum - Studio A | Dva chudí lide touží po děťátku. Jejich přání se vyplní, když se jim z fazolového lusku vyloupne chlapeček. A že je maličký, dostane jméno Paleček. Pro jeho šikovnost si jej vezme do služby knížepán. A tady začínají Palečkova dobrodružství, která nakonec dobře dopadnou. Pohádka je hraná marionetami na drátě. V představení, které je určeno dětem od tří let, účinkuje lidový loutkář Jiří Polehňa.

**28. 3. | po | od 18:00**

**MARTIN LOEW: GRÓNSKO PREMIÉRA!**

Adalbertinum - Velký sál | **Cestovatelská diashow.** Velká cesta do severské divočiny. Úchvatně divoká a liduprázdná krajina východního Grónska. Skály, fjordy, ledovce, velryby i obří plující ledové kry. Barevné vesničky Inuitů, kde polární lišky dávají dobrou noc. Jaké to je, prožít týden se stanem v arktické krajině, kam nevedou žádné cesty? Diashow plná absolutní čistoty a neuvěřitelné krásy nedotčené a nekonečné přírody největšího ostrova světa.
Více na **www.promitani.cz.**

**2. 4. | so | 9:00–16:00**

**VELIKONOČNÍ JARMARK**

Adalbertinum a Žižkovy sady | Zveme vás na tradiční prodejní výstavu výrobků lidové tvorby a uměleckých řemesel. V budově Adalbertina a v přilehlých Žižkových sadech se setkáte s prací uměleckých řemeslníků a ukázkami dovedností členek Spolku lidové tvorby HK. Chybět nebudou ani různé potravinové speciality a bohaté občerstvení.

**2., 16. a 30. 4. | so | 8:00–12:00**

**FARMÁŘSKO - POTRAVINÁŘSKÉ TRHY**

Ulice Letců (vedle OC Atrium) | Na trzích najdete stánky se širokým sortimentem zboží. Budete moci vybírat z nabídky uzenářských výrobků, domácích mlékárenských výrobků, mnoha druhů chleba a pečiva a dalšího zboží.

**14. - 18. 4. | 10:00–16:00**

**VELIKONOCE NA STATKU**

Roubenka Šrámkova statku v Pileticích | ***Výstava jarních dekorací, velikonočních kraslic a jarních zvykoslovných předmětů*** ze sbírek Spolku lidové tvorby Hradec Králové, jehož členky budou předvádět některé techniky zdobení.

**21. 4. | čt | od 19:00**

**SLAVNOSTNÍ KONCERT KE 100. VÝROČÍ ZALOŽENÍ ORCHESTRU**

Adalbertinum – Velký sál | Dechový orchestr města Hradce Králové se svými sólisty pod vedením dirigentů Ladislava Tyrnera a Josefa Maršíka pro vás připravil sváteční program, zaměřený ke 100. výročí založení orchestru. Koncertem provází Karel Král.

**11. 5. | st | od 9:00**

**HRADECKÝ SLAVÍK 2022**

Adalbertinum – Velký a Malý sál | XXXVI. ročník soutěže ve zpěvu národních písní.

**26. 5. | čt | od 19:00**

**BRATŘI EBENOVÉ**

Adalbertinum - Velký sál | Koncert kapely tří bratří Ebenových (Marka, Kryštofa, Davida) a dalších předních českých hudebníků. Koncertně hrají průřez tvorbou od prvního alba Malé písně do tmy (1984) až po poslední Čas holin (2014), které je svým obsahem čím dál tím aktuálnější.

**www.adalbertinum.cz | Vstupenky na www.hkpoint.cz**



***Nejvýznam-
nější křesťanské svátky
roku, všeobjímající oslava jara,***
zkrátka Velikonoce. Začátek svatého týdne, tedy Květná neděle, letos připadá na 10. dubna, Velikonoční pondělí si pak užijeme o osm dní později. Mezitím si nezapomeňte připomenout také Sazometnou (či Škaredou) středu, která odkazuje k Jidášově zradě. Na Zelený čtvrtek snězte ve jménu Ježíšovy poslední večeře něco zeleného a pak si vychutnejte posvátné volno na Velký pátek – tedy den ukřižování, který je od roku 2016 státním svátkem. Velikonoční veselí pak oficiálně skončí druhou Velikonoční nedělí, která se letos slaví 24. dubna.



# Tucet jarních výletů

Doma jsme se za poslední měsíce naseděli až až. Je čas nazout pevné boty, sbalit batoh a nadechnout se z plných plic čerstvého vzduchu. Máme pro vás tucet tipů, kam se vydat ve východních Čechách. Na místa blízká i vzdálenější, notoricky známá i vámi možná ještě neobjevená. Jaro je obléká do nevídaných barev a vůní, přesvědčte se sami!





## SMETANOVY SADY, HOŘICE

Jedním z nejkrásnějších parků východních Čech se dozajista pyšní Hořice. Zhruba desetitisícové město v Podkrkonoší otevřelo svou oázu klidu v roce 1901. Nese název Smetanovy sady a najdete ji na západním úpatí vrchu Gothardu. Kromě nádherné přírody se můžete kochat i řadou soch významných českých osobností 19. století. Že získaly sady přízvisko Smetanovy, není přitom žádná náhoda, rodiče tohoto světoznámého hudebního génia totiž pocházeli právě z Hořicka. Projekt vznikl podle návrhu Julia Krysa, pražského zahradního architekta, zalesnění vedl konopišťský zahradník Alois Arnold. Iniciátorem soch byl učitel a kustod hořického muzea Jan Kyselo ve spolupráci s arch. Václavem Weinzettlem, dlouholetým ředitelem sochařsko-kamenické školy.

## KUKS

Kdo by neznal perlu českého baroka ukrytou jen zhruba 30 kilometrů od Hradce Králové. Přestože patří Kuks mezi top nejznámější východočeské památky, žádná její návštěva není stejná, a proto si ji nenechte ujít ani letos na jaře. Ať už zamíříte na prohlídku samotného hospitálu, který z vrchu mocně shlíží do údolí řeky Labe, vyrazíte na procházku barokními prvky sytou vesničkou nebo do blízkého okolí s hlavním lákadlem, dechberoucím Braunovým Betlémem (tolik obdivovaným dílem sochaře Matyáše Bernarda Brauna), rozhodně neprohloupíte. Tady je zkrátka pořád co objevovat a už při první návštěvě pochopíte, proč tenhle malebný kus Trutnovska hraběti Františku Antonínu Šporkovi na počátku 18. století tolik učaroval.





## LES KRÁLOVSTVÍ

Bez debat jedno z nejikoničtějších vodních děl v republice, vzdálené jen kousek od Dvora Králové nad Labem, by letos na jaře rozhodně nemělo ujít vaší pozornosti. Ne nadarmo je od roku 2010 vyhlášeno národní kulturní památkou. Zkuste tam vyrazit brzy ráno, když se na trsech trávy líně sbírá čerstvá rosa nebo naopak k večeru, kdy se měkké paprsky zapadajícího slunce zrcadlí ve vodní hladině. Své jméno získala přehrada po lesním komplexu Království na jejím levém břehu, zbytku starého hraničního hvozdu. Místní krajině dominuje už víc než 100 let. Až se dosyta nabažíte krás jejího pseudogotického stylu a poznáte skvosty okolních lesů, vyrazte do nedaleké zoologické zahrady nebo vyšlápněte na vrch Zvičina.

## ZŘÍCENINA HRADU LANŠPERK

Co by kamenem dohodil od Dolní Dobrouče, zhruba pět kilometrů od Ústí nad Orlicí se rozkládá Lanšperk - zřícenina hradu ze 13. století. Ruiny kdysi majestátní pevnosti nad levým břehem řeky Tiché Orlice jsou dodnes mlčenlivým svědkem řady historických událostí. V 15. století byl hrad dvakrát dobyt husitskými vojsky, posléze střídal majitele, až v 17. století zcela zpustl. Do současnosti se tak dochovaly jen mohutné zbytky obvodových zdí, z nichž jedna dala vzniknout vyhlídkové plošině, ze které je překrásný výhled do širokého okolí. Výlet ocení především milovníci lehčích tracků, auto můžete nechat v městské části Lanšperk a nahoru vylézt po krátké, zhruba 300metrové turistické stezce.



*foto: Libor Kubišta*

## ROZHLEDNA ANDRLŮV CHLUM

A když už na Orlickoústecku budete, popojeďte ještě o kousek dál na Andrlův chlum. Telekomunikační věž i rozhledna zároveň na Svitavské pahorkatině vás uchvátí výškou 35 metrů a nabídne nevšední výhledy do okolí. Za dobrého počasí můžete zahlédnout blízké Orlické hory, naše nejvyšší pohoří Krkonoše, Kralický Sněžník i Českomoravskou vrchovinu. Rozkládá se na kopci asi dva kilometry od Ústí nad Orlicí a někdy se jí přezdívá „Stříbrná krasavice“. Původně zde stála její dřevěná předchůdkyně, která ale v roce 1918 shořela. Víceúčelová kovová věž, jak ji známe dnes, byla postavena až v roce 1994. Hned vedle stojí chata s restaurací a dojet se dá autem až přímo k rozhledně.





## KUMBURK

Na začátku 14. století si páni z Vartemberka postavili na jednom z kopců poblíž Nové Paky gotický hrad nazývaný Goldenberk či Kolmburk. Dnes se mu říká Kumburk, přičemž osudnou se mu stala třicetiletá válka, a proto do současnosti z něj zbyly už jen ruiny. Poslední roky je postupně rekonstruován dobrovolníky z okolí a poskytuje nádherný kruhový výhled na Krkonoše, Podkrkonoší a Český ráj. Když budete mít štěstí, dohlédnete až na Lužické hory! Když už tam budete, nevynechejte ani zachovalé sklepení. Rozvaliny vstupní brány do hradu na vás čekají po zhruba půlkilometrovém stoupání, cesta je však bezbariérová.

## HRAD KOST

Kost je skvost! O tom se zas a znovu přesvědčíte na stejnojmenném hradě v srdci Českého ráje obklopeném malebnými údolími a rybníky na pomezí hned třech krajů. Nejzachovalejší gotický hrad v republice prošel v posledních letech nákladnou rekonstrukcí, a tak nejenže výrazně „prokoukl“, ale nabízí také řadu nových návštěvnických zajímavostí. Vystoupejte do nejvyšších pater pevnosti, projděte starobylou mučírnu a v podhradí pak skočte na něco dobrého na zub. Když vám zbydou síly, ze srdce doporučujeme naučnou stezku sousedním údolím Plakánek, které je opředeno řadou tajemných pověr. Kousek je to i do vesničky Vesec, kterou mimo jiné proslavilo natáčení komedie Jak dostat tatínka do polepšovny.





*foto: Ladislav Válek*

## HRAD PECKA

Výlet na Pecku, to je zkrátka… pecka! Tahle zřícenina někdejšího hradu, který byl později přestavěn na zámek a tyčí se na stejnojmenné hoře, právem patří k dominantám Českého ráje. Její základy byly položeny už ve 14. století a kdysi patřila i mocnému vojevůdci Albrechtovi z Valdštejna. V roce 1830 však Pecka vyhořela a z kdysi rozsáhlého komplexu zbyly jen dvě světnice a útulek. Dnes už je objekt patřičně zrekonstruován a láká na prohlídkový okruh sestávající z několika hradních místností, sklepení a mučírny. Nevynechejte ani expozici, která se věnuje dějinám hradu, především pak životu a odkazu jejího někdejšího majitele, cestovatele, spisovatele a hudebního skladatele Kryštofa Haranta z Polžic a Bezdružic.



## KAŇKOVY HORY & LICHNICE

Jihovýchodním směrem od Třemošnice na Chrudimsku leží opravdový přírodní poklad – 224 hektarů jedinečné krajiny s názvem Kaňkovy hory. Spolu se zbytky zříceniny hradu Lichnice tvoří národní přírodní rezervaci, kde se můžete kochat nádhernými bučinami na západním hřebeni Železných hor nebo hlubokými roklemi Lovětínského a Zlatého potoka. V této oblasti se také stýká zóna teplého Polabí s chladnými horami, velmi časté jsou tak dechberoucí výjevy jarní a podzimní mlhy líně stoupající vzhůru z roklí. Nejen proto byla v minulosti často vyhledávanou lokalitou pro malíře-krajináře. Územím vede řada atraktivních tras pro pěší a cyklisty, údolí Lovětínského potoka můžete poznat prostřednictvím naučné stezky.

## PELINY

V malebné Chocni na Pardubicku najdete učiněnou přírodní oázu. Rezervace Peliny, jejíž jméno je odkazem k starému Pelovu mlýnu, nabízí milovníkům přírody vše: lesy, skály i říční proud. Strmé opukové stráně s 20 až 35 metrů vysokými skalními útvary se smíšeným porostem a pestrou květenou se sklání nad Tichou Orlicí, která odtud teče dál k Brandýsu nad Orlicí. Pokochat se jejími krásami můžete i z výšky, z blízké Doskočilovy vyhlídky budete mít celé údolí jako na dlani. Všimněte si i pravděpodobně nejznámějšího skalního výklenku v rezervaci, který nese název Koňská díra. Kromě příjemné pěší procházky doporučujeme vyrazit klidně na kole. Okolo totiž vede také cyklistická Choceňská naučná stezka.





## BETLÉM HLINSKO

Malý návrat v čase zažijete v Hlinsku na Chrudimsku, konkrétně ve zdejší památkové rezervaci lidové architektury Betlém. Přímo ve městě, na břehu řeky Chrudimky, tam jedna vedle druhé dlí malebné roubenky, které si tu stavěli drobní řemeslníci už od poloviny 18. století. Nakouknout přitom můžete i dovnitř, přístupné je obydlí a dílna tkalce, hračkáře, ševce, pilníkáře i dělníka z továrny. Část expozice se věnuje také tradici masopustních průvodů a masek z této oblasti, které jsou právem součástí dědictví UNESCO. Před deseti lety prošel Betlém rekonstrukcí včetně restaurátorských prací. V areálu najdete roztomilou kavárnu spolu s venkovním posezením a obchůdkem s keramikou a dalšími dárkovými předměty.

## KRKANKA

Dotek přírody v nejčistší podobě zažijete také v rezervaci Krkanka poblíž Nasavrk na Chrudimsku. Skalnaté údolí řeky Chrudimky láká k pěšímu výletu ideálnímu pro celou rodinu. Obdivovat tu můžete vzácné suťové lesy, reliktní bory a podmáčené olšiny v nivě toku. Řada místních chatiček u řeky vyrostla v meziválečném období, kdy tramping zažíval svůj mocný boom. Celé údolí si můžete projít v rámci ani ne desetikilometrové okružní naučné stezky s přívlastkem keltská, která vás provede starověkým hradištěm i k rozhledně Boika. Přestože je tato vyhlídka vysoká „jen“ 14,5 metru, je z ní za dobrého počasí krásně vidět Kunětická hora i vrcholky Orlických hor, Krkonoš a Kralický Sněžník.



# Vše nejlepší, maminky!

Na neděli 8. května vychází letos hned dvě významné události – slaví se Den vítězství a zároveň Den matek. A protože milující maminka je sama o sobě vítězstvím, proč to nespojit? Přinášíme pár tipů, jak všem matkám, mamkám a maminkám jejich den náležitě zpříjemnit.

## ROZKVETLÁ TAŠKA

Na drobnosti, dárky, nákupy. Taška z autorské dílny Mankai Paper potěší všechny milovnice papíru. Tahle je z kolekce Půlnoční zahrada a veliká je tak akorát. Schováte do ní svíčku, ale unese i lahev. No neberte to!

*www.mankaipaper.cz*
82 Kč






## PŘÍRODNÍ SŮL DO KOUPELE VĚČNÁ KRÁSA

Mořská sůl od slovenské značky Soaphoria s minerály, obohacená o kozí mléko, zkrášlující bylinky a květy růže damascénské, jasmínu lékařského, chrpy polní a extrakt z vanilky je to pravé pro každodenní chvilku relaxace. Hřích si ji nedopřát každý den!

*www.folly.cz*
207 Kč



## MÁMA JE KOČKA!

Není nad to začít den voňavou kávou nebo čajem. V ručně točeném i zdobeném hrnečku české značky Emamamisu bude ráno ještě o kapku hezčí.

*www.emamamisu.cz*
550 Kč

## DÁRKOVÝ VOUCHER AMAZING PLACES

Říká se, že nejkrásnějším dárkem jsou zážitky. A takový relax ve dvou s wellness a vynikajícím jídlem, to je přímo hozená rukavice! Nechte ji vybrat, kam by chtěla vyrazit. Na tuzemském portálu Amazing places můžete vybírat ze 400 skutečně úžasných míst pro vaši dovolenou, a to nejen v Česku.

*www.amazingplaces.cz*
*cena dle výběru*





## KVĚTINOVÝ BOX LA VITAL

Stálicí všech stálic je květina z lásky. Buďte letos ještě o kus originálnější a překvapte maminku boxem z královéhradeckého květinového studia La Vital! A nemusíte se omezovat jen na květiny, do takového boxu lze schovat lahev vína, čokoládu nebo voňavou svíčku. V Hradci a Pardubicích vám zdejší floristky zajistí i rozvoz domů nebo do práce. To je panečku překvapení!

*www.kvetinylavital.cz*
*cena dle produktu*

## BIO BYLINNÝ ČAJ

Tento ajurvédský bylinný čaj v sobě snoubí vše, co každá maminka potřebuje: klid na mysli i na těle. Nese výstižný název Womankind a jeho unikátní receptura kombinuje bylinky a koření. Jemná uklidňující chuť a vůně harmonizují ženské tělo a podporují klidné psychické rozpoložení.

*www.biooo.cz*
139 Kč






## NÁHRDELNÍK „MÁMA“

Ať to všichni vědí! Jemný náhrdelník ze zlaceného stříbra kolekce Magic Moments nenechá nikoho na pochybách, že jste hrdou mámou s velkým „M“. Vybírat můžete z nespočtu variant materiálů a provedení.

*www.apart.cz*
990 Kč

## SKLENKA SE VZKAZEM

Řekněte to od srdce a pak se na to napijte! Nová kolekce skleniček s názorem od Bella Rose vykouzlí úsměv každé - po dlouhém dni v práci i při bujarém veselí na rodinné oslavě.

*www.bellarose.cz*
299 Kč



# Česneková šlechta jménem Kozák

Kam pro ten nejlepší česnek široko daleko? Do Chvojence na Pardubicku! Místní šlechtitelská stanice nese příjmení Kozák, a to je ve světě „přírodních antibiotik“ hotový pojem. Její zakladatel Jan Kozák šlechtil česnekovou sadbu přes 25 let a proslavil ji daleko za hranicemi naší země. Na kontě má i unikátní odrůdu Bjetin, která nevadí žlučníkářům. Před pěti lety převzal otěže podniku syn Václav, který na trh uvede své první šlechtitelské počiny příští rok. „Nejvíc mě na šlechtění baví ono hledání. Je to mix radosti a zklamání,“ říká Václav Kozák.



**Aktuálně máte v repertoáru 15 jedinečných odrůd česneku – nejvíc v celé Evropě. Co všechno předchází vyšlechtění nového typu?**
Spousta času, trpělivosti, zkoušení, někdy modlení. *(smích)* Vyšlechtit novou odrůdu je v případě česneku běh na dlouhou trať. Příští rok půjdou do prodeje Janko a Rusinka, na kterých pracuji už deset let, z toho poslední dva roky tráví na povinné registraci. Je to hodně mravenčí práce. V praxi to vypadá tak, že stálých odrůd sice máme 15, ale dalších několik desítek jich je rozpracovaných a jen pár z nich nakonec dostane právo na život. Nespokojíme se jen tak s něčím. Když chceme novou odrůdu, musí být lepší než těch 15 předchozích.

**Podle čeho vybíráte, která z nich se dostane do oběhu?**
Prvním kritériem je ostrost. Zároveň je ale důležitá i ušlechtilá chuť. Nesmí mít nepříjemnou či zemitou pachuť. I tím se český česnek odlišuje od francouzské, španělské a čínské konkurence. V posledních letech se zaměřujeme i na větší odolnost vůči výkyvům teplot. Nové odrůdy musí dobře zvládat například sucho.

**Jaká odrůda je u zahrádkářů nejoblíbenější?**
Ještě před pár lety to byl bezkonkurenčně Havran. Jenže pak právě přišla vlna veder, ze zimy jsme šli rovnou do léta, a to tahle konkrétní odrůda špatně snáší. V současné době si často vybírají Lukan, o kterém tvrdí, že je pěstitelsky „blbuvzdorný“. Je fakt, že z něj vám vždycky něco naroste, i kdybyste si ho na zahradě ani nevšimli. To se u každé odrůdy říct nedá. Třeba Bjetin, který je taky hodně oblíbený, protože ho mohou i žlučníkáři, tak ten je velmi citlivý na odhlávkování. To znamená, že když rostlině vyrazí květ, musíte ho co nejdřív odstranit, jinak budete mít mizernou úrodu.

**Lukana byste tedy doporučil pěstitelům-začátečníkům.**
Lukana nebo Antona. Oba jsou to nepaličáci a „držáci“. Lépe se přizpůsobují výkyvům teplot, nemusíte je odhlávkovávat a mají menší stroužky. Ty jsou u lidí ostatně také čím dál oblíbenější.

**Pomyslné šlechtitelské žezlo jste převzal po svém tatínkovi Janu Kozákovi, který se sadbovému česneku věnoval celý život, vytvořil jich nespočet a mezi pěstiteli se stal uznávaným odborníkem. Jak se vám na takovou tradici navazuje?**
Složitě. Nastavil laťku hodně vysoko, navíc v době, kdy jsem podnik přebíral, přišlo sucho a výnos česneku byl rázem nižší. Bylo to náročné období. Sice mi celou organizaci podniku i rozhodovací procesy přenechal, pořád je ale nepostradatelnou součástí. Bez jeho odborných rad a pomoci bychom se často neobešli.

> „Do posledního dne jsem váhal, jestli jít na nábytkářskou nebo zahradnickou školu.“

**Věděl jste odjakživa, že jednou budete v rodinném podnikání pokračovat?**
Do posledního dne, kdy se odevzdávaly přihlášky na střední, jsem váhal, jestli si ji podat na zahradnickou nebo nábytkářskou školu. Nakonec jsem si řekl, když už, tak už. Navážu na tátovu práci a půjdu na zahradnickou.

**Kdy vám začíná největší pracovní honička?**
Já ji mám neustále, ale sklizeň jako taková začíná začátkem července. Ono je ale opravdu pořád co dělat. Když pěstujete klasický konzumní česnek, vezmete sázecí stroj, nasázíte deset hektarů a máte do jara hotovo. U nás to vypadá tak, že na pole pomalu sázíme víc jmenovek než česneku. Každá odrůda má třeba sto různých klonů. My je musíme samostatně sklidit, namořit, sušit, a tak dále. To zabírá moře času.

**Kromě česneku se věnuje také pěstování sazenic melounů a okurek. Neuvažoval jste, že na ně přesedláte?**
Finančně by to určitě vycházelo líp, ale takhle já nepřemýšlím. Radši zasadím strom nebo keř levandule, než abych si koupil nové auto. Věřím, že člověk by měl víc dávat než jen dokola brát. Se sazenicemi melounů a okurek je práce, v porovnání se šlechtěním česneku, poměrně snadná. Když se to jednou dobře naučíte, sekáte pak jednu rostlinu za druhou. Česnek je oproti tomu alchymie. Nikdy nevíte, jestli se to podaří. Baví mě na tom to zkoušení, hledání. Je to mix radosti i zklamání. Nutno ale dodat, že prodejem roubovaných sazenic okurek a melounů vlastně dotujeme šlechtění česneku.

**Máte po vší té práci s česnekem na něj ještě vůbec chuť? Že byste si s ním namazal topinku nebo jen tak zasyrova zakousl?**
To víte, že mám. Když vezmete v úvahu všechny jeho blahodárné účinky na zdraví, měl by ho jíst každý! Navíc český česnek je opravdu ten nejlepší na světě! Dlouho jsem si myslel, že je to jen naše národní hrdost, ale když si projedete zahraniční pěstitelská fóra, zjistíte, že to tak opravdu je. V zimě se ho snažím jíst častěji a vůbec nejlepší je si ho dát před sázením. Krásně prokrvuje a nemrznou mi u toho tolik prsty.

*Michaela Zumrová*
*foto: Ondřej Šlambora a archiv*



## Chvojenecká „patnáctka“

Kozákovi soukromě šlechtí česnek od roku 1992. Od roku 2010 vlastní 15 registrovaných odrůd: **Anton, Benátčan, Bjetin, Blanin II, Havel, Havran, Japo II, Jovan, Lukan, Matin, Mirka, Slavin II, Stanik, Vekan, Záhorský II.** V roce 2014 za svou kolekci získali prestižní cenu ministerstva zemědělství Zlatý klas.


Zelená
je dobrá

# Netoxický domov

Chemie. Obklopuje nás každý den a doslova a do písmene prostupuje našimi životy. Dýcháme ji, polykáme, vtíráme do kůže. A přestože je vskutku dobrým sluhou, kterému za mnohé vděčíme, je zároveň zatraceně zlým pánem. Vztah s chemií je zkrátka někdy až příliš toxický. I proto se čím dál víc lidí snaží její přítomnost ve své bezprostřední blízkosti omezit a tvoří tzv. netoxické domácnosti. S našimi tipy to zvládnete i vy! To by bylo, aby s jarem váš domov krapet „nezezelenal".





## NON TOXIC JE COOL

Že jsme to, co jíme, jsme si už zvykli. Že jsme ale i to, v čem žijeme, na to teprve přicházíme. Přitom náš domov, prostor, kde v součtu trávíme spoustu času, může být nechtěná základna plná jedů a toxinů. Jejich dlouhodobé působení může vést k různým alergiím, ekzémům nebo autoimunitním poruchám. Přitom stačí udělat pár drobných změn, které jim u vás doma doslova ukážou dveře!

## AŽ TAK MOC TĚ NEŽERU, PLASTE!

Plast je dobrý sluha, ale zlý pán. Nemusíte však hned šmahem vyházet všechny plastové komponenty vaší domácnosti. Bohatě postačí, když jejich využívání omezíte. Vyzkoušejte si nákup v bezobalové prodejně – nejenže je to oproti běžné rutině v nákupních centrech osvěžující změna, naučí vás také větší šetrnosti a odhadu, kolik toho doopravdy spotřebujete. Seženete tam vše od mouky, obilovin, luštěnin, těstovin, rýže přes cereálie, semínka, koření, oleje až po čokoládu, čaje, sušené ovoce a zeleninu i základní drogerii. Nakupovat lze také dopředu na objednávku, zboží pak jen jednoduše vyzvednete. Na plastovou nadvládu si také vzpomeňte ve chvíli, kdy budete strkat jídlo do mikrovlnky. Dozajista superpraktické krabičky vyměňte za keramické misky nebo talíře. Teplo totiž mění vlastnosti plastu a mohou se z něj začít uvolňovat nebezpečné látky. A rovnou do vašeho oběda!

## ROZVOŇTE SE SÓJOU, MEDEM A PYLEM

Pokud netrpíte přímo pyrofobií, svíčky jsou vítaným tvůrcem útulné a voňavé domácí atmosféry. Dejte však pozor, jaké svíčky zapalujete – abyste si pod rouškou líbivé vůně nezahlcovali obývák škodlivými ropnými výpary. Místo po parafínových tak raději sáhněte po těch ze sójového vosku. Jejich výroba je v současné době velmi oblíbená, a tak je výběr opravdu obrovský. I tady ale doporučujeme pečlivě číst složení a vybírat ty, které jsou ovoněné jen přírodními esenciálními oleji. To je teprve echt přírodní „páleníčko“! Stoprocentní volbou jsou v tomto směru svíčky ze včelího vosku se svou typickou zlatavou barvou a jemnou vůní po medu a pylu. Oproti konkurenčním voskům má ten včelí jednu nepopiratelnou výhodu: jeho bod tání je zdaleka nejvýš, a tak vám svíčka vydrží hořet až třikrát déle. Ne vždy zkrátka platí, že co je přírodní, nás musí z principu finančně ždímat.

## NA POMOC HLÁSÍ SE MÝDLO

Ořechy, sliz, hobliny. Variant, jak do svého praní zapojit ekologické pomocníky, je celá řada. Možná k nim budete zpočátku skeptičtí, ale jako všechno, je to jen a pouze o zvyku. Když se do toho pustíte, brzy zjistíte, že šetříte nejen životní prostředí, ale také svoji peněženku. Přírodní mýdla se totiž v odpadních vodách působením bakterií a za přítomnosti kyslíku rozloží za poměrně krátkou dobu beze zbytku na vodu, oxid uhličitý a soli. Jejich domácí výroba je navíc levnější a vydrží vám delší dobu. Přitom nejde o kdovíjak složitý proces. Pro klid duše ho doporučujeme nezkoušet na své oblíbené košili nebo halence, ale třeba na povlečení nebo volnočasovém oblečení. Jednou z variant je smíchat prací sodu s nastrouhaným mýdlem (v poměru 1000 g ku 100 g), čím dál oblíbenější je i tekutá prací verze neboli mýdlový sliz. Na ten budete potřebovat 250 g prací sody, stejné množství nastrouhaného mýdla a pět litrů vody. Nastrouhané mýdlo jednoduše zalijte litrem horké vody, rozmíchejte a dolijte horkou vodou do pěti litrů. Přidejte sodu a při chladnutí znovu občas promíchejte. Dávkujte 250–500 ml na pračku. Nechce se vám doma nic vyrábět? Sáhněte po mýdlových vločkách nebo hob-

> *„Plast je dobrý sluha, ale zlý pán.“*

linách. Ty jednoduše nasypete v uvedeném množství do bubnu pračky, v případě tvrdé vody vsypete lžíci prací sody. Pro dokonalé vypláchnutí zbytků pracího prostředku a neutralizaci prací lázně přidáte do závěrečného máchání máchadlo, tedy roztok kyseliny citronové nebo ocet.

## ÚKLID ZVLÁDNETE S CITRONEM, SODOU A OCTEM

Není to ještě tak dávno, co v domácnosti stačil na úklid ocet, jedlá soda a kyselina citronová. V současné době se však na běžnou údržbu koupelny a kuchyně často používají ty nejtoxičtější přípravky vůbec. Přitom úplně zbytečně. Jak jsme zmiňovali v předchozím bodě o praní, ani v tomto případě si domů nemusíte pořizovat výbavu pro malého chemika. Nemáte-li chuť míchat sodu s vodou a citronem, vězte, že v 21. století si pohodlně vyberete z již hotových přípravků. Záleží, co preferujete – vyhraje to sypká směs, nebo roztok v rozprašovači?

Na závěr ještě poslední tip: ať už se rozhodnete zkusit všechno, nebo odstartujete jen s jednou drobnou zelenou změnou, vězte, že všechno se počítá. A jednou se začít musí, tak proč ne právě na jaře!

### Non toxic kosmetika

Sluší se připomenout, že i kosmetická polička v koupelně je součástí naší domácnosti. Začněte malými krůčky – sprchový gel z přírodních ingrediencí? Věřte, že rozdíl nepoznáte. U dekorativní kosmetiky našlapujte pomalu. Je těžké vzdát se oblíbené řasenky nebo rtěnky, na trhu už ale existuje spousta šetrných alternativ, takže vás hledání a zkoušení možná nakonec začne i bavit!

*Michaela Zumrová*
*foto: archiv*



Mýdlové vločky na praní
*www.netoxickadomacnost.cz*




Tekutý prostředek na mytí nádobí
*www.biooo.cz*



Svíčka z včelího vosku
*www.svetloodvcel.cz*




Univerzální čistič na různé povrchy
*www.netoxickadomacnost.cz*



Tradičně vyráběná keramika
*www.emamamisu.cz*




Co je váš svět? Vaše cíle, vaše rodina, vaše kariéra? IONIQ 5 – čistě elektrické SUV s rozvorem o výjimečné délce 3 metrů – vám s tím vším pomůže nebývalou silou. Cestujte s dojezdem až 481 km. Nabíjejte ultrarychle, např. z 10 na 80 % kapacity baterie v ideálních podmínkách za pouhých 18 minut. Vydejte se za svými ambicemi s možností napájet externí spotřebiče výkonem až 3,6 kW či s dálničním asistentem druhé generace HDA 2. To je jen několik z řady jedinečných předností nového vozu IONIQ 5. **www.hyundaihk.cz**

HYUNDAI HRADEC

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

HYUNDAI

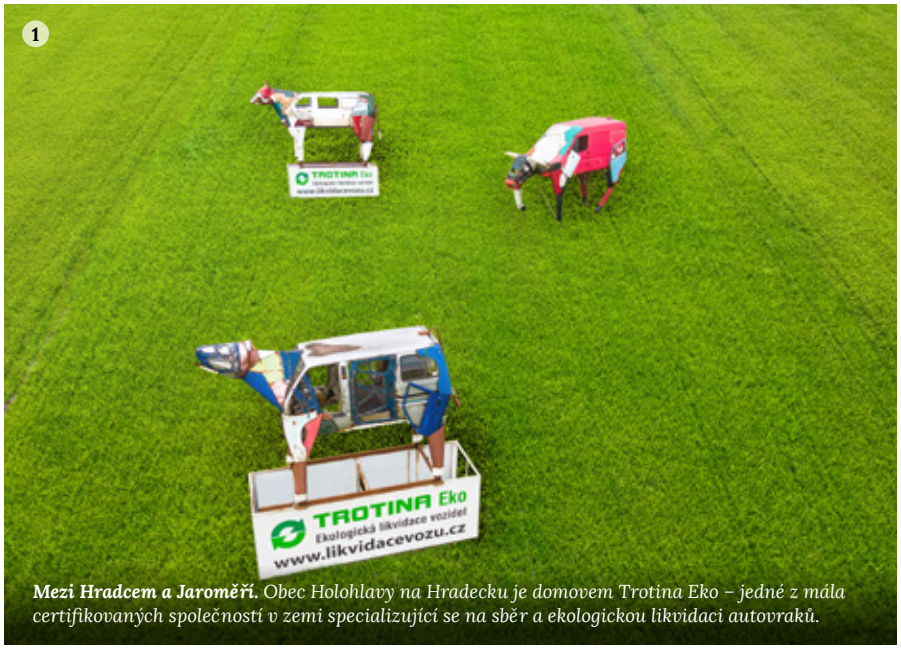
5 LET KOMPLEXNÍ ZÁRUKY BEZ OMEZENÍ KM

8 LET 160 000 km Záruka na trakční akumulátor

IONIQ 5 – kombinovaná spotřeba elektrické energie 16,7–20,1 kWh / 100 km; emise $CO_2$ 0 g/km.

# Chce to pevnou ruku!

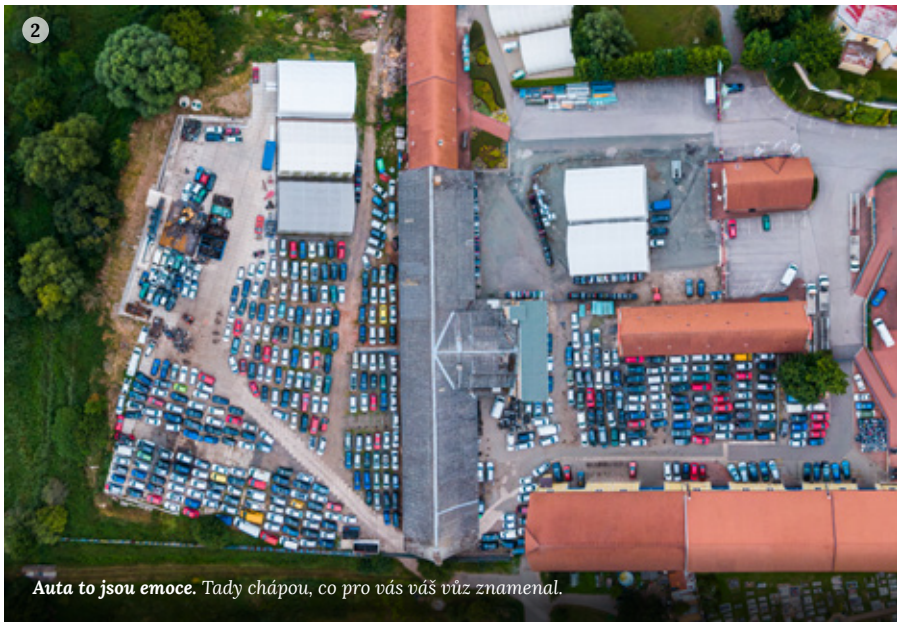
Není vrak jako vrak. Ať už váš vůz dosloužil z jakéhokoli důvodu, v Trotině Eko ví, jak ho rychle a hlavně ekologicky zlikvidovat. Podívejte se, jak v jenom z nejmodernějších zařízení svého druhu v republice píšou další kapitolu „života po životě“ vašeho auta.




1

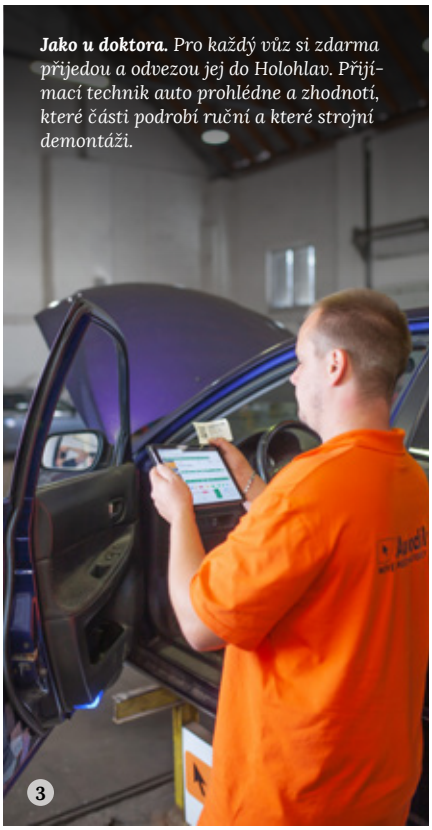
**Mezi Hradcem a Jaroměří.** *Obec Holohlavy na Hradecku je domovem Trotina Eko – jedné z mála certifikovaných společností v zemi specializující se na sběr a ekologickou likvidaci autovraků.*

> „*V současnosti je vyráběno o zhruba 70 milionů víc aut než před 30 lety. A tak je potřeba je skutečně ekologicky likvidovat.*“
> Petr Šimurda, majitel



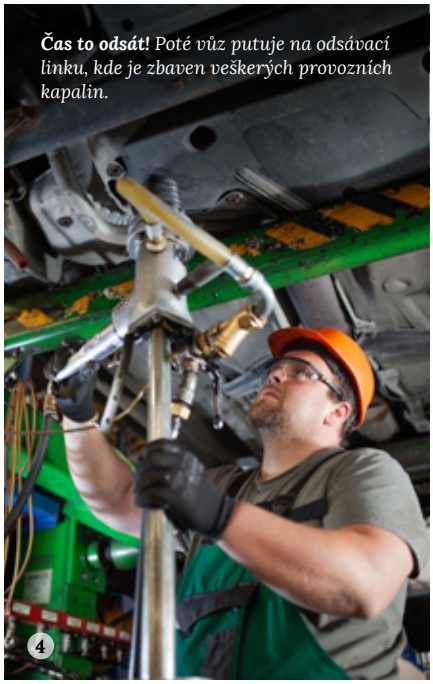
2

**Auta to jsou emoce.** *Tady chápou, co pro vás váš vůz znamenal.*



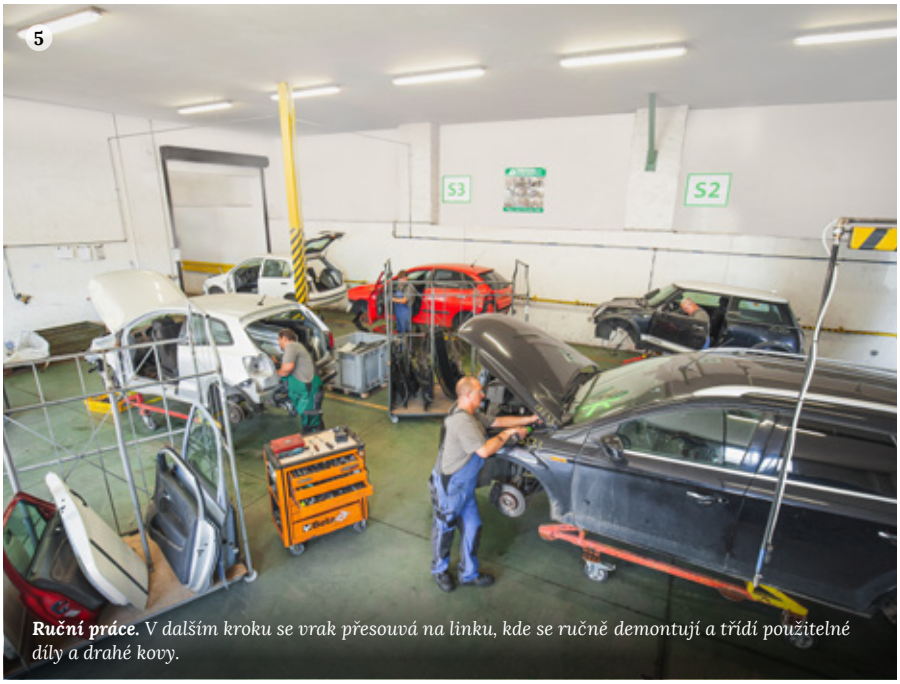
3

**Jako u doktora.** *Pro každý vůz si zdarma přijedou a odvezou jej do Holohlav. Přijímací technik auto prohlédne a zhodnotí, které části podrobí ruční a které strojní demontáži.*



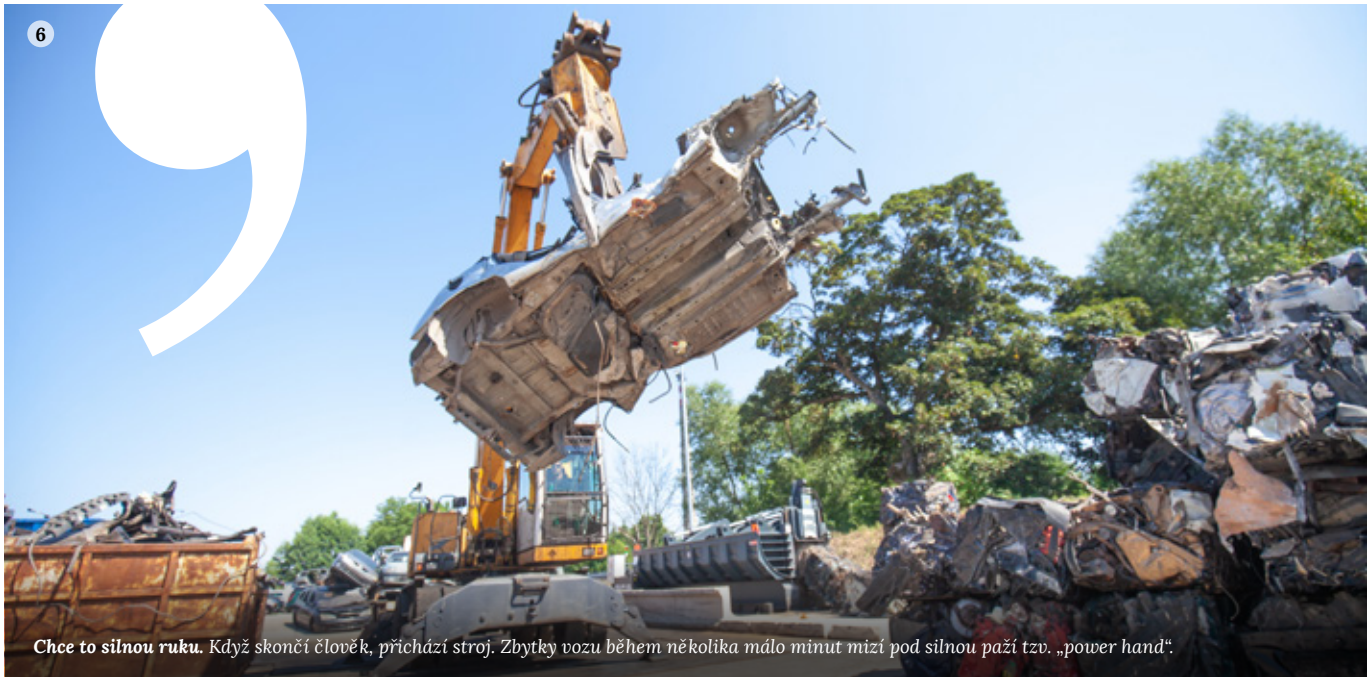
**Čas to odsát!** *Poté vůz putuje na odsávací linku, kde je zbaven veškerých provozních kapalin.*

4



5

**Ruční práce.** *V dalším kroku se vrak přesouvá na linku, kde se ručně demontují a třídí použitelné díly a drahé kovy.*



6

**Chce to silnou ruku.** *Když skončí člověk, přichází stroj. Zbytky vozu během několika málo minut mizí pod silnou paží tzv. „power hand“.*



**Vzhůru do lisu!** *Zbylé plasty putují na slisování. Vzniklé balíky se pak předávají specializované firmě na další zpracování.*

7



8

**Pořádek dělá přátele.** *Použitelné díly, které z vraku zbyly, jsou pečlivě roztříděny, zaevidovány, popsány a nafoceny k dalšímu znovupoužití.*



# Jedlá exotika v obýváku

Papriky a rajčata pěstuje kdekdo. Co takhle tentokrát zkusit něco netradičního? Exotické rostliny se dají po většinu roku docela úspěšně pěstovat v obývacím pokoji. Splní úlohu originální pokojovky a ještě se mohou odměnit chutnými plody. Jakou si vyberete?

## ŠŤAVNATÝ ANANAS

I když to bude vyžadovat dávku trpělivosti, svůj vlastní ananas si vypěstujete překvapivě jednoduše. Postačí růžice z kousku, který si předtím koupíte v obchodě a potěšeně sníte. Vyberte zdravý a svěže vypadající ananas ideálně s nepoškozenou růžicí listů. Při porcování růžici nejprve odkruťte točivým pohybem. Při odkrojení zůstane na spodní části růžice i kousek dužiny, který by mohl zahnívat. Dalším krokem je zakořenění ve vodě. Spodní část by měla být ponořená zhruba 1 až 2 centimetry. Nádobu s vodou a růžicí umístěte na teplé a světlé místo bez přímého slunečního svitu. Kořínky se objeví zhruba za jeden až dva měsíce. Po přesazení do zahradnického substrátu napůl promíchaného s pískem začíná běžná péče. Se zálivkou raději opatrně, i zde platí, že méně znamená více. Než vám dá tahle bromélie chutný plod, potrvá to zhruba tři roky a několik přesazení do většího květináče.



## DLOUHOVĚKÝ OLIVOVNÍK

Olivovník v květináči vypadá jako krásný stromek a při správné péči můžete sklízet i vlastní olivy. Všechno začíná ze semínka, které před vysetím jemně obruste pilníkem a nechte zhruba dva dny namočené ve vodě. K tomu je nezbytný pobyt v chladu lednice či při venkovních nízkých teplotách, a to zhruba dva měsíce. Jestli na tenhle složitý postup nemáte nervy, bez problémů seženete už vzrostlejší olivovníky. Roste poměrně pomalu a nejvíce ocení dostatek čerstvého vzduchu. Skvěle se mu bude dařit ve světlé vstupní hale nebo zimní zahradě. Přes léto si rád užije trochu slunečních paprsků na terase či na zahradě. Olivovníku nevadí sucho, takže když občas zapomenete na zálivku, snadno se s tím srovná. Pro snazší opylení je dobré mít alespoň dvě rostliny.



## AROMATICKÝ KÁVOVNÍK

Než začnete vysévat kávovník, věnujte se pečlivě výběru vhodných semínek. Zároveň vězte, že z pražených kávových zrn nic nevzejde. Pro výsev vyberte světlé místo, výživný substrát a počkejte zhruba deset dní, než na vás kávovník vystrčí první lístky. Jde o poměrně nenáročnou pokojovou rostlinu s jemně lesklými listy. Nejlepším místem pro pěstování je okno na jih, zvládne ale dobře východ i západ. Během léta mu bude lépe v mírném stínu za záclonou. Substrát a hnojivo vyberte klasické pro pokojové rostliny. Zálivku podle potřeby, ale nesmí

dlouhodobě stát ve vodě. V zimě nemusí suchý vzduch a studený průvan. Kávovník arabský se za správnou péči poměrně brzo odmění bohatým kvetením a jasně červenými plody. V ideálních podmínkách z něj můžete vypěstovat stromek o velikosti menšího fíkusu.

## OBLÍBENÉ AVOKÁDO

Semínko avokáda je opravdu velké. Ano, jde přesně o tu vypouklou pecku uprostřed každého plodu. Pro získání vlastní rostlinky budete potřebovat nádobu s vodou, špejle a zdravě vypadající pecku bez viditelných poškození. Po obvodu vytvořte tři dírky, do kterých dáte párátko nebo špejli. Tím vytvoříte provizorní stojánek, aby byla pecka v dostatečné výšce nad vodou. Do sklenice dejte vodu tak, aby se hladina lehce dotýkala spodní části pecky. A vyčkejte. Za dva až šest týdnů se objeví nejdříve kořínky a postupně začnou rašit i první lístky. Když ani do dvou měsíců pecka nic neudělá, kupte si jiné avokádo a zkuste to znovu. Vyklíčenou pecku s kořeny a lístky přesuňte do květináče se substrátem pro pokojové rostliny. Zalévejte přiměřeně a jednou za čas dopřejte avokádu hnojivo pro citrusy. Vlastní plody můžete očekávat zhruba za pět let poctivého pěstování.



> *„Pěstování ze semínka vyžaduje hodně trpělivosti a času.“*



## KRÁSNÁ KURKUMA

Kurkuma je oblíbeným kořením. Její druhé jméno je indický šafrán, oficiálně nese název kurkumovník dlouhý. Vypěstovat se dá z kousku kořene, který seženete podobně jako zázvor. Jakmile z kořene vyraší malá rostlinka, dopřejte jí teplé stanoviště s dostatečnou vzdušnou vlhkostí. Tu zvýšíte i tím, že květináč postavíte do misky s kamínky a přidáte vodu pro odpařování. Substrát volte spíše lehčí s dostatečnou příměsí písku. Nejlépe kurkumovník poroste na jižním nebo východním okně. Přes zimu je typické přezimování v podobě hlíz, kterých bývá o něco více díky tomu, jak rostlina přes rok vyrostla. To je ideální čas pro namnožení více rostlinek. Kurkumovník potěší svými nádhernými fialkovými nebo bílými květy, které jsou žádané i do kytic, protože vydrží opravdu dlouho.

## TEPLOMILNÁ PAPÁJA

Semínka papáji zasaďte do substrátu s rašelinou, ošetřete proti plísni třeba peroxidem vodíku a nechte klíčit při pokojové teplotě. Nejdéle za pět týdnů byste měli zpozorovat první lístečky. Papája má ráda teplo, takže pěstování v bytě je ideální. Ocení letnění na čerstvém vzduchu. Zhruba za dva roky můžete očekávat první květy. U papáji bývají jak samčí, tak samičí, takže pro vlastní plody je lepší mít rostlinek víc a se štětečkem si zahrát na včeličku. Velikost plodů sice nebude taková jako v obchodě, ale radost z nich bude o to větší.

## JEDINEČNÝ LIMETKOVÝ KAVIÁR

Semínka tohoto speciálního citrusu zřejmě neseženete, ale mladou rostlinku koupíte v lepším zahradnictví. Jde o keřík s malými listy a trny. Plody jsou oválného tvaru se zelenou slupkou. Největší překvapení ale čeká uvnitř. Místo klasické limetkové dužiny se tam skrývají malé kuličky připomínající kaviár. Chuť je výrazně limetková a mírně kyselá, přičemž jednotlivé kuličky jemně křupou. Limetkový kaviár bude luxusním kouskem do sbírky milovníků citrusů i netradičních pokojových rostlin. V létě potřebuje dostatek slunečního světla a na zimu spíše nižší teploty a opatrnou zálivku. Hnojivo pro citrusy přidávejte po celý rok. Kvetení přichází na podzim až začátkem zimy. Plody tak dozrávají právě během zimních měsíců. Stejně jako jiné citrony obsahuje hodně vitamínu C.

## NETRAPTE SE S PĚSTOVÁNÍM OD SEMÍNKA

Sklízet plody z rostliny s láskou vypěstované ze semínka je krásným zážitkem. Na druhou stranu, pěstování ze semínka vyžaduje hodně trpělivosti a času. Proto se nebičujte tím, že využijete zkratku. Řadu exotických rostlin zakoupíte v obchodech v již vzrostlé velikosti. Hned vypadají jako krásná dekorace a čekání na květy a plody nebude tak dlouhé. Tak úspěšné pěstování!

*Šárka Stuchlíková*

VINOTÉKA
u mazlíka

DLABKA

# OBJEVTE UMĚNÍ DESTILACE
## & LISOVÁNÍ OVOCE

Nově nabízíme kvalitní pálenky, z rodinné palírny Dlabka.

Vše začíná sběrem toho nejlepšího a nejsladšího ovoce, správným vedením kvasu a posledním krokem je samotná destilace.

### NABÍZÍME:

- **Jablkovice** z dubového sudu 48%
- **Hruškovice** ze sudu 45%
- Černá **Rybízovice** 45%
- Dlabka **Portal** 48%
- Dlabka London **Dry Gin** 45%
- Dlabka **Winter Gin** 45%




# Novinka

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

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

# Zahrada všemi smysly

Víc než dvacetiletou tradicí na trhu se pyšní společnost New Visit s.r.o. Jsou rodinnou firmou ve smyslu rodiny a přátel, z nichž někteří v ní pracují od samého začátku. Tomáš, Mirek a Tomášova žena Jitka Jiránkovi s jarem představují novou větev na pomyslném stromu. Tou je značka New Visit Garden Store.

**Rok 2022 jste zahájili velkolepě - otevřením nové luxusní prodejní galerie v královéhradeckém areálu Inpoz. Co vás k tomu motivovalo?**

Již od roku 2000 se snažíme patřit do rodiny firem, kterým záleží na kvalitě života lidí venku. Jmenuje se to kultura prostředí, nebo také prostě a jednoduše hezké místo. Architektura k tomu patří, my se soustředíme na architekturu krajinářskou a zahradní design. V proporcích celoměstského významu nebo také v rodinných proporcích. Jsme podepsáni pod projekty s úspěšnou ambicí vstupu na seznam světového a přírodního dědictví UNESCO, baví nás pracovat pro hezčí prostředí firemních či obchodních zón a v neposlední řadě se těšíme z každé radosti v rodinné zahradě. Přes dvacet let navrhujeme a realizujeme, dnes k tomu ještě vybavujeme. A to je ta naše nová aktivita, kterou připravujeme už několik let. Rozhodli jsme se, že nebudeme nabízet pouze přes katalogy a internet, ale naším okem či rukama vybranou kvalitu zprostředkujeme přímo. Zodpovědně a s vlastním přesvědčením o kvalitě. Zákazníci chtějí vidět produkty na vlastní oči, osahat si je, vyzkoušet. Proto otvíráme novou prodejní galerii zahradního designu. New Visit Garden Store. Jste naší váženou návštěvou v nové prodejně zahradního nábytku, gastro služeb, svítidel, mechanizace, sprch, nádobí a podobně dalšího, co souvisí s pohodlím, relaxací a příjemným bytím na zahradě, v parku, na ulici. Prostě venku.

**Jaké máte s touto jedinečnou galerií plány? Co je hlavním benefitem pro zákazníky?**

Postupně chceme nabídnout hlavní prvky prémiového zboží do zahrad, na terasy, na život venku obecně. Proč prémiový? Protože kvalita předurčuje spokojenost, trvanlivost a udržitelnost. Opakujeme často větu našeho dědečka, který nám už v socialismu citoval moudrou Rothschildovu větu: „Nejsem tak bohatý, abych si mohl dovolit kupovat laciné věci." V Rothschildově originále je to „I'm not rich enough to buy cheap things." Děda myslel na broušené sklo z poděbradských skláren, boty či například primky, které nám, svým poděbradským vnoučatům zásadně kupoval on. V hromadění levných věcí v přeplněných obchodních sítích kvalita života nespočívá. A druhý děda byl poctivý, řemesla znalý zahradník. Myslíme si, že také tady jsou kořeny našeho vztahu k tématu. K otázce tedy: hlavní benefit je profesionální výběr kvality pro naše klienty. Kvalita je pro nás zásadní kritérium. Benefitem je určitě již zmíněná možnost si vše osahat, vyzkoušet a vše si promyslet. Máme zkušenost, že je krásné si do některé ze sedaček na terasu u nás sednout, dát si kafíčko a přemýšlet o tom. Moc se z toho těšíme. Věříme v to.

> *„Umění je živou součástí architektury, zahrad a veřejného prostoru."*

**Již dlouhé roky zastáváte názor, že zahrada je pátý pokoj. S jakými značkami jste v tomto směru spojily své jméno?**

Tou metaforou o obýváku a zahradě myslíme to, že domov tvoří lidé, vztahy a prostředí, ve kterém žijeme. Pokud si někdo pořídí dům, teprve s kvalitou zahrady může vzniknout domov. To je jako celostní medicína. Jsme přesvědčeni, že poskytujeme prémiové služby, a proto také spolupracujeme s prémiovými značkami. Snažíme se mít pro začátek od jednoho typu výrobků nejméně dvě značky. Nabízíme domácí a stejně tak světové. Podobné je to s designéry a umělci, kteří jsou pod výrobky autorsky podepsáni. U nábytku to jsou to například česká značka světového renomé Todus, italská Nardi či prémiový nábytek rovněž z Itálie



Varaschin, kde navrhuje známá designérka Monica Armani. Nechybí přitom ani náš vlastní design. Zatím kamenný nábytek od New Visit. Nejsme světová značka, ale věřím, že jde o produkt evropské kvality. Věříme, že se máte na co těšit. Venkovní sprchy nabízíme holandské, italské či německé, JEE-O, AMA, Ideal. Též krásné venkovní květináče a stolní mísy české značky Betoni, osvětlení německé IP44 či holandský In-lite. Prvky pro gastro, jako jsou venkovní ohniště, grily, vybavení pro kuchyně od holandské Adezz, italské Barazza, nechybí česká Karma Premium a nádobí Simax od českých sklářů z Kavaliéru.



**Zmínil jste, že si řadu výrobků mohou zájemci „osahat". Co konkrétně si u vás vyzkouší?**

Všechny výrobky jsou od špičkových výrobců, jsou mnohdy vyráběny ve spolupráci s designéry. U nás se například můžete zhoupnout v krásné houpací sofá od Todusu, nebo také vysprchovat pod venkovními sprchami, které máme v naší prodejně vystavené. Jsou funkční proto, aby si zákazníci směli vyzkoušet proud vody a celkovou atmosféru sprchy. Zkrátka, jak říkal Komenský, všemi smysly. Další peckou jsou umělecké plastiky poděbradského sochaře a designéra Davida Exnera, který s námi spolupracuje již několik let. Umění je živou součástí architektury, zahrad a veřejného prostoru. Zkrátka chceme vám všem nabídnout zahrady plné radosti, zážitků a chuti.

**To ale není jediná novinka v New Visit, zahájili jste také spolupráci s Husquarnou a otevřeli novou prodejnu a servis.**

Ano, protože chceme-li si zahradu užít, musíme se o ní také umět postarat. A navíc sledovat inovativní trend tiché a šetrné péče. Patří to k celostnímu pojetí, které u nás propagujeme. Se špičkovými dodavateli zahradní techniky Husqvarna a Honda jsme spolupracovali již dříve, zejména při realizacích zahrad našich klientů a v péči o parky. Jsme jim nápomocni s výběrem techniky. Podle nás není nic lepšího, než když spojíme naše znalosti a zkušenosti s údržbou parků a zahrad a nabídneme to nejlepší, co na trhu je. Přímou spolupráci s dodavateli jsme začali v prosinci 2020. Dalšími značkami jsou příkladně Ego, Swardman, Allet, Fiskars, Bahco. Samozřejmostí je poskytnout i dobrý servis strojů, které nabízíme.

*Michaela Zumrová, foto: Lukáš Pelech*

inzerce




new visit

navrhujeme
realizujeme
vybavujeme

new visit garden store
new visit realization
new visit architects

New Visit s.r.o

Vančurovo náměstí 1293/9b
500 02 Hradec Králové

+420 493 035 335
+420 602 228 098

info@newvisit.cz
www.newvisit.cz




# Fenomén Hermès

Luxus, design a kvalita. Tři slova, která charakterizují tuto fenomenální francouzskou značku. Pod názvem Hermès si možná jako první představíte luxusní šátky, které svým designem a důrazem na detail připomínají drahé umění. To je ale jen malý kousek pestré mozaiky příběhu Hermès.


CARTES
À NOUER
CARDS
KNOTTIN
cuir par
brillants

Módní dobrodružství začalo v Paříži v roce 1837. Francouzská firma, která se zabývá výrobou luxusních předmětů a módních doplňků, jako jsou kabelky, obuv, šperky, hodinky a oděvy, našla postupně zalíbení i ve výrobě parfémů, kosmetiky a bytových doplňků. Typické je ruční řemeslné zpracování a luxusní materiály, včetně dnes už kontroverzní krokodýlí kůže. Vraťme se ale na začátek…

## ŠEST GENERACÍ ŘEMESLNÍKŮ

Zakladatel značky Thierry Hermès se narodil v roce 1801 v Německu. Jeho otec byl Francouz a matka Němka. Když mu bylo dvacet let, osiřel a následně odjel do Francie, kde rozjel byznys s velmi kvalitními tepanými postroji a uzdami pro koně. Zboží Hermès mělo špičkovou kvalitu a na Expositions Universelles v Paříži tehdy vyhrálo první cenu. Thierry od začátku vzácně chápal a předvídal očekávání svých zákazníků, ostatně s nimi sdílel touhu po jednoduchosti a lehkosti. Mezi jeho klienty patřila tehdejší evropská smetánka včetně Napoleona III. a jeho ženy Eugenie de Montijo. Sortiment brzy rozšířil na cestovní tašky, kabelky a zipy.

S manželkou Christine zplodil jediného syna Charlese Émila, jehož dva synové, vnuci zakladatele, se významně zapsali do vývoje značky, kterou ambiciózně rozšířili daleko za hranice Evropy. Zlom přišel během meziválečného období, které se pochopitelně vyznačovalo značnou změnou životního stylu, a módní dům se jí pružně přizpůsobil. V roce 1925 vznikla první pánská konfekce v čele s golfovou bundou. Pro doplnění vzhledu svých zákazníků Hermès v roce 1927 představil šperky, hodinky a sandály. O dekádu později se pak zrodily slavné hedvábné šátky.

V 50. letech v Cannes několik pánů, které kvůli nevhodné garderobě nevpustili do kasina, navštívilo sousední obchod Hermès a sháněli kravatu. Tato poptávka vedla k zahájení výroby tohoto hedvábného doplňku, který se posléze stal základním prvkem pánského šatníku Hermès. Ve stejné době vznikl i slavný Chaîne d'ancre náramek, jehož návrh byl inspirován loďmi kotvícími v Normandii.

V 70. letech pak vznikla první dámská kolekce ready to wear včetně slavné spony ve tvaru písmene H. Během 80. let zažíval Hermès revoluci, bylo založeno hodinářství známé jako La Montre Hermès. V 90. letech se dílny přestěhovaly z prvního patra rušné ulice rue Faubourg Saint-Honoré kousek za Paříž. Místo bylo v roce 2013 rozšířeno o Cité des métiers, velký projekt zahrnující několik budov propojených pěti tematickými zahradami. Značka Hermès expandovala po celém světě otevřením mnoha obchodů. Mezi nimi nechyběly ani tzv. Maisons Hermès na Madison Avenue v New Yorku v roce 2000.



Rodina přitom zůstala stále u pomyslného kormidla firmy. Ostatně, zástupce v pořadí již šesté generace potomků Hermèse Pierre Alexis Dumas byl jmenován uměleckým ředitelem značky v roce 2011. Dům rozšířil své portfolio a krátce předtím doplnil svou nabídku šperků o první kolekci Haute Bijouterie. Další rok také poprvé uvedli na trh látky a tapety. V roce 2015 vznikla spolupráce se společností Apple, kde Hermès Horizons navrhl unikátní a na míru šité řemínky pro Apple Watch Hermès. V roce 2020 představili také svou první beauty kolekci Rouge Hermès zasvěcenou kráse rtů.

*„Ikonický náramek byl inspirován kotvícími loďmi v Normandii."*



## KELLY, TAŠKA NA POČEST PRINCEZNY

Ale představme ještě pár ikonických kousků z tvorby Hermès. První a zároveň nejznámější kabelka, kterou navrhl Robert Dumas ve 30. letech 20. století, nesla jméno Grace Kelly a byla vytvořena na počest slavné princezny z Monaka. Tento skvost s sebou přinesl nečekané ohlasy. Další známou kabelkou je slavná Birkin bag, která nese jméno po britské herečce Jane Birkin, jež si postěžovala Dumasovi, že její kabelka není vhodná na každodenní nošení. Ten ji proto pozval do Francie, kde společně vytvořili právě Birkin bag. Ženy si ji zamilovaly už tehdy a obdivovat ji nepřestaly dodnes – především pro její jedinečný tvar a popularitu u spousty slavných celebrit. S oblibou ji nosí třeba Kim






Kardashian, Victoria Beckham nebo Jennifer Lopez, která má údajně ve svém šatníku přes sto kusů této kabelky. Cena nové „birkinky“ se přitom pohybuje od 150 tisíc do 2,5 milionu korun. Přesná cena závisí především na velikosti a materiálu, vyrobit ji trvá od 18 do 24 hodin. Nejvěhlasnější kabelky jsou tak žádané, že si na ně po objednání a zaplacení budete muset počkat zhruba šest měsíců, ale může to být i více než rok. Těchto kabelek se dodnes vyrábí omezené množství, aby si zachovaly svou exkluzivitu a vysokou cenu.

*„Klientem Hermès byl i Napoleon III. a jeho žena Eugenie de Montijo.“*

## ŠÁTEK K NAROZENINÁM

První hedvábný šátek Hermès spatřil světlo světa v roce 1937, tedy ve stejném roce, kdy Hermès oslavil 100. výročí. Značka si ve francouzském Lyonu pořídila specializovanou továrnu na jejich výrobu. Klasické šátky Hermès pochází z přírodního hedvábí nebo směsi kašmíru a hedvábí. Všechny mají ručně šité lemy. Současné šátky Hermès mají nejčastěji rozměr 90 × 90 cm, váží 65 gramů a každý je utkán z 250 kokonů bource morušového. Tento luxusní módní doplněk vynesla i královna Alžběta II. či princezna Margaret. Madonna trendu také podlehla a oblíbila si šátek s motivem „La Vie au Cheval“, který nosila zásadně přes hlavu.

## KOMUNITA S VELKÝM „K“

Typickým zákazníkem této honosné značky je žena nebo muž mezi 30 až 55 lety. Pro toto věrné a stále rostoucí publikum je otevřeno 306 obchodů ve 45 zemích. Žádné dvě výlohy nejsou stejné, což odráží jedinečnost každého obchodu po celém světě. Není divu, že svým unikátním tvůrčím rukopisem i ojedinělým prozákaznickým přístupem dobývá Hermes stále nová klientská srdce a milovníky módy nenechává na pochybách, že patří mezi nejvýznamnější brandy všech dob.

*Aneta Zeunerová*
*foto: archiv*



***Barvou roku je Very Peri.*** *Modrý odstín s fialově červeným podtónem reflektuje sebevědomí, kreativitu, dynamiku a odvahu. Barvu, která bude kralovat následujícím 12 měsícům, každoročně vyhlašuje Pantone Colour Institute a jde o první odstín roku, který v jejich vzorníku vznikl jako zcela nová barva. Na první pohled připomíná rozkvetlý šeřík nebo levanduli. Je plný něhy a energie zároveň a přesně takové přívětivé emoce má přinést i do pandemií zkoušené společnosti. Líbí? Měla by, protože v nadcházejících měsících ji budeme vídat často – barva roku se totiž silně pojí se světem módy a designu.*



# Ve znamení skla

Každá blyštivá sklenka, křehká váza a průhledný šperk si zaslouží svůj svátek, a ten připadá na rok 2022, který byl vyhlášen Mezinárodním rokem skla. A komu tímhle článkem prospějeme? Všem citlivým duším, co se rozplynou nad poctivou prací českých designérů a sklářů.



## ČESKÝ LUXUS JMÉNEM RÜCKL

Tradiční sklářské umění si uvnitř české značky v Nižboru předávají z generace na generaci už od roku 1846. Své zákazníky oslňují průzračným sklem ve všech formách. A ať už jde o skvosty na servírování, dekoraci - jejich sklenice, karafy, džbány nebo dokonalé vázy vás rozpálí. Možná i na teplotu 1200 stupňů, při které sklo ručně foukají.

*www.ruckl.com*
*cena dle produktu*

## LÁSKA KE SVĚTLU – LASVIT

Elegantní linie, nápaditost a láska k řemeslu. Tak by se dala charakterizovat česká značka LASVIT, která vychází z dlouhé a významné sklářské historie na severu Čech, odkud dnes putuje do celého světa. Vystavuje v Miláně, svými světly zdobí ty nejlepší hotely a třeba teď pozdvihne i váš obývací pokoj. A nemusíte se upínat jen ke světlům. Co takhle sklenky s jemnými rytinami?



*www.lasvit.com*
*cena dle produktu*





## SKLO INSPIROVANÉ HLADINOU VODY

Česká designérka Radua Kaňáková Zneikahová našla své skleněné já už v dětství a lásku ke křehkému materiálu převzala po mamince. Založila značku Radua Crystal, pod kterou objevíte snové vázy s názvy jako Marie, Optiš a Slza. Nebo si necháte vyrobit líbezné sklo na zakázku? Tak či onak, ponese v sobě prvky přírody jako lom světla nebo kapky vody.

*www.raduacrystal.cz*
*cena dle produktu*



## SKRYTÉ SVĚTY, OKATÉ ŠPERKY

Noste svůj malý skleněný kousek světa u srdce a probuďte jím svou originalitu. Skleněné šperky od české designérky Petry Hamplové budou těmi pravými. A na jaro se podle nás hodí foukané duhové bubliny, které Petra navléká na ocelové struny a vyrábí z nich éterický jemné náhrdelníky. Její šperky zkrátka podtrhnou vašI osobnst čistou dokonalostí skla.

*www.skrytesvety.com*
890 Kč

## NOSTE BARVY NA STŮL!

V žádné jiné váze to velkým kyticím neslušelo více. Barevné dílo od designéra a malíře skla Františka Jungvirta se hodí do každého interiéru, který vynese až do nebes. Vždyť mladý umělec vystavuje v New Yorku, Paříži nebo Japonsku. A vy teď můžete mít jeho tvorbu doma. Bude to čistý křišťál, ambrová a kouřová, nebo jarní kolekce Garden Spring?

*www.frantisekjungvirt.com*
8 000 Kč





## SKLENĚNÁ EXTRAVAGANCE A NADSÁZKA

Omrzelo vás popíjení z obyčejného skla a sháníte do své výbavy pořádný originál? Nechte se opít tvorbou českého skláře a designéra Lukáše Houdka, který je věrný starému řemeslu, ale umí ho nafouknout i jinak! Nachází totiž příjemný dialog mezi starým a novým. Do skleněných výrobků vdechne pevné kořeny tradic, ale i smysl pro humor a parodii.

*www.lukashoudek.com*
*cena dle produktu*

## BLÁZNIVÉ VÁZY PLNÉ LÁSKY

Chcete mít na komodě skleněné dílo stejně jako Nicol Kidman nebo Jean-Paul Gaultier? Objednejte si flirtující kousek od Jakuba Berdycha Karpelise, který o sobě rád prohlašuje, že je víc bláznem než sklářem. Nám je to ale jedno, jeho dílo obdivujeme a možná díky sebeironii je umělec schopen vytvořit křiklavé skleněné vázy i kýbl Mickey House.

*www.eshop.qubus.cz/jakub-berdych/*
4 800 Kč



# Jaro víří nové značky

Kultovní módní značky kvetou v Topstylu. Nabídku dámského a pánského butiku na Masarykově náměstí a pěší zóně v Hradci Králové rozšířil Marc Cain, Betty Barclay i Airfield. A máte rozhodně z čeho vybírat!

Brand Marc Cain spatřil světlo světa v roce 1973. Exkluzivní dámská německá značka byla původně založena v Itálii, díky čemuž v sobě kombinuje jedinečný jižanský šmrnc s německou přesností střihu a pečlivosti zpracování. Její zakladatel Helmut Schlotterer stojí dodnes v čele firmy a ručí za 100% Germany původ. Nabízí unikátní pletené kousky, neobyčejné a zábavné tisky se zářivými barvami. V popředí je pohodlnost, ženskost a přirozenost.



Na začátku všeho byla pletáž, která značce postupem času umožnila vypracovat se na jedničku prémiového segmentu dámské módy. Inovativní design poslední dekády drží produkty Marc Cain na špici oblíbenosti v Evropě, přitom myslí i na udržitelnost. V centrále značky, německé obci Bodelshausen, vede vlastní výrobu veškerých produktů právě z pletáže.

## BETTY, NEBO MARC?

Ještě tradičnější novinkou v sortimentu Topstylu je německá značka Betty Berclay. Rodinná firma, která se na trhu pohybuje přes 75 let je dobře známá téměř po celém světě. Ostatně její butiky najdete ve více než 70 zemích světa.





Betty Barclay nabízí ženám lifestylové oblečení ve vysokém standardu pro každou denní i večerní příležitost. Její kousky kombinují moderní design s aktuálními trendy a nabízejí maximální komfort. Ženskost a nadčasovost - to je Betty Barclay. Poslední podzimní novinkou v Topstylu je příchod rakouské značky AirField. Ta baví svět módy od roku 1937, kdy byla založena krejčím Franzem Moserem v rakouském Seewalchenu. Mottem značky je Fashion made with passion, tedy v překladu móda tvořená s vášní. Tak jaká značka to vyhraje u vás? Vybírejte v Topstylu!

*(red)*

Great Lengths®

# Plníme sny o dlouhých a kvalitních vlasech



Great Lengths je jedničkou na trhu s prodlužováním vlasů díky kvalitě používaných vlasů, spojů, promyšlenosti a jednoduchosti aplikace. Je to jediná metoda s certifikací SGS s nejšetrnějším způsobem prodloužení vlasů v dnešní době.

**Uskutečníme Váš sen o dlouhých vlasech.**

www.greatlengths.cz



# Jarní must – see

S jarem do toho šlápnem! To si dost možná řekly kina i streamovací služby, protože na jaro nachystaly nálož filmových a seriálových novinek, které by vám rozhodně neměly uniknout. Mrkněte, co zaujalo nás a nechte se inspirovat.



## RUBY ZÁCHRANÁŘKA

Životopisné drama vás od půlky března posadí hluboko do křesla či gauče a jen tak nepustí. Ponořte se do příběhu policisty, který si chce splnit velký sen a dostat se mezi elitní psovody. Spojí proto síly s chytrou, ale trochu divokou fenkou Ruby z útulku. Další důkaz, že svou šanci si zaslouží úplně každý. V hlavní roli uvidíte hvězdu z The Flash Justina Granta. Sledujte na Netflixu.



## BRIDGERTONOVI

Kdo říká, že pohádky jsou jen pro děti? Jedna taková se znovu po roce chystá zaplavit naše obrazovky. Loňský hit Netflixu se totiž 25. března dočká druhé série. Seriál tak trochu připomínající příběhy londýnské smetánky z 19. století je přehlídkou velkolepých rób, sarkasmu a mnohdy šokujících názorů hlavních aktérů. Kam nás tentokrát zavedou osudy osmi sourozenců z mocné rodiny Bridgertonů v kulisách starobylého Londýna?



## JEŽEK SONIC 2

Ani děti nepřijdou zkrátka, už 24. března na ně v kinech čeká další dobrodružství jednoho pichlavého hrdiny. Neohrožený Sonic se vrací, aby se znovu postavil neodbytnému zlosynovi, doktoru Robotnikovi, kterému se podařilo vrátit z vyhnanství na Zemi a nemá s ní zrovna milé úmysly. Naštěstí mu Sonic nebude čelit sám, po jeho boku stane dvouocasý lišák Tails, který neváhal na pomoc přicestovat z jiné dimenze.



## CYRANO

Nový počin režiséra Joe Wrighta (Pokání, Pýcha a předsudek) slibuje velkolepou podívanou. Básník Cyrano z Bergeracu (Peter Dinklage) oslní hravými slovními hříčkami při ústním souboji i brilantním šermem v duelu. Kvůli svému vzhledu je Cyrano přesvědčen, že není hoden lásky oddané přítelkyně, zářivé Roxanne. Když se konečně odhodlá vyznat z citů, Roxanne se zamiluje do rekruta Christiana. Srdceryvný příběh o milostném trojúhelníku plný krásné hudby a skvělých herecких výkonů přijde na plátna kin 31. března.



## STÍNOHRA

Jeden z očekávaných českých snímků roku přichází do kin začátkem dubna a jde o nový počin režiséra Petera Bebjaka. Vypráví příběh muže, který pod tíhou viny hledá odpovědi na to, kde začíná a končí spravedlnost. Zároveň je příběhem o mnoha podobách lásky, síle přátelství a o ztrátách i nadějích, které si lidé v mezních situacích mohou vzájemně nabídnout. V hlavních rolích uvidíte Milana Ondríka, Hynka Čermáka a Dominiku Morávkovou. Udělejte si čas 7. dubna.



## DENÍK ANDYHO WARHOLA

Jen o vlásek unikl v roce 1968 umělec Andy Warhol smrti. To ho motivovalo začít svůj život a pocity zaznamenávat do deníků. Na jejich motivy vznikl i tento dokumentární seriál, který osloví nejen milovníky umění. Jaká byla hvězda pop-artu ve skutečnosti? Jaké byly její nejniternější touhy a strachy? Zjistíte od března na Netflixu.



## FANTASTICKÁ ZVÍŘATA: BRUMBÁLOVA TAJEMSTVÍ

Baví vás spíš fantasy? Tak to si zapište do diářů 7. duben, světlo stříbrného plátna totiž spatří další dobrodružství Mloka Scamandera pod taktovkou režiséra Davida Yatese. Profesor Albus Brumbál ví, že mocný kouzelník Gellert Grindelwald je na cestě převzít moc nad kouzelnickým světem. Protože není schopen ho zastavit sám, pověří magizoologa Mloka Scamandera, aby vedl neohrožený tým kouzelníků, čarodějek a jednoho chrabrého mudlovského pekaře na nebezpečné misi.



## PO ČEM MUŽI TOUŽÍ 2

Druhé pokračování úspěšné české komedie s Annou Polívkovou a Jiřím Langmajerem je tu! Tentokrát se seznámíme s Irenou, vztahovou koučkou, která ovšem neprožívá zrovna šťastné období. Manžel ji podvádí a dostává výpověď z domu, kde podniká. Po dvou lahvích vína prohlásí, že chce být radši chlap a ochotná cikánka jí to splní. Ráno poté přichází na scénu Jiří Langmajer a porce zábavy se naplno rozjíždí. Na plátnech od 21. dubna.



## VYŠEHRAD: FYLM

Pokud jste si zamilovali postavu fotbalisty Laviho v úspěšném online seriálu, určitě vás potěší, že si ho na jaře budete moci užít i na velkém plátně. V hlavní roli s Jakubem Štáfkem se můžete těšit na starého dobrého Laviho, kterému život přináší nové výzvy a překvapení, která z něj dělají dospělejšího muže. Nebo ne? Za filmem stojí stejní tvůrci jako za seriálem, takže opět nebude nouze o notnou dávku nekorektního humoru. V kinech od 14. dubna.

## PANSTVÍ DOWNTON: NOVÁ ÉRA

S prvními jarními dny se do kin chystá i druhé pokračování filmové ságy podle velmi úspěšného britského televizního seriálu Panství Downton. Ve volném pokračovaní se z babiččiny skříně vyvalí pěkně zatuchlý kostlivec v podobě dávného románku s jedním francouzským šlechticem, který má nečekané důsledky pro celou rodinu Crawleyových a jejich služebnictvo. Těšte se na své oblíbené herce od 28. dubna.



## ŽHÁŘKA

Teď tu máme tip pro všechny milovníky thrillerů a hororové podívané! V nové adaptaci klasiky z roku 1980 od mistra tohoto žánru Stephena Kinga chrání sedmiletá dívka Charlie s mimořádnými pyrokinetickými schopnostmi svou rodinu i sebe před zlověstnými silami, které se ji snaží zajmout a ovládnout. Ve filmu se objeví herec Zac Efron nebo herečka Sydney Lemmon. Do kina vyrazte 12. května.



## DOCTOR STRANGE V MNOHOVESMÍRU ŠÍLENSTVÍ

Co by to bylo za jaro bez pořádné „marvelovky“! Novinka s Doctorem Strangem v hlavní roli otvírá brány do paralelních světů a nechává do nich nahlédnout jako nikdy předtím. Vydejte se do neznáma s Doctorem Strangem, který za pomoci starých známých i zcela nových spojenců vstupuje do šílených a nebezpečných paralelních světů mnohovesmíru, aby se utkal se záhadným soupeřem, jehož síla a moc bere dech. Do kina snímek přichází 2. května.



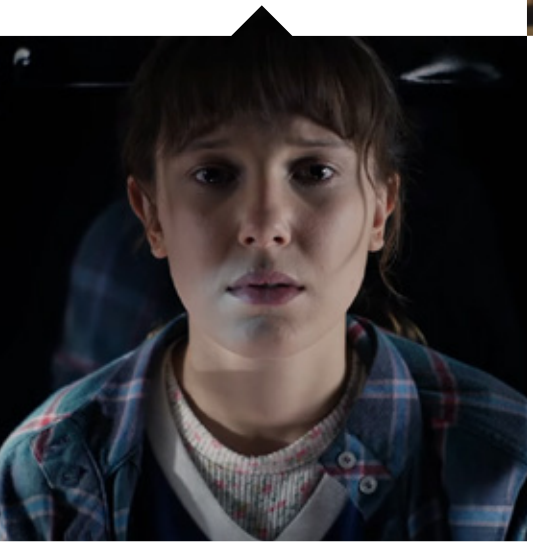
## STRANGER THINGS

Fanoušci amerického seriálu Stranger Things se koncem května konečně dočkají, na streamovací službu Netflix po koronavirových peripetiích přichází další série. V pořadí už čtvrtá řada opět představí partu kamarádů v čele s Eleven a Mikem, kteří už ale povážlivě vyrostli a už dávno nejsou dětmi. Tentokrát se hlavní děj točí kolem blížících se jarních prázdnin, které slibují velké shledání. Bude to ale opravdu tak?



## PÁNSKÝ KLUB

A na závěr ještě jedno české lákadlo s Bolkem Polívkou, Milanem Šteindlerem a Jiřím Mádlem v hlavních rolích. Komedie Pánský klub vznikla na motivy stejnojmenné hry, která se v domovském Divadle Na Jezerce stala hitem, a v kinech ji poprvé uvidíte 2. června. Co se stane, když se tři zcela rozdílní muži potkají na terapii pro „eroticky závislé“? Jedno je jisté, o neuvěřitelné příběhy a zábavu nebude nouze!



## CO JSME KOMU VŠICHNI UDĚLALI?

Po úspěšných komediích Co jsme komu udělali? a Co jsme komu zase udělali? přichází třetí Co jsme komu všichni udělali?. Claude a Marie Verneuilovi své dcery úspěšně provdali a podařilo se jim je i s rodinami udržet ve Francii. Jaká výzva na ně čeká napotřetí? Claude a Marie slaví čtyřicet let společného života a jejich dcerušky pro ně pořádají oslavu s překvapením - na pár dní se k nim připojí rodiče každého ze zeťů. Salva smíchu startuje v kinech 19. května.



ASport zábavní centrum

# NEJLEPŠÍ ZÁBAVA
## V HRADCI

RESTAURACE – BAR – SALONKY
BOWLING – RICOCHET – KULEČNÍK
FOTBÁLKY – ŠIPKY – ZÁBAVNÍ AUTOMATY – JUKEBOX










**ADRESA**
Mrštíkova 1879/42
500 09 Hradec Králové
Malšovice (Areál u pošty)

**www.a-sport.cz**
+420732747653
+420607239502
info@a-sport.cz

**OTEVÍRACÍ DOBA**
Pondělí - Pátek: 14:00 - 02:00
Sobota: 12:00 - 02:00
Neděle: 12:00 - 00:00

FiftyFifty
KREATIVNÍ AGENTURA

**10 let** since **2012**

# grafický design
# multimédia
# online média
# tiskové služby
# marketing&PR

www.fifty-50.cz



**Musaionfilm Černý Janek 2014**

**Nejlepší regionální marketingový produkt v cestovním ruchu 2014**

**Hlavní město cyklistů Cena cyklistického marketingu 2014**

**Turist propag 2016/2017**



Tourregionfilm 2017

Cena vládního výboru pro osoby se zdravotním postižením 2017

Zlatý erb 2019

Velká cena cestovního ruchu 2020/21

# Jarní drobnosti

Všudypřítomná svěží energie a sluneční paprsky, které s sebou jaro přináší, probudily jistě i ty nejzatvrzelejší zimní spáče. Najednou zase dostáváme chuť dekorovat a zdobit všechno a všechny kolem. Otevřete okna, dveře, náruč i srdce jaru – oslavě nového života – a udělejte si radost jedním z našich tipů!

## VSTÁVEJ, SEMÍNKO, HOLALÁ!

Miska Mungo je speciálně vyvinutá pro klíčení semínek, oříšků a luštěnin. Doma si tak můžete sami vypěstovat čerstvé klíčky nebo mladé výhonky v bio kvalitě. Je tvořena třemi patry pro klíčení tří druhů semínek najednou. Stačí rozprostřít semínka na plochu misky a prolévat je dvakrát denně vodou. Semínka vyklíčí přibližně druhý až třetí den po namočení. Necháte-li je dále růst, stanou se z nich již pátý den malé zelené rostlinky – takzvané Microgreens. Klíčky jsou plné vitaminů, minerálů, enzymů, a také antioxidantů. Jsou tak ideální k doplnění energie, pomáhají udržovat stabilní hladinu cukru a slouží jako prevence rakoviny a dalších civilizačních chorob. Nechat vyklíčit můžete třeba brokolici, ředkvičky, červené zelí, rukolu, červenou řepu, mrkev, čočku, fazole mungo, hrášek, cizrnu nebo obilniny.

*www.flowerlover.cz*
299 Kč





## VYPĚSTUJTE SI SVOU ROSTLINKU

Proč si letos nedopřát vlastní úrodu? Miska na klíčení je perfektní pomůckou při pokusech o vypěstování vlastních plodů rovnou z pecky. Stačí ji vložit do misky s vodou a nechat vyklíčit. Ideální třeba na avokádo.

*www.tchibo.cz*
179 Kč

## EKOLOGICKÉ UBROUSKY

Dbáte na ekologii a ztotožňujete se s trendem posledních let, kterým je snaha o nulový odpad, tedy zero waste? Pak oceníte voskované ubrousky Bee's wrap. Lze je používat dokola, vydrží klidně rok. Jsou vyrobeny z organické bavlny, včelího vosku, jojobového oleje a pryskyřice. Díky tomu, že je ubrousek povoskovaný, dá se po nahřátí rukou lehce vytvarovat. Snadno ho opláchnete ve studené vodě a znovu použijete. Voskované ubrousky je nutné skladovat mimo zdroje tepla, nesmí se omývat v horké vodě a nejsou vhodné pro uskladnění masa.

*www.bellarose.cz*
od 399 Kč






## VELIKONOČNÍ RADOSTI

Ponořte se do světa jednoduchosti, elegance, nadčasovosti a... srdíček! To vše perfektně vystihuje nádobí, doplňky a dekorace od Bastion Collections. Jejich kolekce jsou nadčasové, vyrobeny z vysoce kvalitní kameniny a navrženy s citem pro detail. Každou sezónu přicházejí s novými designy. Ta letošní velikonoční je opravdu vydařená!

*www.mahozadecor.cz*
*cena dle výběru produktu*

## PRÉMIOVÝ PORCELÁN

Na okvětních lístcích narcisů, tulipánů i hyacintů se třpytí kapky ranní rosy, teplé sluneční paprsky se derou do místnosti a z trouby proniká vůně pečeného mazance. Čas pomlázek, malovaných kraslic a řehtaček je tady! Sezónní dekorace od proslulé porcelánky Villeroy & Boch na vás dýchnou kouzelnou jarní atmosférou.

*www.pottenpannen.cz*
*cena dle výběru produktu*





## VELIKONOČNÍ HRNEČKY

Český výrobce designových doplňků způsobil rozruch už před sedmi lety, kdy představil svou kolekci košů na prádlo. Postupem času přidal do svého portfolia povlečení, polštáře, deko koberečky, rohožky, dětské zboží, hrnečky a další. Drtivá většina je vyrobena přímo v Čechách s důrazem na kvalitu použitých materiálů. Hrnečky s velikonočními zajíčky rozradostní každé vaše ráno.

*www.butterkings.com*
299 Kč

## ZDRAVÍ V KOSTCE

Značka Waterdrop vstoupila na český trh před čtyřmi lety a přinesla s sebou široký sortiment mikrodrinků i se skleněnými lahvemi, designovými pouzdry a především úžasnou myšlenku a silnou víru ve změnu a redukci PET lahví. Skleněné lahve o objemu 400 a 600 ml jsou vyrobeny z vysoce kvalitního skla a jsou odolné proti poškrábání. Mikrodrinky jsou malé kostky z nejlepších ingrediencí plných vitaminů a antioxidantů z celého světa, které stačí jednoduše rozpustit ve vodě.

*www.waterdrop.cz*
*cena dle výběru produktu*






## RŮŽOVÁ BUBLINA

Novinka francouzského parfémového domu Les Parfums de Rosine – Bulle de Rose vyzařuje mladistvý půvab a jemnou eleganci sofistikované ženy. Vůni otevírá jiskřivá veselost černého rybízu podpořená oslnivou bergamotovou esencí, kterou následuje čistá mýdlová nóta inspirovaná vůní kultovního mýdla Camay. To je obaleno v prášku ze sušených tureckých růží proloženého stonky zelených rajčat. Základní tón pak konečně odhalí svou plnou hloubku díky pačuli, jemné dřevitosti santalového dřeva a lehkým kořenitým tónům cypriolové esence.

*www.myskino.cz*
*od 2 700 Kč*

## KVĚTINOVÁ ZAHRADA

Vydejte se do zahrad plných snění, radosti a barev, které vám zpříjemní život v každém směru a za jakékoli situace. Právě únik před všednodenností se stal impulzem ke zrodu nové kolekce vůní inspirovaných zářivými květy, čerstvě rozvinutými okvětními lístky a pocitem štěstí, jaký zažíváme, dostaneme-li krásnou kytici. Každá ze tří kompozic značky Les Fleurs de Lanvin s sebou přináší svůj vlastní příběh a navozuje jiné emoce, ale jedno mají společné – každá z vůní doslova vydechuje pocit radosti a naplnění. Flakóny jsou inspirované epochou Art Deco.

*www.fann.cz*
*od 990 Kč*



## ROZHÝBEJTE MOZKOVÉ ZÁVITY

Logická hra Logik Town je založena na prastaré hádance, kterou jsou údajně schopny vyřešit pouze 2 % lidstva. Podaří se vám dostat do klubu úspěšných a vyřešit hádanku, kdo a s jakým zvířátkem bydlí v jakém domečku? Hra obsahuje celkem 70 úloh. Ty jednoduché by měly zvládnout již děti od pěti let, ty nejobtížnější pak už jen zlomek lidí na planetě. Hra je tak opravdovou výzvou, která bude bavit všechny generace.

*www.eshop-piatnik.cz*
499 Kč






## BOTY S DOBRÝM SRDCEM

Období holých kotníků je konečně zpět, a tak nastal správný čas vytáhnout „espadrilky“. Ty nejklasičtější jsou od značky Toms, která od svého založení za každý prodaný pár bot daruje druhý pár dítěti v nouzi. Za více než 15 let fungování pomohla zlepšit život 100 miliónům lidí po celém světě a darovací model One for One se postupně rozrostl do dalších oblastí pomoci, jako je zprostředkování čisté vody, lékařské péče až k financování projektů, které reagují na aktuální palčivá témata společnosti. Letošní jarní kolekce je opět plná udržitelných a ekologických materiálů, krásných vzorů i nových stylů.

*www.urbanlux.cz*
1799 Kč

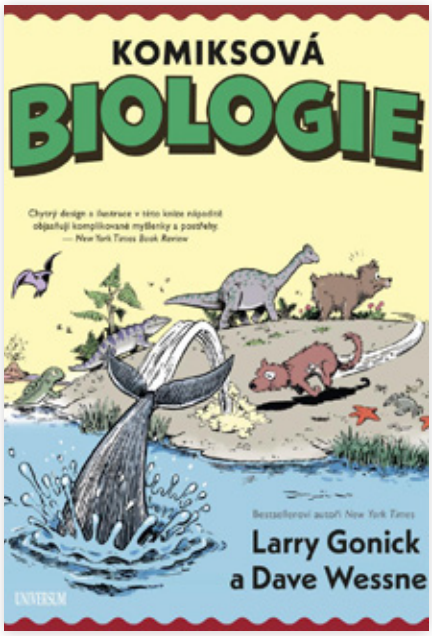
inzerce



# Čtení v rozpuku

Jarní počasí přímo vybízí k tomu strčit knížku do podpaží, vyjít ven a číst! Jen tak na lavičce, v křesle na terase nebo rovnou na dece. Pokud hledáte inspiraci, po které sáhnout, máme pro vás deset tipů, které se pro vás zatím vyhřívají na pultech knihkupců.







## PŘEVRATNÉ KVAŠENÍ

*David Côté, Sébastien Bureau*

Zdravotní výhody kvašených potravin jsou známé již dlouho. Pokud nevrtíte hlavou při pomyšlení, že byste pod svou střechou poskytli domov tisícům maličkých podnájemníků v podobě bakterií mléčného kvašení, je tato kniha přesně pro vás. Fermentovaná zelenina, nápoje, mléčné výrobky a dokonce i maso – to vše si můžete bezpečně připravit i doma, jen s minimem pomůcek a námahy. Kvašení je dobrodružství, neboj-te se na něj vydat!

## KOMIKSOVÁ BIOLOGIE

*Larry Gonick, Dave Wessner*

Trápili jste se, když vás učitel přírodopisu na střední škole požádal, abyste rozpitvali žábu? Neumíte správně odpovědět, co je to DNA? Stále se držíte přesvědčení, že osmóza byl název posledního turné Ozzyho Osbourna? Pokud si odpověďmi stále nejste jistí, pak potřebujete Komiksovou biologii. V knize se na 320 stránkách dozvíte všechno, co jste od střední školy zapomněli, a ještě mnohem víc. Třeba to, kam lidstvo směřuje.

## ULIČKA PŘÍZRAKŮ

*William Lindsay Gresham*

Stanton Carlisle je kouzelník v potulném panoptiku, které lačnému publiku nabízí různé bizarnosti: nejsilnějšího muže na světě, elektrickou dívku i takzvaného divocha, nejnižší formu lidské existence. Stan ale jako mistr manipulace míří opačným směrem. Postupně se vypracovává a zdá se, že svět mu leží u nohou... až do chvíle, kdy jeho jistoty během jedné seance shoří na popel. V Uličce přízraků se totiž i ten nejzářivější sen může proměnit v noční můru.




## CESTA DO BLIKAJÍCÍHO PEKLA

*Šárka Medková*

Do Mileny byste to nikdy neřekli. Když po práci vyzvedává svého syna nebo když vaří večeři… Přemýšlí přitom jen nad záminkou, jak zmizet z domu. Jak rychle utéct do světa, který ji polapil. Je totiž gamblerka. Ve svém příběhu vypráví, jak se problémy s gamblerstvím stále víc vsakují do rodinného i pracovního života. Jak dlouho se jí podaří utajit svou nebezpečnou vášeň před manželem a přáteli? Kdy si sáhne na úplné finanční i morální dno? A dostane se z toho vůbec?




## ELEANOR SE MÁ VÁŽNĚ SKVĚLE

*Gail Honeymanová*

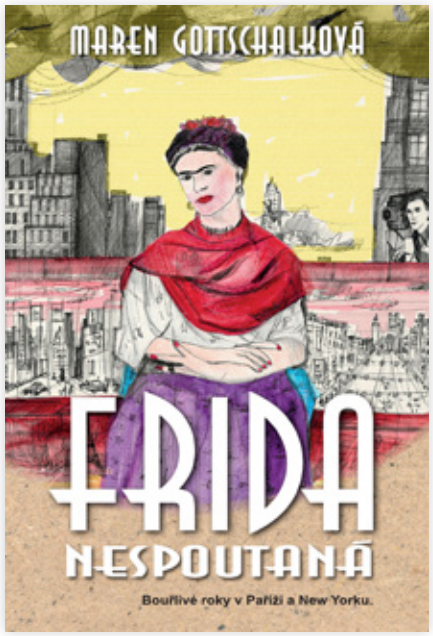
Svérázné Eleanor je jedno, co si o ní kdo myslí. Vystudovala literaturu, ale pracuje jako účetní. Miluje křížovky, po Glasgow chodí s taškou na kolečkách a víkendy tráví se svou jedinou kamarádkou – vodkou. Když pozná Raymonda, má ho jen za otravného kolegu. Mnohem víc ji zajímá místní zpěvák, se kterým si plánuje budoucnost. Co na tom, že on o její existenci nemá ani ponětí. Eleanořině cestě za štěstím se budete smát, i když k smíchu vlastně není.




## KDE SE LES DOTÝKÁ HVĚZD

*Glendy Vanderahová*

Po smrti matky a boji s vlastní nemocí se ornitoložka Joanna vrací ke svému výzkumnému projektu. Snaží se sama sobě dokázat, že všechny útrapy překonala, a od rána do večera zkoumá hnízdění ptáků. Jednoho dne ale Joanninu zažitou rutinu naruší záhadná dívka, která se bosá a potlučená zjeví na prahu jejího domu. Tvrdí, že přišla ze vzdálené galaxie, aby žila mezi lidmi, dokud se nestane svědkem pěti zázraků.




## FRIDA NESPOUTANÁ, BOUŘLIVÉ ROKY V PAŘÍŽI A V NEW YORKU

*Maren Gottschalková*

Kdo by neznal životní příběh této výrazné mexické umělkyně, může si rozšířit obzory v nové knize autorky Maren Gottschalkové. Příběh vás zavede do období před druhou světovou válkou, kdy Frida Kahlo stále ještě čeká na umělecký průlom. Zatímco její manželství je v troskách, odjíždí na cesty – do New Yorku a Paříže, kde se zapojuje do uměleckých kruhů. Už první Fridina samostatná výstava je triumf a její obdivovatelé ji zahrnují přízní. Během několika měsíců změní svůj osud a pevně otiskne stopu do světa umění. Viva la vida!




## LEST

*Sandra Brown*

Thrillery od této autorky jsou sázkou na jistotu. Tentokrát vás strhne příběh agenta FBI, který si jde neúnavně za svým: vypátrat sériového vraha známého jako Weston Graham. Za posledních třicet let použil mnoho jmen a nespočet převleků, což mu umožnilo okrást osm bohatých žen, než zčistajasna zmizely. Jejich rodiny zoufale čekají na odpovědi a úřady se nemají čeho chytit. Oběti spojuje jen to, že se v jejich životě objevil nový člověk, který beze stopy zmizel a nezanechal po sobě žádné důkazy o své existenci… kromě podpisu.




## VYHONIT ĎÁBLA

*Terézia Ferjančeková, Zuzana Kašparová*

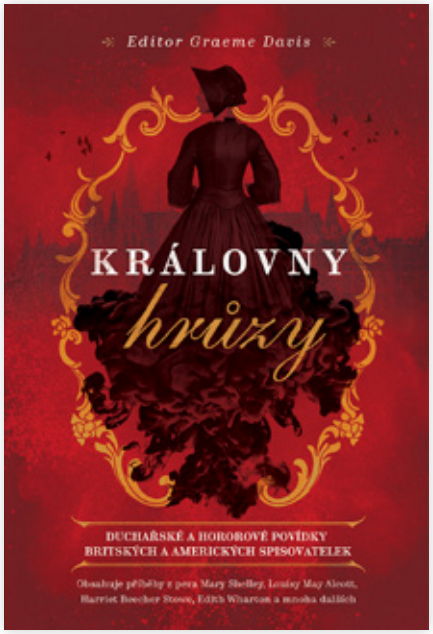
Symbolicky na svátek svatého Valentýna spatřila světlo světa knižní prvotina autorek oblíbeného podcastu Vyhonit ďábla. Publikace plná choulostivých záležitostí, intimity, rozchodů a přátelství. Autorky vyzdvihují témata, která ještě donedávna byla – a někde stále jsou – ve veřejném prostoru tabu. S upřímností a humorem sobě vlastním bourají stereotypní představy (nejen) o sexu a intimitě a otevřeně sdílejí vlastní zkušenosti, s nimiž se nejeden bezpochyby ztotožní.




## TERAPIE

*B. A. Paris*

Když se Alice a Leo přestěhují do exkluzivního obytného komplexu, splní se jim celoživotní sen. Existuje však jeden temný důvod, proč luxusní rodinnou vilu v uzavřené komunitě mohli koupit tak výhodně – a tím je bývalá majitelka, psychoterapeutka Nina. Co se s ní přede dvěma lety stalo? A proč o tom nikdo ze sousedů nechce mluvit? Alicina zvědavost se změní v posedlost a ve zdánlivě dokonalém domě se začnou odehrávat nevysvětlitelné věci.




## KRÁLOVNY HRŮZY

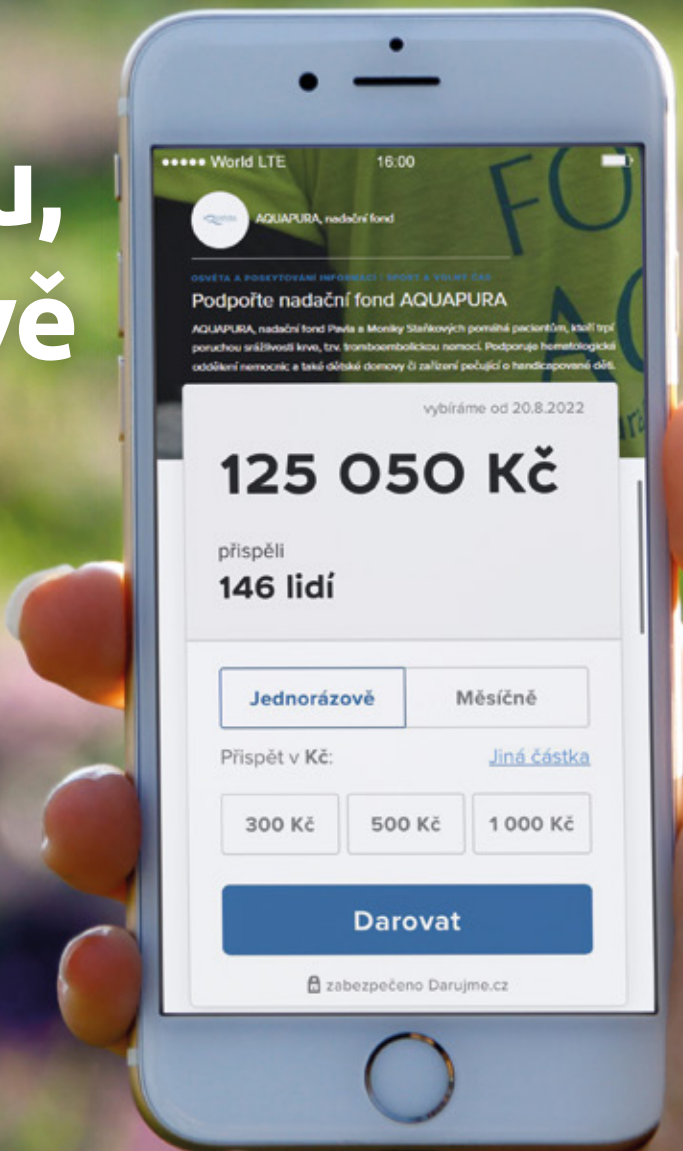
*Graeme Davis (ed.)*

Zima už je sice pryč, ale jestli máte ještě chuť zachumlat se a užít si trochu „temnoty“, tuhle knížku nesmíte minout! Nová antologie strašidelných a hororových příběhů z per význačných britských a amerických spisovatelek představuje klasické temné povídky v novém světle. Je všeobecně známo, že Mary Shelley je autorkou Frankensteina, avšak její další hrůzostrašné příběhy jsou o poznání méně známé. Harriet Beecher Stowe, proslulá zejména díky Chaloupce strýčka Toma, napsala několik překvapivě působivých hororových povídek. V témže roce, kdy jí vyšel román Malé ženy, vydala Louisa May Alcott jednu z vůbec prvních strašidelných povídek s tématikou mumií. A tyto dámy nebyly zdaleka samy – přesvědčte se sami!

*Hana Došlová*

AQUAPURA
NADAČNÍ FOND PAVLA A MONIKY STAŇKOVÝCH

# Pomáhejte s Aquapurou, darujte právě teď!




## Podporujeme:

- dětské domovy
- hematologická oddělení
- zařízení pečující o handicapované děti

www.aquapura.cz
/nfaquapura
/nf_aquapura



# Jde se ven!

Vzduch je plný svěžesti a nových začátků – pravý čas po dlouhé zimě konečně vyrazit ven! Kam se vypravit, co zažít a co nepropásnout, to vše se dozvíte v našem tradičním přehledu akcí pro letošní jaro.



## PARDUBICKÉ HUDEBNÍ JARO

*31. 3. Pardubice*

V koncertních sálech, divadlech, památkových objektech i méně tradičních prostorách v Pardubicích a dalších místech Pardubického kraje se uskuteční 44. ročník Pardubického hudebního jara. Zahajovací koncert nabídne 31. března atraktivní program, který obstará soubor Barocco sempre giovane se skvělým sólistou Josefem Špačkem. Dále se můžete těšit na Martinů Voices & Danielu Valtovou Kosinovou, Purgatio – Duo Kchun, Orchestr Karla Vlacha & Jitku Zelenkovou, Trio Kalliopé, 4TET a další.



## ZAHÁJENÍ LÁZEŇSKÉ SEZONY

*27. 4. Litomyšl*

Je to už zkrátka tradice. Poslední víkend v dubnu oficiálně zahajuje nová lázeňská sezona v jednom z nejkrásnějších měst naší republiky – v Litomyšli. A protože „láznit“ a opečovávat lze nejen tělo, ale také ducha, nenechte si ujít pestrý program, který „opening“ doprovází. Slavnostní průvod, hudební koncerty i divadelní představení plné svěží energie a života.



## MAJÁLES HRADEC KRÁLOVÉ

*30. 4. Hradec Králové*

14. ročník Hradeckého Majálesu je naplánován na 30. dubna. Nenechte si ujít legendární oslavu jara, při které nebude chybět volba krále a Miss Majáles a také jedinečný hudební program. Těšit se můžete i na mnoho doprovodných akcí, slavnostní majálesový průvod a pokácení májky. Kompletní program zjistíte na jejich webu.



## MAJÁLES PARDUBICE

*13. 5. Pardubice*

V den školního volna před filipojakubskou nocí se žáci vydávali se svými učiteli pod školními prapory do jarní přírody, kde zpěvem a tanci oslavovali radost ze života. Tento zvyk se přenesl do ozvučených areálů, prapory nahradily zálohované půllitry a místo učitelů ovládají majáles hvězdy hudebního showbyznysu. Festivalový areál na louce u Koupaliště Cihelna bude od 13. do 14. května hostit umělce jako například Ben Cristovao, Divokej Bill, Endee, Kapitán Demo, No Name, Wohnout a další.



## HRANÉ PROHLÍDKY NA ZÁMKU

*květen a červen Slatiňany*

Zažijete vstřícnou atmosféru knížecí rodiny Auerspergů s pěti dětmi, která vás nejen ráda obeznámí s rodovou tradicí, ale rovněž vás nechá nahlédnout do svého soukromí. Malé slečny si budou moci zatancovat na lekci baletu s mladými princeznami a chlapci si zase mohou vyzkoušet své logické myšlení s mladými princi v zámecké učebně. V přízemí pak budete svědky příprav na rodinnou oslavu stříbrné svatby rodičů. Termíny jsou vypsány na 15. a 29. května a 19. a 26. června.



## NOČNÍ KOLOBĚŽKOVÁNÍ

*14. 5. Hradec Králové*

Akce Noční koloběžkování je po roce zpět! Přijďte si 14. května zajezdit nočním lesem na koloběžce a prožijte nezapomenutelné momenty. Vybírat můžete mezi závodem na 10 km, pohodovou vyjížďkou s občerstvením, nebo dětskou stezkou s plněním světelných úkolů za doprovodu rodičů. Vybavení je možné zapůjčit na místě. Sraz je u Topsports centra – půjčovny sportovního vybavení v kempu Stříbrný rybník.



## AVIATICKÁ POUŤ

*28. – 29. 5. Pardubice*

O víkendu 28. až 29. května se na pardubickém letišti uskuteční 30. ročník Aviatické pouti. Opět se představí řada historických letounů poháněných hvězdicovými motory. Program je koncipován jako velkoprostorové divadlo na zemi i ve vzduchu. Ztvárňuje scény z dějin aviatiky a slavné válečné scény. Účinkují nejlepší piloti a slavná letadla. Vše je také doplněno pyrotechnickými efekty a spoustou pozemní techniky včetně komparsu v dobových kostýmech a uniformách. Mezi vrcholy programu patří letecká akrobacie.



## FRESH FESTIVAL PARDUBICE

*11. – 12. 6. Pardubice*

Gurmánský festival plný nových i známých kuchařských hvězd, překvapivých novinek v gastronomii, které letí ve světě, s výrazně vylepšeným a pohodlným zázemím včetně nové pivní a vinařské zóny a celou řadou dalších překvapení navštivte od 11. do 12. června v areálu dostihového závodiště v Pardubicích.



## ROCK FOR PEOPLE

*16. – 18. 6. Hradec Králové*

Festival Rock for People proběhne ve dnech 16. až 18. června v královéhradeckém Festivalparku v areálu místního letiště. Na festivalu podle předběžného programu vystoupí americká punk rocková legenda Green Day, američtí rockeři Fall Out Boy a držitelé Grammy – americká kapela Weezer.




# PŘIPRAVUJEME PRO VÁS
# NOVÝ PENSION

A Z DŮVODU REKONSTRUKCE OBJEKTU
JE V CASA DEL PROSECCO

# DOČASNĚ ZAVŘENO

JSME TU PRO VÁS NADÁLE NA NAŠEM **E-SHOPU**,
**OSOBNÍM ROZVOZU**, NEBO **PORTÁLU DÁME JÍDLO**.

A OPĚT SE NA VÁS BUDEME TĚŠIT V KVĚTNU.

Casa_del_prosecco  casadelprosecco

Casa del Prosecco
Velké náměstí 137/7, 500 03 Hradec Králové | +420 722 900 915 | www.casadelprocecco.cz



# Příští číslo

očekávejte v červnu

## Léto ve vanu

O kempování, spaní v autě a životě na cestách

## Na vlně chutí

Tipy na jiskrné drinky a svěží dobroty

## Skoč na to!

Nabitý bucket list zážitků, které si v létě nechcete nechat ujít

## Magie prázdnin

Svatojánská noc i svátek Lughnasad

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

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

**Jiřina Urbanová**
*oblastní vedoucí*
tel.: 774 942 928,
jirina.urbanova@goldengate.cz

**ARROWS advisory group**
*komplexní právní služby*
Klicperova 1266/1, Hradec Králové
www.arws.cz

**Casa del Prosseco**
*Prosseco bar*
Velké náměstí 137/17, Hradec Králové
tel.: 722 900 915

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

**Great Lenghts**
*světová špička v prodlužování vlasů*
Víta Nejedlého 1100, Hradec Králové
tel.: 606 240 742, www.greatlengths.cz

**Hradec si pomáhá**
*neziskový projekt na podporu lokálních podnikatelů*
Švehlova 512, Hradec Králové
www.hradecsipomaha.cz

**New visit garden store**
*prémiové produkty pro zahradu*
Vančurovo nám. 1293/9b, Hradec Králové
www.shop.newvisit.cz

**Topstyl boutique**
*dámský a pánský boutique*
Švehlova 321, Hradec Králové
www.topstyl.cz

# Kde najdete Quartier

**V HRADCI KRÁLOVÉ: Alin – moderní byt** – Gočárova třída 1208/21 • **ARROWS advisory group** – Klicperova 1266/1 • **Assenza Café & Tapas** – Švehlova 443 • **Ateliér salon dagmar popová** – Klicperova 263 • **BISTRO u dvou přátel** – Soukenická 55, Pivovarské náměstí • **Café & Bistro V Pekárně** – Františka Halase 1887/12a • **Casa del Prosecco** – Velké náměstí 137/17 • **Cukrárna Libuše** – Ulrichovo nám. 762 • **Estela estetické laserové centum** – E. Beneše 1549 (budova Polikliniky III) • **FiftyFifty kreativní agentura** – Lesní 2080/6a • **Filharmonie Hradec Králové** – Eliščino nábřeží 5 • **FitStyle** – Šafaříkova 666 • **Fly Zone Park OC Atrium** – Dukelská tř. 1713/7 • **Galerie moderního umění** – Velké nám. 139 • **Hradec si pomáhá & NF Aquapura & Redakce Q** – Švehlova 512 • **Kadeřnické studio Markéta Maňásková** – Havlíčkova 401 • **Kadeřnický salon Perfekt** – Víta Nejedlého 1100 • **Kadeřnictví Viktor Borčický** – Tomkova 620/20 • **Knihovna města Hradce Králové** – Wonkova 1262/1a • **Kosmetický salon Cosmeo** – K. H. Máchy 749 • **Květinové studio La Vital** – Svitavská 1814/2 • **Miele Center Vlášek** – Mrštíkova 2140/11 • **Muzeum východních Čech – kavárna** – Eliščino nábřeží 465 • **Oční klinika Visus** – E.Beneše 1549 (budova Polikliniky III) • **OlfinCar** – Na Rybárně 1670 • **Pivovar Beránek** – Zámecká, Stěžery • **Polstrin Design** – Pražská tř. 685/15 • **ProSpánek** – Pilnáčkova 357 • **Restaurace Aquarium** – Rybova 1901/14 • **Salon AfroDité** – Šafaříkova 581/4 • **Sion** – Na Kotli 1201 • **SŠ Sion High School** – Hradecká 1151 • **Starbucks** – Brněnská 1825/23a (Futurum) • **Stratos Auto BMW** – Březhradská 195 • **Technologické centrum** – Piletická 486/19 – Letiště • **TopStyl boutique** – Masarykovo náměstí 391/13 • **Vinárna Boromeum** – Špitálská 183 • **Vinotéka u Mazlíka** – Rybova 1904/2 • **ZŠ Sion** – Mandysova 1434

**V PARDUBICÍCH: AMSalon** – Smilova 308 • **Café Bajer** – Tř. Míru 763 • **Cross Café** – Tř. Míru 110 • **Čokoláda Café Bajer** – Zelenobranská 2 • **Dapi** – Třída Míru 71 • **Fine Fitness** – Jindřišská 276 • **France Car** – Dražkovice 156 • **Galerie města Pardubic** – Příhrádek 5, Pardubice I – Zámek • **Krajská knihovna v Pardubicích** – Pernštýnské nám. 77 • **Mlsoun Pardubice** – Smilova 337 • **Pekárna Optimista** – Automatické mlýny • **Boutique Paradis Fashion** – Sladkovského 767 • **Prosekárna** – Třída Míru 420 • **ProSpánek** – S. K. Neumanna 2869 • **Východočeské muzeum v Pardubicích** – Zámek č.p. 2 • **Zlatá husa** – Třída Míru 60

**NA DALŠÍCH MÍSTECH VE VÝCHODNÍCH ČECHÁCH: Infocentrum Revitalizace Kuks** – Kuks 72 • **Restaurace Baroque** – Kuks 57 • **Baroque ve dvoře** – T. G. Masaryka 80, Dvůr Králové nad Labem • **Baroque dvoreček** – Revoluční 79, Dvůr Králové nad Labem • **Baroque u tří růží** – Růžová 2, Broumov • **Oční klinika Visus** – Manželů Burdychových 325, Červený Kostelec; Pulická 99, Dobruška; Pod Branou 331, Kostelec nad Orlicí; Němcové 738, Náchod; Dobrušská 356, Opočno; 17. listopadu 291, Police nad Metují; Bratří Čapků 773, Úpice • **CAFE 59 ®** – Tyršovo nám. 299, Choceň • **Café Orangerie** – Pražská 1, Chlumec nad Cidlinou • **GRAND hotel & restaurant** - Klicperova 51, Chlumec nad Cidlinou • **Národní památkový ústav Josefov** – Okružní 418, Jaroměř, Josefov • **Salon Visage** – Jiřího Šlitra 1766, Rychnov nad Kněžnou • **Spa resort Tree of Life** – Lázeňská 531, Lázně Bělohrad • **Studio Marilan** – Blato 118, Mikulovice

# SVĚTOVĚ PROSLULÁ ZNAČKA
## nově v našem boutique




Těšíme se na vás v centru Hradce Králové

# TopStyl

Masarykovo náměstí a Švehlova 321

www.topstyl.cz

Joseph Ribkoff CAMPIONE ELISA CAVALETTI pierre cardin LEO & UGO

# BUSINESS MEETUP

powered by ARROWS

Mezinárodní konference o klíčových byznysových příležitostech a networkingová událost letošního jara.

Potkejte se s více než 200 byznys lídry ze středoevropského regionu.

28. 04. 2022

Národní muzeum, Praha

Vstupenky na arrowsint.com

ARROWS ETL Global

ARROWS INTERNATIONAL