

ŠANTÁN



Povídka
Trendy a tipy

Průvodce po pivovarech

Fashionstory

Osobnosti



Rozhovor

Vincent Chignier,
jehož umění
ožívá ve městě

JARO/LÉTO 2026

MAGAZÍN GALERIE ŠANTOVKA PRO VOLNÉ CHVÍLE



Nejlepší dárek?

VYŘEŠENO.

Dárkové karty lze zakoupit
na infostánku a online



santovka.cz



Milí čtenáři,

do rukou se vám dostává už desáté číslo magazínu Šantán. Pro nás je to chvíle, která si zaslouží malé zastavení. Každé vydání je pro redakční tým radostí, ale i výzvou, a s desátým číslem to platí dvojnásob.

Už od samého začátku jsme věděli, že chceme vytvořit titul, který bude mít jasnou tvář, vysokou úroveň a vlastní charakter. První číslo připravovala externí agentura, ovšem hned poté jsme se vydali vlastní, byť náročnější cestou – celý magazín připravujeme „in house“. Právě náš tým totiž nejlépe zná témata, která chceme otevírat, i osobnosti, které stojí za pozornost.

Vedle obsahu si zakládáme také na vizuální stránce magazínu. Věříme, že kvalitní grafické zpracování není jen doplňkem, ale součástí celkového zážitku ze čtení. Dvojnásob to platí pro obálku. Pro toto jubilejní vydání jsme proto zvolili netradiční cestu: místo fotografie jej zdobí ilustrace od místního umělce, která číslu dodává jedinečný a výjimečný charakter.

Stejně důležitý je pro nás ale samozřejmě i samotný obsah. Snažíme se přinášet zajímavá témata, silné příběhy a rozhovory s inspirativními osobnostmi. Snažíme se, aby magazín byl nejen vizuálně atraktivní, ale aby v něm čtenáři pokaždé našli něco, co je zaujme či inspiruje.

Protože chceme, aby výsledek stál za to, vzniká každé číslo několik měsíců. Příprava magazínu je opravdu náročný proces. O to větší radost máme ve chvíli, když držíme nové vydání v ruce a víme, že jsme do něj vložili maximum.

Věříme, že stejnou radost, s jakou magazín připravujeme, přinese i vám při jeho čtení. Přejeme příjemné listování.

Martin Vyroubal

Head of Design Galerie Šantovka



Šantán

Magazín Galerie Šantovka pro Olomouc a široké okolí.

Vydává

Galerie Šantovka, a. s.
tř. Kosmonautů 1221/2a
779 00 Olomouc
info@galeriesantovka.cz

Šéfredaktor

Michal Folta

Redakce

Jana Doleželová, Ivo Vysoudil,
Kateřina Zemánková, Martin Novotný

Grafika

Martin Vyroubal

Fotografie

Autoři fotografií jsou uvedeni u jednotlivých článků nebo jsou snímky z archivu Galerie Šantovka, nájemních jednotek a prezentovaných společností.

Náklad

10 000 kusů. Neprodejné.

Vydáno

květen 2026

Evidenční číslo

E 21389



6 OLOMOUCKO ŽIJE

Super sportáky, Svátky písní Olomouc, Šantovka Family Day a další!

8 OSOBNOST

Markéta Aubrechtová: orchideje, masožravky i svatební kytice

12 FASHIONSTORY

Elegance pro volný čas

18 ROZHOVOR

Vincent Chignier: Umění, které ožívá ve městě

24 FASHIONSTORY

Jdeme na procházku

30 TIPY NA VÝLET

Za historií na Olomoucku: hrady a zámky, které stojí za výlet

34 ŽIVOTNÍ STYL

Krása pohybu, radost i disciplína: taneční sport láká v Olomouci děti i dospělé

38 FASHIONSTORY

Plavky i spodní prádlo

44 OSOBNOST

Natálie Tichánková: Nechci život jen přežívat. Chci ho opravdu žít

48 BUSINESS

Co je nového v Šantovce

52 ROZHOVOR

Jan Kliment: Olomouc je náš domov. A sny? Ty zůstávají velké



56 SPOLEČNOST

Domov není samozřejmost.
Pro mnoho dětí je stále nedosažitelný

58 LOKÁLNÍ PODNIKY

Olomouc na pivo: od várečného práva
k dnešní craftové mapě města

62 GASTRONOMIE

Lobster Restaurant: Chceme hostům dát víc klidu,
kvality i důvodů přijít i přes týden

63 RECEPTY

Ledové osvěžení od Koru café, které má styl

64 VOLNÝ ČAS

Na kole i za koupáním: Litovel a Litovelské Pomoraví

68 POVÍDKA RICHARDA POGODY

Stalin a rokenrol!

70 ŽIVOTNÍ STYL

Vidění bez kompromisů:
jak se starat o zrak v digitální době

74 SPOLEČNOST

Blíž k sobě, i v těžkých chvílích!

78 ŽIVOTNÍ STYL

Letní pleť, která dýchá

82 TRENDY

Myslete i na sebe!

86 ŠANTOVKA PRO VÁS

Seznam obchodních jednotek a služeb v Galerii Šantovka



Pěvecké sbory představí v Olomouci severskou hudbu

4. až 7. června 2026



Svátky písní Olomouc jsou tradičním velkým soutěžním festivalem, který na začátku června rozezná olomoucké koncertní sály i náměstí sborovým zpěvem. Mezinárodní festival pěveckých sborů Svátky písní Olomouc patří k nejvýznamnějším a nejdéle pořáda-

ným sborovým festivalům v České republice! Letos nabídnou od 4. do 7. června sbory a vokální ansámby z celého světa vystoupení tematicky zaměřená na severskou hudbu.

Olomouc poběží: 1/2Maraton i ŠANTOVKA RUN lákají na skvělou atmosféru

13. června 2026



Běžecský svátek opět míří do ulic Olomouce! Mattoni 1/2Maraton Olomouc se letos uskuteční už po patnácté a opět nabídne jedinečnou kombinaci špičkového sportu a atmosféry historického města. Centrum Olomouce se promění v živou trať, na které se potkají profesionální běžci i nadšení amatéři. Na program jsou závody pro všechny generace včetně těch nejmenších. Součástí je také oblíbený ŠANTOVKA RUN

na 5 km, který odstartuje 13. června v 15:30 na Horním náměstí. Trasy povedou kolem ikonických míst, jako je Klášterní Hradisko, Andrův stadion či výstaviště Flora, a nabídnou neopakovatelný pohled na město v pohybu. Do loňského ročníku se zapojilo téměř 11 tisíc běžců, na hlavní, půlmaratonskou trať jich bylo registrováno 7 100.

Arteterapie v Šantovce: relax, tvoření i prostor pro sebe každou středu

Hledáte způsob, jak zpomalit a načerpat novou energii? V Art Studiu ve 2. patře Galerie Šantovka probíhají pravidelné arteterapie zaměřené na malování mandal. Každou středu od 10 do 17 hodin se zde můžete ponořit do kreativního procesu, který propojuje tvorbu, relaxaci a práci s vlastní pozorností. Pod vedením lektorky Ivety Skřivánkové vznikají originální mandaly.

Během tří až čtyř hodin si účastníci vytvoří vlastní obraz technikou DOT ART a zároveň si dopřejí čas pro zklidnění i soustředění. Kurzy jsou vhodné pro jednotlivce i menší skupiny a nevyžadují předchozí zkušenosti. Důraz je kladen především na samotný prožitek z tvorby a radost z vlastního výtvaru. Rezervace je možná předem, kapacita je omezená.





Super Ride Car Fest

supersporty, adrenalin i zábava pro všechny

20. června 2026

Milovníci rychlých kol a výjimečných sportovních strojů si přijdou na své. Oblíbený Super Ride Car Fest se vrací 20. června 2026 a opět promění okolí Galerie Šantovka v přehlídku těch nejatraktivnějších vozů. Návštěvníci se mohou těšit na desítky supersportů, luxusních modelů i speciálních vozidel, které nabídnou jedinečný pohled na svět automobilového designu, výkonu a technologií. Akce si v minulých letech získala silnou základnu fanoušků a patří k vrcholům letní sezony.

Součástí programu bude také chill out zóna s DJ, doprovodný program i atrakce pro děti, takže si na své přijdou všechny generace. Organizátoři i letos pracují na zajímavých novinkách, které program ještě ztraktivní

a posunou zážitek návštěvníků o úroveň výš. Aktuální informace a případná další lákadla budou postupně zveřejňována, proto se vyplatí sledovat komunikační kanály Galerie Šantovka.



Šantovka Family Day:

oblíbený letní festival pro celou rodinu

29. srpna 2026



Šantovka Family Day se také v letošním roce uskuteční v olomouckých Smetanových sadech. Už 29. srpna 2026 proběhne jeho čtvrtý ročník, který opět promění park v živý prostor plný radosti, kreativity a společných zážitků. Od 10 do 20 hodin čeká návštěvníky pestrý program napříč hudbou, uměním, sportem, vědou i zábavou pro děti i dospělé. Festival si za uplynulé roky získal velkou popularitu a stal se jednou z nejoblíbenějších rodinných akcí v regionu.

Také letos se návštěvníci mohou těšit na několik tematických zón a celodenní program, který propojí zábavu i inspiraci. Pro letošní ročník organizátoři chystají řadu novinek a překvapení, jejichž obsah bude postupně zveřejňován. Už nyní je jisté, že na své si přijdou i ti nejmenší – těšit se mohou například na oblíbeného Michala Nesvadbu. Aktuální informace o programu budou k dispozici na webu Galerie Šantovka.

Markéta Aubrechtová: orchideje, masožravky

i svatební kytice
z vlastního skleníku

masožravky

Foto archiv Markéty Aubrechtové

Text Michal Folta

Tato mladá žena patří nejen v České republice k největším znalcům i nejúspěšnějším pěstitelům masožravek a orchidejí. Výsledky její práce velmi dobře znají i Olomoučané, i když ona sama pochází z jižních Čech. Markéta Aubrechtová totiž dlouhodobě úzce spolupracuje s Výstavištěm Flora Olomouc a návštěvníci sbírkových skleníků mohou dvakrát ročně navštěvovat jedinečné expozice neobvyklých druhů rostlin. Na jaře to jsou masožravky, na podzim pak orchideje, včetně unikátních „opiček“ neboli opičích orchidejí.



”

Pocházíte z jižních Čech, vystavujete pravidelně v Olomouci. Jaký vztah k Floře máte?

U nás v jižních Čechách máme skleniky, jedny z největších v Evropě. Zaměřujeme se primárně na masožravky, což je naše srdcová záležitost, a pak také na orchideje. S Výstavištěm Flora Olomouc máme výbornou dlouhodobou spolupráci. Na jaře nabízejme výstavu Živé pasti a na podzim Klenoty pralesa. Zdejší skleník je pro takové výstavy perfektním prostředím.

Je spolupráce s Florou něčím výjimečná? Lze tady například vystavit větší množství exemplářů než na jiných tuzemských akcích?

Pro nás je spolupráce s Florou srdeční záležitostí. Máme to tady moc rádi, jezdíme

na Floru prodávat naše rostlinky už přes 20 let a máme na Moravě velikou základnu našich věrných zákazníků, kteří se za námi opětovně vrací a postupně rozšiřují své sbírky. Jsem moc ráda, že jim díky těmto dvěma specializovaným výstavám dokážeme nabídnout mnohonásobně širší sortiment vzácných druhů než běžně na jiných akcích. Zdejší skleniky nám umožňují svým prostorem i prostředím vystavit i mnoho vzácných rostlin, které díky jejich specifickým požadavkům nemůžeme lidem ukázat na žádných jiných akcích. Díky tomu jsou výstavy Živé pasti a Klenoty pralesa opravdu výjimečné a nemají v Čechách a na Moravě obdoby.

Specializujete se na masožravky i na orchideje. Vyzozorovala jste za léta, kdy vystavujete, který typ rostlin je divácky vděčnější?

Co se týče „oblíbenosti“ u většího počtu lidí, jsou populárnější určitě orchideje. Ty dokáží oslovit větší počet návštěvníků, protože jsou mnohem povědomější a lidé je znají. Nicméně svou zajímavostí a unikátností jsou to zase právě masožravky. Orchideje jsou záležitostí převážně žen, naopak masožravé rostliny oslovují spíše muže a děti.

Představte si, že jste na takové výstavě jako dítě školou povinné, vidíte masožravky nebo orchideje více méně poprvé, protože doma je nikdo nepěstuje, a nadchnou vás. Co byste takovému školáčkovi poradila?

V takovém případě radíme všem „nováčkům“ dle našich dlouholetých zkušeností a pomáháme s výběrem konkrétní rostliny, která by dotyčnému nejlépe vyhovovala a krásně rostla přímo v jeho daných podmínkách a hlavně která by ho bavila pěstovat. Máme v nabídce například masožravky, jako jsou láčkovky, které když se krmí hmyzem, rostou jim obrovské pasti. Rosnatky, které chytají malé mušky včetně octomilek, jsou opravdu výborné pro úplné začátečníky. Nebo třeba špirlice s velikými pastmi, které jsou schopné polapit i vosy nebo sršně. Všechny tyto rostliny jsou na pěstování mnohem méně náročné než známé a u dětí velmi oblíbené mucholapky. Ty sice umí zaklapnout pastičku za téměř 0,2 vteřiny a díky tomu patří mezi nejoblíbenější masožravky, nicméně na pěstování už jsou náročnější.

Vratme se prosím k tomu, jak jste se k pěstování neobvyklých rostlinek dostala vy. Rostliny nejen pěstujete a vystavujete, ale také jste je studovala.

Já se už od dětství s velkým zájmem věnuji masožravým rostlinám. Už od školních let jsem je pěstovala, sháněla jsem si o nich informace a také jsem napsala práci, díky které mě pak bez přijímaček přijali na přírodovědu. Masožravým rostlinám se věnuji a na výstavy jezdím už určitě nejméně pětadvacet let. Až posléze jsem se rozhodla vystudovat rostlinnou fyziologii. Chtěla jsem zjistit, jak vlastně rostliny fungují, a prohloubit svoje znalosti o nich.

Váš prvotní vztah se tedy týkal masožravých rostlin. A jaký vztah máte k orchidejím?

Není to tak, že bych se s orchidejemi dříve nesetkala, nějaké orchideje jsem měla ve sbírce už od počátku. Ony jsou totiž některé druhy, konkrétně střevočnický, docela podobné masožravkám. Nicméně hlavním impulsem byl návrh paní ředitelky Flory Evy Fu-





glíčkové, zda bychom dokázali připravit také výstavu orchidejí. Výstavu masožravek tady pořádáme už asi osm let, orchideje v rámci Klenotů pralesa vystavujeme čtvrtým rokem.

Obecně by se asi dalo říct, že mě přitahují rostliny, které jsou něčím zvláštní, určité bizarnosti. Jen na okraj dodám, že jsem kdysi, když jsem na to ještě měla čas, chovala také jedovaté tropické žáby. Ne zrovna kvůli tomu, že jsou jedovaté, ale protože mají mimořádné barvy a jsou díky tomu velmi neobvyklé a velmi krásné.

Za unikátními květinami jezdíte po celém světě. Je rozdíl mezi konkrétním druhem rostliny v přirozeném prostředí a ve skleníku? Je v přírodě krásnější?

Je to jiné. Většinou jsou rostlinky pěstované v dobře nastavených umělých podmínkách dokonce krásnější než přímo v přírodě, nejsou poškozené škůdci či různými vnějšími vlivy. Nicméně pozorování rostlin v jejich přirozeném prostředí je pro nás úplně jiný zážitek. Pokud vidíte takovou rostlinu například na vrcholku Stolové hory v Africe nebo v pralesi v Kambodži, tak už samotná cesta spojená s hledáním rostlin je obrovským dobrodružstvím.

Zajímalo by mě, jak se tyto rostliny liší co do geografického rozšíření. Masožravky asi rostou jinde než orchideje...

Masožravé rostliny najdeme kromě Antarktidy na všech světadílech. Dají se najít ve všech možných typech prostředí, od tropů až po Aljašku. Mimochodem, tuto pestrost musí napodobit i pěstitel, uvědomme si, že některé masožravky pochází z tropického pralesa, a jiné z chladných oblastí, kde je v zimě mráz minus třicet stupňů. Masožravky nejsou vzájemně nijak příbuzné, spojuje je pouze schopnost přilepšovat si při výživě lovením hmyzu či drobných živočichů. Důvod je jednoduchý. Masožravky totiž obecně rostou velmi pomalu, takže v konkurenčním boji by prohrávaly s rychleji rostoucími rostlinami. Aby měly tedy nějakou výhodu, vybírají si místa, kde je v půdě nedostatek živin a běžným rostlinám se tam nedaří. Chybějící látky si masožravky nahradí tím, co uloví.

A orchideje?

Orchideje jsou jednou z nejpočetnějších čeledí rostlin, taktéž se vyskytující ve všech klimatických pásmech kromě Antarktidy, ale největší diverzitu, téměř 90 procent všech druhů, mají v tropickém pásmu. Tyto

rostliny se mezi sebou hodně liší co do potřeby slunce, ale i teploty. I když pochází například ze střední Ameriky, jsou některé druhy z vysokohorských oblastí, takže preferují chladnější vzduch. To je zrovna případ i našich „opiček“.

Znáte nějaký mimořádně náročný druh orchideje nebo masožravky, který v podmínkách skleníku nelze úspěšně pěstovat?

Podle mě lze při dodržení těch správných pěstebních podmínek pěstovat opravdu vše. Jen některé druhy jsou velkou výzvou. Nicméně když je člověk opravdovým nadšenecem, tak neustále vymýšlí nové věci. V tom je právě to kouzlo a krása pěstování. Když by šlo všechno snadno a samo, nebyla by to taková zábava (smích).

Je náročné zajistit, aby během výstavy všechny orchideje kvetly?

To záleží na druhu. Je pravda, že například opičí orchideje rodu *Dracula* mohou snadno přijít o květy, i když je pouze přenášíte z jedné strany skleníku na druhou. V tomto směru opravdu choulostivé jsou. Když nakoupíme opičí orchideje od jiných pěstitelů, okamžitě po první manipulaci shodí květy. Naše



opičí orchideje, které vystavujeme, máme proto svým způsobem vytrénované. Několik let je připravujeme tak, že jim nedopřáváme naprosto dokonalé podmínky, a ony si pak tolik nezvyknou na perfektní prostředí, a jsou tudíž díky tomu otužilejší. Nemají od nás stoprocentní vzdušnou vlhkost, nemají takový chlad, jaký preferují... Takže se nám daří úspěšně je přepravit po dálnici až na místo určení, aniž by přišly o květy. Náročné to ale opravdu je. My jsme opravdu asi jediní vystavovatelé v Evropě, kteří mohou v expozici představit opičí orchideje s květy. Ony dokáží shodit květy za deset minut. Stalo se mi, že jsem vezla opičí orchideje odsud do ostravského televizního studia a cestou mi všechny opadaly. Jakmile jim trochu poklesne vlhkost nebo se změní teplota, je zle. V Olomouci vystavujeme vzrostlejší rostliny, které jsou třeba dvacet let staré a v rámci možností otužilé, proto je dokážeme zachovat i s květy a lidé se mohou kochat jejich krásou.

Kdy mohou lidé v Olomouci letos vidět některou z vašich expozic?

V Olomouci budeme pořádát na přelomu jara/léta v termínu od 23. května do 7. června velkou výstavu masožravek s názvem Živé pasti. Na podzim pak v termínu od 16. října do 1. listopadu velkou výstavu orchidejí a jiných exotických rostlin s názvem Klenoty pralesa. Nicméně náš prodejní stánek nebude chybět ani na Jarní Floře Olomouc v termínu 23.–26. dubna. Na našich stránkách www.carnifyou.com pak máme pro zájemce vypsané termíny všech našich akcí nejen po celé České republice, ale i jinde v Evropě.

Na závěr si dovolím být trochu osobní. V době přípravy našeho rozhovoru jste se chystala na mnohem důležitější osobní krok, totiž na svatbu. Za manžela jste si vzala partnera a na snímcích v ruce držíte nádherné orchideje. Můžete nám prosím o tom prozradit něco bližšího?

Naše kamarádství i společná láska k rostlinkám nás spojují už pětadvacet let. A jelikož se během let navíc z kamarádství postupně stal vztah, naše manželství teď byla jasná volba. A k těm květinám – já jsem si vždycky tajně přála, aby mi můj nastávající sám vypěstoval svatební kytici, a takhle jsme si ji mohli vypěstovat společně. Takže to je vlastně splněný sen... A mimochodem, ta kytice je z orchidejí, masožravek i tillandsií, takže obsahuje celý náš sortiment. ■



Produkce Galerie Šantovka
Styling AVENIS events
Fotografie Matěj Smékal a Štěpán Zajíc

Kostýmek, 1 690 Kč, **Flamingo Fashion**
Kabelka, 2 390 Kč, **Flamingo Fashion**
Brýle, 2 490 Kč, **GrandOptical**

Modelka a model Nika a Adam

Oblečení a doplňky Flamingo Fashion, Galerie Šantovka; Blažek, Galerie Šantovka; GrandOptical, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

Š A N T Á N



Bunda, 6 990 Kč, **Blažek**
Kalhoty, 3 990 Kč, **Blažek**
Tričko, 3 490 Kč, **Blažek**
Kožená taška, 14 990 Kč, **Blažek**
Kožené boty, 5 990 Kč, **Blažek**
Brýle, 1 490 Kč, **Blažek**

do fi ka



Bunda, 3 399 Kč, **CAMP DAVID**
Tričko, 1 299 Kč, **CAMP DAVID**
Kalhoty, 2 599 Kč, **CAMP DAVID**
Taška, 1 399 Kč, **Intersport**
Boty, 6 290 Kč, **OFFICE SHOES**
Brýle, 1 049 Kč, **RELAX**

Model a modelka Adam a Vanesa

Oblečení a doplňky CAMP DAVID, Galerie Šantovka; Intersport, Galerie Šantovka;

OFFICE SHOES, Galerie Šantovka; RELAX, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

ŠANTÁN



Kalhoty, 1 699 Kč, **Intersport**

Mikina, 1 799 Kč, **Intersport**

Podprsenka, 899 Kč, **Intersport**

Hydroláhev, 1 199 Kč, **Intersport**

Boty Karl Lagerfeld, 4 990 Kč, **OFFICE SHOES**

Brýle, 1 049 Kč, **RELAX**

Sukně, 1 799 Kč, **TATUUM**
Košile, 1 399 Kč, **TATUUM**
Šála, 1 799 Kč, **TATUUM**
Taška, 1 699 Kč, **TATUUM**
Mikina, 2 299 Kč, **TATUUM**
Brýle, 1 080 Kč, **Fielmann**

Modelky Vanesa a Nika

Oblečení a doplňky TATUUM, Galerie Šantovka; Fielmann, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

ŠANTÁN



Bunda, 3 299 Kč, **TATUUM**
Šála, 1 799 Kč, **TATUUM**
Kalhoty, 2 399 Kč, **TATUUM**
Košile, 1 899 Kč, **TATUUM**
Taška, 2 499 Kč, **TATUUM**
Brýle, 810 Kč, **Fielmann**

Vincent Chignier: Umění, které ožívá ve městě

Francouzský umělec Vincent Chignier patří k těm, jejichž tvorba překračuje hranice galerií a vstupuje přímo do života města. Jeho výrazný styl, ve kterém se potkává inspirace starými mistry i současným street artem, mohou lidé znát nejen ze zdí, ale nově i z ulic Olomouce.

Foto Viktorie Veselá; archiv Vincenta Chigniera
Text Ivo Vysoudil

Vincent Chignier



”

Právě pro Galerii Šantovka vytvořil vizuální projekt, který se objevil nejen v samotném centru, ale také na tramvajích a autobusech křižujících ulice města. Umění se tak doslova dalo do pohybu a stalo se přirozenou součástí každodenního života – něčím, co potkáváte cestou do práce, školy nebo při procházkách.

Chignier, který pochází z francouzského Clermont-Ferrandu a dnes žije ve Šternberku nedaleko Olomouce, vnímá veřejný prostor jako živý organismus. Každé místo má podle něj svou energii, historii i rytmus – a právě tyto vrstvy se snaží ve své tvorbě zachytit. Jeho muraly nejsou jen vizuální dekorací, ale spíše otevřeným dialogem s okolím i lidmi, kteří kolem nich procházejí.

Jak vzniká velkoformátová malba ve veřejném prostoru, co pro něj znamená inspirace a jaké to je, vidět vlastní dílo jezdit po městě? Nehen o tom jsme si s Vincentem Chignierem povídali.

Pocházíte z francouzského Clermont-Ferrandu, dnes ale žijete ve Šternberku nedaleko Olomouce. Jak vás život na Moravě proměnil – osobně i umělecky?

Osobní život na Moravě se pozměnil tím, že jsem právě tady vytvořil svou rodinu se svou ženou a dětmi. V umělecké oblasti mi život zde umožnil poznat novou kulturu, do které jsem se dobře začlenil. To mi otevřelo nové obzory a změnilo můj pohled na svět.

K umění jste se dostal přes graffiti a urbánní kulturu. Co vám tahle zkušenost dala do další tvorby a zůstává v ní dodnes?

Dala mi chuť tvořit, což je nejdůležitější, protože mě umělecky probudila. Dodnes mi dodává silnou inspiraci pro mou tvorbu. I když tvořím legálně, je to pořád urbánní kultura.

Vaše cesta k umění vedla také přes studium truhlářství. Ovlivňuje práce s materiálem i vaše malby?

Myslím, že mě tato práce hodně ovlivnila, a moc rád bych ji do své tvorby více přenesl skrze reliéf.

Ve vašich obrazech se potkávají velmi odlišné inspirace – od Caravaggia a Hieronyma Bosche až po Basquiata nebo street art. Jak je propojujete?

Snažím se najít podobnost. Velmi důležitá je pro mě harmonie barev a část náhody, která občas nefunguje, takže je potřeba ji opravit. Náhoda ale někdy přinese výsledek, který mě dokáže mile překvapit.

V Olomouci i ve Šternberku jste realizoval několik projektů ve veřejném prostoru. Čím vás město inspiruje?

Specifická je pro mě energie, kterou každé město má. Může být uchvacující, nebo naopak únavná. Město má velmi silnou energii ovlivněnou historií a lidmi, kteří zde žijí nebo žili. Krátkodobě je pro mě velmi inspirující, nicméně dlouhodobě je někdy těžko stravitelná, protože je pro mě důležité mít kolem sebe také klid.

Jaký je pro vás rozdíl mezi tvorbou pro galerii a pro veřejný prostor?

Vnímám tam velký rozdíl. V galerii mám větší volnost a tvořím to, co sám chci. Ve veřejném prostoru je potřeba se přizpůsobit místu a být ještě víc kreativní. Zároveň tam potkávám hodně lidí, kteří mě sledují a mluví se mnou o tom, co právě maluju. V ateliéru jsem spíš sám – a samota může být dobrá, ale občas taky tíživá.

Nedávno jste spolupracoval s Galerií Šantovka na projektu, který se objevil i na tramvajích a autobusech. Jaké to je, vidět své umění v pohybu po městě?

Je to směsice pocitu spokojenosti a radosti. Když se podívám zpětně, je to něco, co jsem si jako mladší nedokázal představit. Je to pro mě uznání mé práce. Člověk rád vidí, že jeho práci někdo ocení, i když během tvorby občas váhá. Myslím ale, že tak to má asi každý.

Myslíte si, že umění ve veřejném prostoru může měnit náladu města?

Věřím, že ano, a doufám, že mám pravdu, protože pokud přemýšlíme čistě racionálně, můžeme si myslet, že umění není životně důležité. Já si ale myslím, že umění je naopak velmi důležité pro mentální probuzení, kritické myšlení i zvidavost. Když ponoříme ponuré místo do barvy, dokáže to v kolemjdoucích vyvolat pocity spokojenosti. Pro mě je to právě umění ve veřejném prostoru, které mě inspirovalo k tomu, abych se této práci věnoval.

Ve vaší tvorbě se objevují symboly a poselství. Je důležité, aby je divák odhalil?

Pro mě není důležité, aby divák odhalil moje symboly. Často tvořím spontánně a divácká interpretace mě naopak obohacuje.



Jak vzniká mural od prvního nápadu po realizaci?

Při muralech je pro mě vždy důležitá otázka týkající se místa, tedy kam bude malba zasazena. Na základě toho vytvářím vizuální příběh. Začínám nákresem. Když splňuje má kritéria, realizuju návrh, potom si kresbu vytvořím v měřítku a maluju. Velkoformátová malba je podobná, jen nemusím řešit místo, kam bude zasazena. Vždycky se ale dotýká témat, která jsou pro mě důležitá – inspiřuji se historií člověka a přírodou. Tato témata stylizuji a pracuji s barvou, protože právě ucelenost barev je pro mě hodně důležitá.

Máte za sebou studium na pařížské Sorbonně. Jak vás ovlivnilo?

Myslím, že tato zkušenost mě přivedla na cestu hledání smyslu úplně ve všem. V jednom okamžiku mě ale právě hledání smyslu trochu zbrzdilo v mé práci, a proto se teď snažím od toho oprostit, tvořit spontánněji a hledat smysl až později. Právě tohle mi umožnilo se uvolnit. Uvědomil jsem si, že nic není náhoda, a i když tvořím spontánně, ten smysl se v tom nakonec najde, protože tam prostě je. Jako by to byla životní filozofie, náhoda je přirozená – je vlastně ve všem – i divoká rostlina roste na svém místě bez toho, aniž by to někdo naplánoval, a přitom to má hluboký význam. Je to



sice náhodné, ale zároveň to dává smysl. Když si toto uvědomíme, uvidíme krásu ve všem kolem. Třeba příchod na svět si sice umíme naplánovat, ale vždycky se stane něco, co nás překvapí, něco, co se prostě naplánovat nedá. Tohle je autenticita, kterou nikdy nedokáže nahradit žádná technologie, a to je krásné.

Co vás na umění baví nejvíc dnes?

V praxi mám nejradši momenty meditace, rozjímání předtím, než se pustím do díla. Moc rád hledám postupy, které mi umožňují vyjádřit pohled na svět vlastním způsobem. Tohle je něco, co fakt rád vidím i u ostatních umělců – je to obohacující, inspiřující a prostě krásné.



Na čem aktuálně pracujete a co byste si chtěl splnit do budoucna?

Momentálně pracuji na více projektech, tak to mimochodem mívám často. Přípravuji obrazy na výstavu v domě Radost v Praze, která proběhne v červnu. Taky dělám na projektech ve veřejném prostoru – chystám mural v Příbrami, který bude odrážet tematiku historie horníků a těžebních dolů. To je pro mě docela srdcová záležitost, protože je tak trochu spojena s mými kořeny. Můj dědeček byl horníkem a kus mé rodiny v jedné z hornických oblastí Francie stále žije. Potom se, zatím tedy jen mentálně, chystám na muraly ve veřejném prostoru v Brně a Praze. V budoucnu bych rád pracoval na projektech, ať už osobních, nebo veřejných, v nichž použiju trochu jinou techniku. Více se chci zaměřit na práci s hmotou – keramika, mozaika a jiné. Láká mě vyzkoušet si i jiné techniky než malbu, a i přesto si zachovat vlastní identitu. To bych moc rád, zatím jsem ale nenašel tu správnou cestu, o které bych si mohl říct: „To je ono!“ ■

VINCENT CHIGNIER

*** 1988**

Francouzský malíř a ilustrátor, pochází z Clermont-Ferrandu, aktuálně žije a tvoří ve Šternberku. K umění se dostal přes street art, následně studoval grafiku v Lyonu, nástěnnou malbu v Clermont-Ferrandu a výtvarné umění na pařížské Sorbonně. Ve své tvorbě kombinuje vlivy urban artu s inspirací klasickými mistry, jako jsou Caravaggio, Hieronymus Bosch či Henri Matisse či Basquiat. Jeho díla se vyznačují výraznou symbolikou, emocí a experimentem s využitím různých technik.

“



NEOBEAUTY.CZ

**KLINIKA ESTETICKÉ
A PLASTICKÉ CHIRURGIE**

**NEO·BEAUTY
—CLINIC**

O práci, kariéra lidech a prostředí v REDSTONE

Klára Seitlová, HR manažerka



Za fungováním REDSTONE stojí přístup k lidem, který kombinuje důvěru, stabilitu a prostředí, kde má práce smysl i dlouhodobou perspektivu.

Flexibilita je dnes hodně skloňované slovo. Co to u vás reálně znamená?

U nás to není jen slovo, je to realita. Naši zaměstnanci mají pružnou pracovní dobu, 25 dní dovolené a k tomu sick days. Zároveň dáváme prostor zapojit se do Charity Day,

kdy mohou věnovat čas smysluplné aktivitě mimo práci. S každým tak individuálně nastavujeme režim, který dlouhodobě vyhovuje oběma stranám.

Jak přistupujete k work-life balance?

Bereme to prakticky. Podporujeme lidi v tom, aby měli čas i na věci mimo práci – ať už je to rodina, sport, nebo kultura. Nabízíme vstupenky na akce, máme vlastní fitness i jógu přímo v Envelopa Office Center. Zkrátka věříme, že když mají lidé rovnováhu, odráží se to i v tom, jak pracují.

Mluvíte o hodnotách. Jak se promítají do každodenní práce?

Držíme se přístupu „pořádně, nebo vůbec“. Fungujeme jako tým a díváme se na věci dlouhodobě. Znamená to, že si lidé navzájem pomáhají, věci dotahují a mohou se spolehnout jeden na druhého.



Jaké prostředí u vás zaměstnanec čeká?

Pracujeme v moderních kancelářích, kde je příjemná atmosféra a prostor jak na soustředění, tak na neformální setkání. Zároveň řešíme i každodenní komfort – stravenkový paušál, kvalitní stravování přímo v budově, výběrová káva, čaje nebo pitný režim. Jsou to drobnosti, ale ve výsledku dělají velký rozdíl.

Co byste řekla někomu, kdo o práci v REDSTONE uvažuje?

Že u nás najde prostředí, kde může dělat svou práci dobře, rozvíjet se a zároveň si udržet rovnováhu i mimo ni. A to dlouhodobě a v souladu s dalšími životními rolami. ■

PŘIDEJTE SE K NÁM!



Klára Seitlová

+420 731 197 777

seitlova@redstonegroup.cz

www.redstonegroup.cz



REDSTONE

redstonegroup.cz

Jsme česká investiční a developerská skupina.

V **REDSTONE** vytváříme prostředí, kde se dobře pracuje, práce přináší viditelné výsledky i prostor pro život.



- Perspektivní práce s viditelným dopadem
- Férové prostředí a vztahy založené na důvěře
- Flexibilita a work-life balance



- Seberozvoj a vzdělání
- Atraktivní pracovní prostředí a well-being
- Benefity pro každodenní komfort i regeneraci



Patrik Repka

Junior Financial Analyst, M&A

„Oceňuji, že firma dává zaměstnancům prostor růst a podílet se na zajímavých projektech. Zároveň si vážím toho, že si skutečně cení lidí, kteří firmu tvoří.“



Lucie Smičková

Assistant

„Cením si profesionálů na svých místech i přátelské atmosféry. Pracujeme v krásném prostředí a také po stránce vybavení máme skvělé pracovní podmínky.“

Zaměstnanci oceňují



Eliška Kůstková

Sales Manager

„Vážím si svěřené odpovědnosti a možnosti řešit věci samostatně.“



Kateřina Zemánková

Retail Marketing Manager

„Oceňuji flexibilitu pracovní doby, hezké pracovní prostředí a vstříchný, přátelský přístup vedení.“



Retail

Office

Industrial

Rezidence

Tričko, 449 Kč, [Intersport](#)
Kraťasy, 449 Kč, [Intersport](#)
Kopačky, 2 399 Kč, [Intersport](#)
Míč, 279 Kč, [Intersport](#)

Produkce Galerie Šantovka
Styling AVENIS events
Fotografie Matěj Smékal a Štěpán Zajíc

Model a modelka Denis a Nikol

Oblečení Intersport, Galerie Šantovka; Relax, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

ŠANTÁN



Mikina Nike, 1 299 Kč, [Intersport](#)

Tílko, 749 Kč, [Intersport](#)

Kratásky Nike, 749 Kč, [Intersport](#)

Boty Nike, 1 299 Kč, [Intersport](#)

Láhev, 449 Kč, [Intersport](#)

Brýle, 899 Kč, [Relax](#)

na procházku

Šaty s tričkem, 999 Kč, **Marks & Spencer**

Mikina, 349 Kč, **Marks & Spencer**

Boty, 2 590 Kč, **OFFICE SHOES**

Brýle, 3 890 Kč, **GrandOptical**

Modelka a model Nikol a Denis

Oblečení Marks & Spencer, Galerie Šantovka; OFFICE SHOES, Galerie Šantovka;
GrandOptical, Galerie Šantovka; Lindex, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

Š A N T Á N



Košile, 399 Kč, **Marks & Spencer**
Mikina, 399 Kč, **Marks & Spencer**
Džíny, 549 Kč, **Marks & Spencer**
Boty, 3 790 Kč, **OFFICE SHOES**
Brýle, 3 390 Kč, **GrandOptical**





[Tříčko, 499 Kč, Lindex](#)
[Kalhoty, 699 Kč, Lindex](#)
[Korálky, 199 Kč, Lindex](#)
[Košílová bunda, 899 Kč, Lindex](#)

[Sluneční brýle, 249 Kč, Lindex](#)
[Tříčko, 349 Kč, Lindex](#)
[Krátký trenčkot, 1 199 Kč, Lindex](#)
[Džíny, 899 Kč, Lindex](#)
[Přívěsek, 249 Kč, Lindex](#)

Za historií na Olomoucku: hrady a zámky, které stojí za výlet

Foto archiv jednotlivých objektů

Text Ivo Vysoudil

Olomoucko a jeho okolí patří mezi regiony, kde na relativně malém prostoru najdete hned několik mimořádných historických památek. Romantické hrady, šlechtická sídla i rozlehlé zámecké parky lákají k výletům během celé sezony. Vybrali jsme pro vás několik míst, která stojí za návštěvu – ať už hledáte pohádkovou atmosféru, zajímavou historii nebo příjemnou procházku krásnou krajinou.



HRAD BOUZOV

– pohádková dominanta regionu

Romantický hrad Bouzov patří mezi nejznámější památky severní Moravy. Jeho silueta s věžemi, cimbuřím a padacími mosty působí téměř pohádkově a není náhodou, že se zde natáčela řada filmů a pohádek. Z těch nejznámějších zmíníme pohádku O princezně Jasněnce a létajícím ševci, Kopretiny pro zámeckou paní, Arabela a řada dalších.

Hrad vznikl na přelomu 13. a 14. století a od té doby vystřídal řadu majitelů. V roce 1696 jej získal Řád německých rytířů, který zde sídlil až do roku 1945. Dnešní romantickou podobu

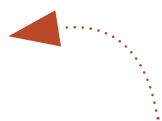


získal Bouzov při rozsáhlé přestavbě na přelomu 19. a 20. století. Výsledkem je působivý historizující areál s arkýři, střelnami i funkčními padacími mosty a mřížemi, které se při slavnostních příležitostech stále uvádějí do provozu.

Návštěvníci mohou projít reprezentační i obytné prostory hradu, například rytířský sál, kapitulní síň, zbrojnici nebo velmistrovu pracovnu. Pro ty, kdo chtějí poznat Bouzov

opravdu do detailu, je připraven speciální dvouhodinový okruh „Hrad křížem krážem“, který vede od sklepů až po podkrovní. Za dobrého počasí stojí také za to, vystoupat na věž Hlásku, odkud se otevírá krásný výhled do okolní krajiny Litovelska a Mohelnicka.

Díky své atmosféře je Bouzov vyhledávaným místem nejen pro turisty, ale také pro koncerty, výstavy, historické slavnosti nebo svatby.



ZÁMEK TOVAČOV

– spanilá perla Hané

Nedaleko Olomouce leží město Tovačov, jehož dominantou je rozsáhlý zámecký komplex s charakteristickou Spanilou věží, která se tyčí do výšky přibližně 85 metrů a je nejvyšší zámeckou věží v České republice. Zámek stojí nedaleko hlavního náměstí a jeho areál tvoří soubor budov obklopujících dvě nádvoří. Součástí památkově chráněného území jsou také budovy předzámčí, park a barokní sochařská výzdoba.

Historie zámku sahá do středověku, kdy zde stávala menší vodní tvrz, později přestavěná na vodní hrad. Koncem 15. století ji nechal významně přebudovat moravský šlechtic Ctibor Tovačovský z Cimburka, který zahájil proměnu sídla v reprezentativní renesanční zámek. Právě v této době vznikla také původní podoba Spanilé věže.

V průběhu dalších století se majitelé střídali a zámek byl opakovaně upravován. Významnou stopu zde zanechal rod Salm-Neuburgů,

který nechal vystavět bohatě zdobenou barokní kapli a obnovil opevnění. Později přešlo panství do rukou rodu Kúenburgů, za nichž byl zámek rozšířen o nové křídlo, avšak postupně začal chátrat.

Novou etapu v historii přinesl konec 19. století, kdy zámek zakoupil průmyslník David Gutmann. Ten zahájil rozsáhlou novorenesanční přestavbu podle návrhu architekta Maxe Fleischera. Věž byla zvýšena na dnešní výšku a okolí zámku doplnil anglický park. Gutmann se zároveň podílel na hospodářském rozvoji regionu, například založením cukrovaru a zajištěním železničního spojení s tratí Brno–Olomouc.

Po druhé světové válce přešel zámek do majetku státu a později města Tovačova. V průběhu druhé poloviny 20. století zde vznikly muzejní expozice, obřadní síň i další veřejné instituce. Dnes je zámek přístupný návštěvníkům a nabízí prohlídky historických interiérů, výstavy a také možnost vystoupat na vyhlídkový ochoz Spanilé věže, odkud se otevírá široký pohled na krajinu Hané.

HRAD ŠTERNBERK

– aristokratické sídlo s bohatou historií

Jen kousek od Olomouce se tyčí hrad Šternberk, jehož historie sahá do poloviny 13. století. Založil jej pravděpodobně Zdeslav ze Šternberka, příslušník významného českého šlechtického rodu. Během staletí se hrad proměňoval – z obranné pevnosti se postupně stal pohodlným aristokratickým sídlem.

Velké stavební úpravy proběhly v renesanci a další výraznou proměnu přinesla romantická přestavba na konci 19. století. Tehdy vznikly interiéry, které dnes návštěvníci obdivují – bohatě zařízené sály, historický nábytek, obrazy, gobelíny i cenné umělecké předměty.

Základní prohlídkový okruh vás provede reprezentačními místnostmi prvního patra včetně gotické kaple, velkolepého rytířského sálu s koženými tapetami nebo soukromých pokojů knížete Jana II. z Liechtensteina. Druhý okruh přibližuje každodenní život šlechtické rodiny ve 20. století a ukazuje například dětské pokoje, apartmá pro hosty nebo pánský klub. Tento okruh je navíc zcela nový a letos jej návštěvníci mohou obdivovat první sezonu.

Zajímavostí je také speciální prohlídka věnovaná technickému zázemí hradu – návštěvníci se dostanou až do strojovny historického výtahu nebo na rozlehlé půdy. Po prohlídce určitě stojí za to, projít se zámeckým parkem, který vznikl na začátku 20. století a dodnes tvoří malebnou kulisu celého areálu.





ZÁMEK ČECHY POD KOSÍŘEM

– sídlo umění a romantického parku

Na úpatí Velkého Kosíře se nachází elegantní zámek Čechy pod Kosířem, jehož historie je spjata především s rodem Silva-Tarouca. Právě tento rod dal zámku jeho dnešní podobu a zároveň vytvořil rozsáhlý krajinářský park v anglickém stylu, který patří k nejcennějším v České republice.

Zámek se stal také významným kulturním centrem. V 19. století zde často pobýval malíř Josef Mánes, který byl s rodinou Silva-Tarouca v úzkém kontaktu a vytvořil zde řadu děl. Na tuto tradici dnes navazuje zámecká expozice představující jeho kresby i další umělecké předměty.

Návštěvníci mohou během prohlídky nahlédnout do historických interiérů z přelomu 19. a 20. století nebo se vydat na komentovanou procházku romantickým parkem s Mánesovým altánem či Červenou věží. Zámek nabízí také modernější expozice – například filmovou výstavu věnovanou tvorbě Zdeňka a Jana Svěrákových nebo interaktivní pohádkový svět inspirovaný jejich filmy.

ZÁMEK PLUMLOV

– architektonická rarita
nad Podhradským rybníkem

Zámek Plumlov patří mezi nejzajímavější stavby svého druhu v České republice. Monumentální budova tyčící se nad Podhradským rybníkem vznikla na konci 17. století z iniciativy rodu Liechtensteinů na místě původního středověkého hradu, jehož pozůstatky jsou tu k vidění dodnes.

Původně měl vzniknout velkolepý čtyřkřídlý renesanční zámek inspirovaný italskou architekturou. Stavba však nebyla nikdy dokončena podle původního plánu, a tak dnes působí jako monumentální torzo – právě tato neobvyklá podoba dává Plumlovu jeho jedinečný charakter.

V interiérech se dochovala například štuková výzdoba velkého sálu nebo stropní malby inspirované antickými motivy z Vergiliových Aeneidy. Během historie zámek sloužil různým účelům – od šlechtického sídla přes úřednické byty až po správní budovu. V současnosti je postupně rekonstruován a hostí řadu kulturních akcí, výstav nebo historických programů.

Návštěvníci si mohou projít zámecké interiéry, prohlédnout dvoupatrové sklepení nebo si užít atmosféru nádvoří, kde bývá otevřena kavárna a konají se kulturní akce.



ZÁMEK ÚSOV

– lovecko-lesnické muzeum
s unikátními sbírkami

Na kopci nad stejnojmenným městečkem stojí zámek Úsov a současně také jeden z nejstarších hradů na Moravě. Jeho počátky sahají do první poloviny 13. století, kdy byl založen jako královský hrad ve stylu francouzského kastelu. Během staletí prošel několika přestavbami – od gotického hradu přes renesanční úpravy až po barokní přestavbu podle návrhů italského architekta Domenica Martiniho na konci 17. století.

Dnes je zámek známý především díky lovecko-lesnickému muzeu, které patří k ojedinělým institucím svého druhu ve střední Evropě. Založil jej na přelomu 19. a 20. století kníže Johann II. von Liechtenstein, velký milovník přírody a lovu. Sbírkou zahrnují stovky exponátů – preparovaná zvířata, lovecké trofeje, historické zbraně i ukázky lesnické práce.





Zvláštní pozornost přitahuje kolekce afrických trofejí z expedic liechtenštejnských šlechticů do Keni, Ugandy nebo Somálska. K vidění jsou například obrovské sloní kly, trofeje antilop nebo preparát lva pustinného. Součástí areálu je také expozice věnovaná historii hradu a lesnickému školství na Moravě i novější interaktivní výstava připomínající africkou savanu.

ROMANTIKA ZŘÍCENIN

– výlety bez vstupného

Z dalších unikátních historických staveb, díve patřících šlechtickým majitelům, jmenujme také dvě tvrze stojící nedaleko Olomouce.

První z nich je tvrz v Unčovicích. Jedná se o původní patrovou středověkou tvrz s oválnou věží, poprvé připomínanou v roce 1398. Po druhé světové válce tvrz patřila místním zemědělcům, dnes ji můžete obdivovat pouze zvenku. Druhou tvrzí je Černá věž v Drahanovicích, dnes přístupná i turistům. Nenechte se zmýlit, i přes svůj název je věž celá bílá. Nejstarší písemná zmínka o tvrzi pochází z roku 1351. Tvrz prošla rozsáhlými přestavbami v průběhu let, až se proměnila v renesanční obytnou věž, přičemž další budovy tvrze byly postupně zbourány nebo přestavěny.

Kromě velkých hradů a zámků nabízí Olomoucko také řadu romantických zřícenin, které mají své osobité kouzlo. Na rozdíl od památek se sezonním provozem jsou většinou volně přístupné – návštěvníci sem mohou vyrazit kdykoliv, bez vstupného a bez průvodce. Jedním z oblíbených výletních míst je zřícenina hradu **Brničko**, která se tyčí na kopci nad stejnojmennou obcí na Zábřežsku. Hrad vznikl ve 14. století, ale už roku 1513 byl uváděn jako pustý. Dnes jeho romantické zbytky dominují okolní krajině a patří mezi známé cíle turistů.

V lesích Oderských vrchů nad říčkou Bystřicí se nachází také pozůstatky hradu **Hluboký**,

známého také jako Pustý zámek. Hrad byl založen ve 14. století olomouckým biskupem a později jej vlastnil i Karel IV., který jej daroval svému bratru Janu Jindřichovi. Po husitských válkách byl však zničen a postupně zanikl.

Další zajímavé výlety vedou například ke zřícenině hradu **Puchart** v Potštátském skalním městě, k nejvýše položenému moravskému hradu **Rabštejn** nebo ke zbytkům hradu Drahotuše. Každé z těchto míst připomíná dávné příběhy regionu a nabízí krásné výhledy do krajiny.

TIP NA ZÁVĚR

Pokud plánujete výlet z Olomouce, můžete některé z těchto památek pohodlně spojit do jednoho dne. Například návštěvu hradu Bouzov lze doplnit procházkou v Litovelském Pomoraví, zatímco zámek Čechy pod Kosířem nabízí ideální kombinaci historie, umění a odpočinku v rozlehlém parku. A pokud dáváte přednost dobrodružnějším výpravám, vydejte se za některou z místních zřícenin – často právě tam najdete tu nejautentičtější atmosféru starých časů. ■



Chytré hodinky Garmin vivoactive 5,
4 990 Kč, **Datart**

TERMO láhev SMEG,
1 190 Kč, **Potten & Pannen**
– **Staněk**



Karamelová proteinová tyčinka 40 g,
39 Kč, **GRIZLY**



Chladicí box Classic Rainbow 12 l,
995 Kč, **Potten & Pannen – Staněk**



BOTY TERRASTRIDE BC,
2 799 Kč, **Columbia**





Krása pohybu, radost i disciplína: taneční sport láká v Olomouci děti i dospělé

taneční sport

StarDance v posledních letech znovu připomněla, jak půvabný, emotivní a přitažlivý umí být společenský tanec. Stačí pár večerů u televize a člověka napadne, jaké by to asi bylo, kdyby se i on dokázal po parketu pohybovat s takovou lehkostí. Dobrá zpráva je, že tanec dnes rozhodně nepatří jen na obrazovky nebo do plesové sezony. V Olomouci má své pevné místo. Jako krásný sport, jako radost z pohybu, jako cesta k většímu sebevědomí i jako koníček, s nímž se dá začít překvapivě brzy... a vlastně i překvapivě pozdě.

Foto Martina Deylová
Text Jana Doleželová



„Jsem dřevo.“ To je nejčastější věta, kterou slyší Tomáš Komenda, zakladatel Tanečního Studia Tomáše Komendy v Olomouci. Po více než 25 letech v oboru ale s jistotou říká, že za celou svoji taneční kariéru dřevo nepotkal. Naučil prý tancovat opravdu každého – sportovce, lékaře i řemeslníka. A má pravdu. Tancovat totiž může opravdu každý. Svědčí o tom zájem o kurzy olomouckých tanečních škol a klubů, ať už jsou určené dětem, mládeži, nebo dospělým.

SPOLEČENSKÝ TANEC: SPORT, NEBO UMĚNÍ?

Elegantní šaty, zářivá světla, zdánlivě lehké pohyby po parketu. Podíváte-li se za kulisy soutěžního tancování, zjistíte, že za každým takovým pohybem stojí stovky hodin tréninku, fyzická kondice srovnatelná s vrcholovými sportovci a mimořádná psychická odolnost. „Soutěžní tanec je jako desetiboj. Jen s tím rozdílem, že u desetiboje je každému jedno, jak se u toho tváříte, nehraje vám u toho hudba a nejste přímo závislí na dalším člověku, tanečním partnerovi, který musí být stejně dobrý jako vy,“ říká Tomáš Komenda.

V soutěžním světě standardních a latinskoamerických tanců závodí tanečníci v pěti, někteří dokonce ve všech deseti disciplínách zároveň – waltz, tango, valčík, slowfox a quickstep ve standardu; samba, cha-cha, rumba, paso doble a jive v latinskoamerických tancích. Tereza Jendruková z KST QUICK Olomouc to vysvětluje konkrétně: „Tanečník musí být schopen zatančit pětkrát jeden a půl minuty v maximálním nasazení, několikrát za sebou podle počtu kol, které soutěž má. K tomu je potřeba rozvíjet vytrvalost, rychlost, sílu, explozivitu, flexibilitu i stabilitu.“

Na vrcholové úrovni tomu tanečníci skutečně obětují vše – víkendová soustředění doma i v zahraničí, mezinárodní soutěže, neustálé



vzdělávání u nejlepších trenérů světa. Ale stejně jako jakákoli jiná pohybová aktivita i tanec umí být jen koníčkem. Zdaleka nemusíte chtít na mezinárodní parkety, abyste si tancování užili naplno. Olomouc totiž nabízí skvělé zázemí nejen pro profesionální tanečnický

SPORT, KTERÝ FORMUJE DĚTI I DOSPĚLÉ

Na tanečním sportu je krásné i to, co všechno člověku dává mimo samotný pohyb. Nejde jen o kroky, techniku a choreografii. Jde o držení těla, rytmus, disciplínu, vnímání hudby a schopnost spolupracovat s druhým člověkem. V TK Olymp to vystihují velmi přesně: „Cílem není vychovat tanečnicka, co vyhraje soutěž, ale dobrého člověka, který má návyky zdravého životního stylu, pravidelně cvičí a zdokonaluje se, zvládá time management a umí spolupracovat v páru a v týmu,“ popisuje předseda a šéftrenér TK Olymp Miroslav Hýža.

„Tanec rozvíjí kreativní myšlení, pozitivní vztah k pohybu a hudbě, trpělivost, cílevědomost a učí komunikaci s partnerem,“ vypočítává Tereza Jendruková z KST QUICK. A Tomáš

Komenda přidává rozměr, který ostatní sporty jen těžko nabídnou: „Tančit znamená zvyšovat sebevědomí, umět prezentovat své dovednosti a rozvíjet sociální inteligenci. Je krásné vidět slzící maminky, když jejich dříve nesmělé dítě poprvé zatancuje před publikem.“

Taneční trénink navíc nezatěžuje tělo jednostranně – rozvíjí ho komplexně a lze ho provozovat do velmi vysokého věku. „Tanec udržuje člověka v kondici, obklopeného mladými krásnými lidmi, a zpomaluje stárnutí,“ říká s úsměvem Jendruková.

OLOMOUC MÁ TRADICI I VÝSLEDKY

Olomouc rozhodně není městem, kde by se společenský tanec držel při životě jen ze setrvačnosti. Naopak. Místní kluby ukazují, že má tradici, systém i výsledky. Miroslav Hýža z TK Olymp připomíná, že klub je výjimečný mimo jiné tím, že byl v devadesátých letech průkopníkem tanečního sportu dětí a mládeže v České republice. „Už čtvrtou dekádu tu rostou nejen generace tanečnicků, ale i trenérů. V současné době máme v klubu šest tre-



nerů s nejvyšším vzděláním a další mladí nám studují licenci. Mezi krajskými městy patříme, co se tanečního sportu týká, k nadprůměru.“

To se potvrzuje i na soutěžních výsledcích. TK Olymp v říjnu obhájil titul mistrů ČR družstev. A jak říká sám Miroslav Hýža, právě toho si váží nejvíc, protože nejde jen o kvalitu jednoho páru, ale o důkaz silného prostředí a dlouhodobé práce. KST QUICK má za sebou úspěšná mistrovství republiky a jeden z jejich párů se chystá reprezentovat na mistrovství Evropy v deseti tancích ve Španělsku.

KDY ZAČÍT? KDYKOLI

Dobrá zpráva pro rodiče je, že s tancem se dá začít opravdu brzy. Prakticky všechny olomoucké taneční školy a kluby nabízejí taneční kroužky už pro ty nejmenší, kde se děti hrou formou učí první taneční krůčky a sestavy a přirozeně si budují vztah k rytmu a hudbě.

Na druhé straně ale platí, že tanec není jen sportem pro děti, které začaly v pěti letech. Potvrzuje to i Miroslav Hýža z TK Olymp: „Druhá vlna prvních tanečních kroků je u středoškoláků, kteří začínají po tanečních. Pokud má někdo dobrý základ, chuť i vůli, může z něj být velice dobrý sportovec. Nebo prostě může tančit jen pro radost z pohybu,“ říká.

HURÁ DO TANEČNÍCH!

Právě středoškolské taneční jsou v českém prostředí tradičně velkou branou k tanci. A často jsou momentem, kdy studenti zjistí, že je společenský tanec baví mnohem víc, než čekali.

Základní taneční kurzy nabízejí v Olomouci dvě zkušené taneční školy – TŠ Coufalovi a TŠ Progress. Vedle standardních a latinskoamerických tanců zahrnují i společenskou výchovu. Základní taneční kurzy ale nejsou jen „povinná“ školní akce. Pro mnohé jsou odrazovým můstkem k celoživotní vášni. Pro ty, co se chtějí naučit víc než jen základy, nabízejí pokračovací kurzy, ve kterých si taneční školy zpravidla vychovávají své asistenty do dalších let. A odtud už je to jen krok k soutěžní dráze ve sportovním tanečním klubu.

MALÉ STARDANCE PO OLOMOUCKU

A pak je tu ještě jedna cesta, která v posledních letech přitahuje čím dál větší pozornost – PRO-AM, tedy tanec ve dvojici profesionál–amatér. Přesně ten model, který si většina lidí spojí se StarDance. I tyto kurzy najdete hned v několika tanečních školách a klubech v Olomouci. Pro mnohé dospělé je to ideál-

ní varianta: nemusí hledat partnera, přijdou, tančí pod vedením zkušeného profesionála a velmi rychle zažijí, jaké to je, když je na parketu někdo opravdu vede. Pro někoho je to první krok k novému koníčku, pro jiného splněný sen, že si jednou zatančí „jako v televizi“.

NIKDY NENÍ POZDĚ

Jedna z nejkrásnějších vlastností tance je, že nemá věkové omezení. Začít můžete s dítětem v batolecím věku i jako důchodce, který si chce udržet kondici a radost z pohybu. Tanec zkrátka nemusí být nutně jen závod za medailkami. Může být i prostorem, kde si člověk po práci vyčistí hlavu, naučí se lépe držet tělo, víc vnímat hudbu a na chvíli vypnout od běžných starostí.

Možná tedy není nejdůležitější otázka, zda začít v pěti, v patnácti nebo ve čtyřiceti. Důležitější je, jestli to člověka táhne na parket. Olomouc dnes nabízí cestu pro malé děti, pro středoškoláky po tanečních, pro dospělé páry i pro ty, kdo by si rádi vyzkoušeli svou vlastní malou verzi StarDance. Ať už člověk hledá sport, krásný koníček, novou energii, nebo kroužek, který dá jeho dítěti víc než jen hodinu pohybu týdně, společenský tanec stojí za pozornost. Protože někdy opravdu stačí jeden první krok. A všechno ostatní už přijde s hudbou. ■





M&S

*Love
that.*

JIŽ NYNÍ V PRODEJNÁCH MARKS AND SPENCER.



Produkce Galerie Šantovka
Styling AVENIS events
Fotografie Matěj Smékal a Štěpán Zajíc

Plavková podprsenka, 1 690 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**
Plavkové kalhotky, 890 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**

Modelky Nika a Vanesa

Oblečení a doplňky INTIMMO – spodní prádlo, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

ŠANTÁN



Plavková podprsenka, 990 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**
Plavkové kalhotky, 890 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**

Plavková podprsenka, 990 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**
Plavkové kalhotky, 890 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**

Plavková podprsenka, 1 690 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**
Plavkové kalhotky, 890 Kč, **INTIMMO – spodní prádlo**





Podprsienka, 999 Kč, **TRIOLA**
Kalhotky, 499 Kč, **TRIOLA**

Modelky Nika a Vanesa

Oblečení a doplňky TRIOLA, Galerie Šantovka

Lokace NUTREND WORLD

Š A N T Á N



Podprsenka, 699 Kč, TRIOLA
Kalhotky, 249 Kč, TRIOLA

Natálie Tichánková:
Nechci život jen přežívat.
Chci ho opravdu žít

Živel. Tento termín může alespoň z části vystihnout dojem, jakým působí Natálie Tichánková, herečka, zpěvačka a zároveň zakladatelka kapely 4GOOD, autorka audioknih či moderátorka. Živel plný pozitivní energie, nabíjející, tvořivý a sympatický. V rozhovoru prozrazuje čtenářům Šantánu, kým vším vlastně je i jaká má další přání.

Foto archiv Natálie Tichánkové
Text Michal Folta



”

Na vašem webu o sobě sdělujete, že jste herečka, zpěvačka, moderátorka, golfistka a konzumentka života. Co z toho vás nejvíc baví?

Právě to, že je tam toho napsáno tolik, vlastně docela přesně vystihuje můj život (smích). Nedokážu si vybrat jen jednu roli, protože všechny dohromady tvoří to, kým jsem. Herectví miluju, zpěv je moje velká vášeň, moderování a práce s hlasem mě zase baví úplně jiným způsobem. A golfistka? To je moje srdeční radost, jen bych na ni potřebovala víc času. No a konzumentka života? To je takové moje životní nastavení – nechci život jen přežívat, ale opravdu ho žít.

To zní dobře... Kdybychom se na to podívali z hlediska profese, jste více herečkou, nebo zpěvačkou? Olomoučané, a nejen oni, vás znají z obou rolí.

To je otázka, kterou dostávám často, ale já to takhle vlastně neumím rozdělit. Herectví i hudba jsou pro mě naprosto přirozené a obojí ke mně patří. Možná právě to spojení mě baví nejvíc. Mám ráda pestrost,

proměnlivost a to, že každý projekt probouzí jinou část mé osobnosti. Stereotyp by mě asi zabíjel (smích).

Jste v angažmá v Moravském divadle, hrála jste či hrajete i v dalších divadlech, máte ale i filmové zkušenosti. Vnímáte divadelní a filmové herectví jako úplně odlišnou disciplínu?

Ano, a dost zásadně. Divadlo a kamera jsou dva úplně jiné světy. V divadle musíte svou energii a emoci dostat až k divákovi vzadu na posledním balkóně. Kamera naopak zachytí i to, co sotva naznačíte – každý pohled, každé nadechnutí, každý detail. Před kamerou člověk vlastně musí ubrat a být maximálně pravdivý v detailu. Hrát film divadelním způsobem by působilo nepřirozeně.

Takže v divadle musí být herec výraznější?

Do určité míry ano, ale vždycky záleží na tom, co člověk hraje a na jaké scéně. Na velké scéně musí být herec samozřejmě výraznější, na komornější si zase může dovolit jemnější práci. Podstatné je umět obojí a vědět, kdy co použít, aby se emoce dostala k divákovi přesně tak, jak má.

Působila jste v Ostravě, ale například i v Praze, vystupujete v Opavě. Nejste olomoucká rodačka, pocházíte z Havířova. Nabízí se tedy otázka, zda jste teď v Olomouci doma...

Domov pro mě není jen místo na mapě, ale hlavně pocit. A ten si člověk do určité

míry vytváří sám. V Olomouci dnes trávím velkou část svého života, mám tu své zázemí, oblíbená místa a lidi kolem sebe – takže ano, v tuto chvíli je to můj domov. Přesto v sobě pořád nosím i sever, odkud pocházím a kde jsou moji blízcí.

A když to vezmeme z pohledu profesních plánů, Olomouc vám vyhovuje, nebo máte nějaké vzdálenější mety? Táhne vás to profesně do Prahy?

Praze se nebráním, už jsem tam nějaký čas žila a mám ji ráda. Ale Olomouc je pro mě nyní strategická – mám odsud blízko do Ostravy, Opavy, Brna i do Prahy, takže je to ideální základna. Upřímně nejsem člověk, který by si všechno striktně plánoval, spíš věřím, že když člověk dělá věci poctivě a srdcem, tak si ho správné příležitosti najdou.

Důležitou součástí vašeho života je hudební dráha. Vaše kapela je olomoucká?

Ano, všichni kromě mě jsou z Olomouce nebo blízkého okolí, takže nejčastěji hrajeme právě tady. Druhé album jsme nejdřív představili v Olomouci a pak ho oficiálně pokřtili v Praze. Bylo pro nás opravdu krásné vidět, že na nás lidi z Olomouce přijeli i do Prahy. Když si s publikem vytvoříte opravdový vztah, dokáže vás podpořit i mimo „domácí půdu“.

Chtěli byste oslovit hudební fanoušky v celé republice?

Rozhodně ano, to je náš cíl. Chceme, aby naše hudba nezůstala jen regionální záležitostí, ale našla si cestu k lidem napříč republikou. Práce s pražským producentem Borisem Carloffem nám otevřela nové možnosti a ukázala, že kvalitní hudba dokáže oslovit i mimo „svoje město“. Samozřejmě je to běh na delší trať, ale právě to mě na tom baví – budovat něco, co má hloubku a smysl.

A má kapela z regionu stejnou šanci na úspěch, nebo je potřeba opravdu být v Praze? Dá se vzít za příklad třeba kapela O5 a Radeček, která se stále hrdě hlásí k Šumperku, ale vyprodává velké sály v Praze?

No jo, ale Radečci spolu hrají už 30 let, od dětství. To já bych zase tak dlouho čekal



na úspěch nechtěla — doufám, že to zvládne dřív než za třicet let (smích). Kluky mám moc ráda, dokonce jsme spolu točili vánoční klip a to byla fakt sranda. Praha a kontakty hrají v hudbě svoji roli, ale pořád si říkám, že když něco děláš poctivě a srdcem, nakonec se to ukáže. A občas je potřeba taky trochu štěstí a odvahy — to už k tomu prostě patří.

Můžeme tedy vašim olomouckým fanouškům slíbit, že se nechystáte odejít do Prahy?

Pokud jde o stěhování, to opravdu v plánu nemám (smích). Takže fanoušky můžeme uklidnit. Jsem ráda tam, kde teď jsem, a mám pocit, že odsud se dá dělat spousta krásných věcí.

Vloni jste točila dokumentární film s horolezcem Radkem Jarošem. Zaujala vás představa lezení po nejvyšších horách, umíte si to představit? Šla byste do podobného dobrodružství?

Moje role v dokumentu byla úplně jiná, ale velmi silná — hraju ženu, která bojuje s rakovinou, a její cesta se ve filmu paralelně srovnává s výkonem horolezce. Pro ni měl být vrchol uzdravení. Mrzí mě, že se film zatím z finančních důvodů nedokončí, protože myšlenka byla opravdu krásná.

Dobrodružství mě láká. Do extrémů, jakými jsou osmitisícovky, bych se asi nepouštěla, z toho mám respekt, ale hory miluju. Fascinují mě svou velikostí, tichem a pokorou, kterou v člověku vyvolávají. S bývalým partnerem jsme prošli velkou část rumunského pohoří Rodna, jednoho z nejdivočejších koutů Karpat. A každý podzim nebo jaro se snažím vyrazit na Malou Fatru, užít si východ nebo západ slunce — to je moje srdcovka. Hory nám opravdu připomenou, jak malí proti nim jsme.

Takže vy chodíte po horách s krosnou a přespáváte tam? Nejste tedy vysloveně městský typ do kavárny?

Kavárny miluju taky, to zase ano (smích). Ale příroda mi dává úplně jinou energii. Mám ráda kontrasty — stejně jako si užiju ruch města a kulturu, potřebuji taky ticho, prostor a syrovost hor. V horách se strašně rychle přepnete do přítomnosti. Najednou neřešíte hloupost, jen jestli stihnete dojít dolů před bouřkou nebo jestli máte dost vody.

Pamatuju si třeba, jak se kolem nás v Rumunsku na hřebeni začala honit bouřka a široko daleko nebylo kam se schovat. Museli jsme z trekových holí postavit kříž, aby případný blesk trefil hole, a ne nás. A taky jsem si užila pořádný strach s divokými psy. Jednou, když byl partner pryč sbírat borůvky, se kolem mě psi začali stahovat. V tu chvíli mi opravdu nebylo moc veselo, naštěstí se objevila bača a odvolal je.

Ale právě v těchto situacích se zároveň cítíte úplně naživu. Smějete se i stresu, užíváte si ten adrenalin a nakonec stojíte nahoře na hřebeni a smějete se sama sobě, že jste se bála. Hory jsou náročné a nebezpečné, ale taky neuvěřitelně krásné a radostné — a přesně proto je miluju.

Do rámce herectví spadá i kategorie audio. Různé podcasty a audioknihy jsou dnes stále rozšířenějším fenoménem. Baví vás to?

Byť jsem absolutní milovník hudby a neumím si bez ní život představit, přistihla jsem se, že poslední dobou častěji sahám po mluveném slovu než po hudbě. Ještě před pár lety bych to do sebe rozhodně neřekla.

Vnímáte i tu vlastnost audio herectví, že na lidskou mysl působí jinak než vizuální herectví?

Rozhodně ano. Audio probouzí představivost. Kniha vám nechává prostor všechno si v hlavě domyslet, ale když posloucháte audioknihy, můj hlas vás může jemně vést — intonací, tempem, tím, co zdůrazním. Je to úplně jiný zážitek než film nebo divadlo, kde hodně vidíte. A právě proto mě audio tolik baví. Je úžasné, že si ho dnes lidé tolik užívají.

Je nějaká kniha, kterou byste sama moc ráda načetla?

Já miluju kriminálky, takže kdyby se naskytla možnost načíst něco od Jo Nesbø nebo podobného autora, určitě by mi to nevadilo.

Jaké jsou nejbližší plány Natálie Tichánkové?

Letošní období je pro mě krásně nabitě. V divadle mám za sebou dvě velké a důležité etapy — premiéru muzikálu Evita v Olomouci a Hello, Dolly! ve Slezském divadle v Opavě. Teď mě čeká fáze, kdy si ty projekty můžu naplno užít „v provozu“, tedy před publikem, a to je pro mě vlastně ta nejkrásnější část.

A hudebně se toho děje opravdu hodně. S kapelou nás čeká spousta koncertů, chystáme nový klip a zároveň pracujeme na dal-





ším albu, které bychom rádi vydali během pár měsíců. Rozhodně se nenuším – a vlastně to tak mám nejradši.

To už na něm musíte usilovně pracovat, ne?

My už ho máme z velké části připravené. Loni jsme natočili rovnou dvě desky, jsme prostě blázní – respektive já (smích). Některé písničky se nevešly na podzimní album Světlo & Stíny s Boršem Carloffem, ale byla by škoda je nechat spát v šuplíku. Druhé album vzniká s Markem Rakovickým, a pokud vše půjde podle plánu, rádi bychom ho vydali během několika měsíců. Fanouškům můžu slíbit, že je čekají písničky, které překvapí, potěší a zároveň ukážou naši další hudební tvář.

Byla jste nominována na Cenu Thálie.

Chtěla byste Thálii mít doma?

Byla bych za Thálii samozřejmě ráda, to nebudu hrát skromnou (smích). Ale upřímně, největší hodnotu pro mě mají reakce diváků. Když mi někdo napíše, že ho role zasáhla,

že se v ní našel nebo že se na představení vrací, to je moment, kdy si uvědomím, proč tu práci dělám. Nedávno mi psali, že byli na muzikálu Elisabeth už čtrnáctkrát, a to mě fakt fascinuje.

Herectví a zpěv pro mě znamenají propojení s lidmi, sdílení energie, která zůstává i po závěrečném potlesku. Ocenění jsou krásná a člověk je za ně vděčný, ale tím, co mě opravdu naplňuje, je vědomí, že má práce dokázala někoho oslovit, pobavit nebo inspirovat. A přesně to je pro mě ten nejcennější dar. ■



Co byste nám řekli k Vaším obchodům BRUNO Fashion a BRUNO Family?

BRUNO Fashion už znáte a máte rádi. Nyní přichází něco nového – prodejna BRUNO Family, která nabídku rozšiřuje o svěží kolekce pro ženy i muže a otevírá dveře ještě širšímu světu stylu. Naším cílem je vytvářet místo, kam se zákazníci rádi vrací – pro kvalitu, osobní přístup i inspiraci, říká nový majitel butiků Tomáš Lacina.

Co je nového v Šantovce

Šantovka se neustále vyvíjí a přináší nové zážitky pro všechny, kdo sem míří za nákupy, gastronomií i volným časem. Vedle nově otevřených provozoven, které rozšiřují nabídku značek a služeb,

prošla řada oblíbených obchodů modernizací a dnes nabízí ještě příjemnější, přehlednější a inspirativnější prostředí. Co nového by vám rozhodně nemělo uniknout?



POPEYES

Gastro nabídka Šantovky má novou výraznou posilu. V prosinci zde otevřel Popeyes – a rovnou svoji první pobočku v Olomouci. Legendární fastfoodový řetězec láká na křupavé kuřecí speciality inspirované louisianskou kuchyní, včetně ikonických sendvičů a stripsů. Provozovna v 1. podlaží u vstupu z lávky nabízí moderní zázemí pro rychlé občerstvení i pohodovou pauzu během nákupů.

OFFICE SHOES

Prodejna Office Shoes prošla výraznou proměnou a nyní nabízí modernější a přehlednější prostředí, které odpovídá současným trendům v nakupování. V přízemí centra najdete široký výběr značkové obuvi a doplňků pro ženy, muže i děti. Spojení stylu, kvality a aktuálních trendů zůstává samozřejmostí – nyní v ještě atraktivnějším provedení.





TUI

Cestovatelské sny mají v Šantovce nové zázemí. TUI, jedna z nejvýznamnějších cestovních kanceláří v Evropě, otevřela svou pobočku i v Olomouci. V -1. patře vás čeká profesionální poradenství, široká nabídka zájezdů i individuální přístup. Ať už plánujete rodinnou dovolenou, exotickou cestu, nebo spontánní last minute, tady najdete inspiraci i jistotu kvalitních služeb.

nové značky

TERRANOVA

Také prodejna Terranova prošla rozsáhlou modernizací. Nový interiér je vzdušný, prosvětlený a přehledně uspořádaný, což výrazně zpříjemňuje samotný nákup. Dynamický styl značky, která oslovuje především mladší zákazníky, tak dostává ještě modernější podobu. Terranova i nadále potvrzuje své pevné místo mezi oblíbenými módními značkami v centru.





BRUNO FAMILY

Módní nabídka v Šantovce se rozrostla o novou prodejnu Bruno Family, která doplňuje zavedený obchod Bruno Fashion. Značka s více než pětadvacetiletou tradicí přináší pečlivě vybrané kolekce pro ženy i muže a klade důraz na kvalitu, styl i individuální přístup. Najdete zde módu od renomovaných značek, která propojuje nadčasovou eleganci s aktuálními trendy. Bruno Family je tak ideálním místem pro všechny, kdo hledají inspiraci i výjimečné kousky.

novinky

ČESKÁ KUCHYNĚ

Na své si přijdou i milovníci tradičních chutí. Nově otevřená PB Česká kuchyně přináší poctivou klasiku v moderním pojetí. V nabídce nechybí moravský vrabec, řízek, halušky, guláš nebo svíčková, doplněné o české pivo či točenou malinovku. Restaurace v 1. podlaží je ideálním místem pro chvíli odpočinku i návrat k oblíbeným chutím domova.

GLAMOUR ART

Oblíbený salon Glamour Art vstupuje do nové kapitoly. V modernizovaném, elegantním prostoru v -1. patře nabízí ještě vyšší komfort i špičkovou péči v oblasti beauty služeb. V nabídce nechybí manikúra, pedikúra, gelové i akrylové nehty, ale také permanentní make-up, úprava řas a obočí nebo oblíbené techniky microblading a microshading. Novinkou je relaxační Head Spa Relax a pánský barber – ideální kombinace péče a odpočinku. ■





Váš soukromý svět dokonalé péče

Každý produkt v našem portfoliu je podložen odbornou expertízou a důrazem na detail. Objevte ucelený výběr světových značek, které definují moderní péči o zuby a tělo. Prožijte jaro s pocitem čistoty a zdraví, za kterým si stojí odborníci z Profimedu.



www.profimed.cz

PROFIMED®

Pečlivě vybráno pro vaše zdraví



Jan Kliment

Jan Kliment:

Olomouc je náš domov.

A sny?

Ty zůstávají **velké**

Foto archiv SK Sigma Olomouc

Text Michal Folta



”

Kariéra Jana Klimenta je příběhem vzestupů, pádů i návratů. Od raketového startu na evropském šampionátu jednadvacítek přes zahraniční angažmá až po těžká zranění, která dokážou sportovní dráhu fotbalisty zásadně zpomalit. Dnes ale působí zkušený útočník klidněji, vyrovnaněji – a znovu hladově po gólech.



V dresu SK Sigma Olomouc se stal jednou z klíčových postav týmu, který prochází proměnou a míří k vyšším ambicím. Kliment je u toho – nejen jako střelec, ale i jako jeden z lídrů kabiny. Přesto zůstává nohama na zemi a otevřeně mluví o tom, že cesta zpět na vrchol není nikdy jednoduchá.

V rozhovoru pro časopis Šantán popisuje současnou situaci v Sigmě, návrat po zranění, ambice směrem k Evropě i reprezentaci a také to, proč se právě Olomouc stala jeho skutečným domovem.

Věříte, že se Sigmou ještě zopakujete poslední evropskou jízdu?

Moc rádi bychom si to zopakovali. Všichni ale víme, jak náročné je se do Evropy vůbec dostat. Minulý rok nám vyšlo všechno, přálo nám i štěstí. Bude obtížné na to navázat, uděláme pro to ale všechno.

V letošní sezoně je to se Sigmou trochu nahoru dolů. Klub se nejdřív držel v elitní šestce, po sérii neúspěchů z ní vypadl, pak se dokázal vrátit, nicméně když už to vypadá dobře, tak ztrácí body s papírově slabšími soupeři. Nesedí týmu v zápasech role favorita?

V klubu se tvoří něco nového. Přišla spousta nových kluků. Přáli bychom si všichni, aby vše šlapalo na sto procent hned od začátku a vyhrávali jsme všechny zápasy. Takhle jednoduché to ale bohužel není. Všechno má svůj čas a musíme jít krok za krokem. Děláme maximum, ale že nám občas nějaký zápas nevyjde, to k fotbalu a k etapě budování týmu patří.

Klub v posledním půlroce nebývale posílil. Dá se nějak jednoduše popsat změna oproti Sigmě, do které jste v květnu 2024 přicházel?

Klub jde nahoru na všech frontách. Ať se to týká nákupu hráčů, nebo vylepšování v zázemí. Ambice jsou vysoké. Je to samozřejmě jiné než v minulosti. S tím se pojí i větší tlak, než když se pohybujete v uvozovkách „jen v lepším středu tabulky“. Teď jsou nároky na všechny daleko vyšší. Myslím si, že je to dobrá cesta. Všechno se ale nedá změnit ze dne na den.

Po loňském úrazu v pohárovém zápase jste byl dlouho mimo hru. Limituje vás nějak to zranění ještě dnes, nebo můžete hrát zcela naplno?

Zranění mě poznamenalo, to je pravda. Můžu do všeho dávat sto procent, ale nějaké šrámy tam jsou. Jsem ještě pečlivější v přípravě na zápasy a na tréninky, abych se pořádně zahřál. Aktuálně je ale všechno dobré.

Máte nějakou sportovní metu, které byste chtěl se Sigmou dosáhnout?

Chybí mi v kariéře mistrovský titul. Je to vysoký cíl, to si uvědomuju a vím, že to nepůjde hned. Naše aktuální ambice jsou jasné – dostat se do první šestky a poprat se o evropské poháry.

Je před vámi mistrovství světa v Americe. Co od toho čekáte?

Sám vlastně nevím. Naposledy jsme byli na mistrovství světa před dvaceti lety, a abych se přiznal, ani si to už vlastně moc nepamatuju. Jsem v očekávání, jak to bude všechno probíhat. Organizace, jednotlivé zápasy a tak dál. Strašně moc se těším, hlavně tedy doufám, že se toho dočkám a na mistrovství opravdu pojedou.

Jste optimista, postoupí česká reprezentace ze skupiny?

Myslím si, že máme velkou šanci postoupit ze skupiny. Bude to o konkrétních momentech, pochopitelně potřebujete mít i štěstí. Rozhodně budeme makat naplno a dáme do toho všechno. Každopádně s cílem postoupit ze skupiny tam určitě poletíme.

V Olomouci jste v listopadu podepsal novou smlouvu. Vnímáte Sigmu jako svůj klub a Olomouc jako svůj domov?

Jsem rád, že jsem dostal nabídku na novou smlouvu a s klubem můžu být spojený na del-

ší dobu. Jsem v Sigmě rád, máme i s rodinou rádi Olomouc. I když jsme tady docela krátce, tak to беру jako náš domov. Vyrůstají tady naše děti, půjdou tady do školy. Město i klub jsou nám momentálně nejbliž.

Kdyby vám do Olomouce měli přijet na návštěvu blízcí přátelé, kam byste je pozval?

Ideálně na stadion a na zápas (směje se). Tam trávím nejvíc času. Mám ale moc rád i místní kavárny, restaurace. Já sám mám rád steaky, tak bych je vzal možná do restaurace na steak. Celkově mám Olomouc rád. Rozhodně bych návštěvu města všem doporučil, je to perfektní místo, kam si můžete udělat výlet a strávit tady čas.

Je ve městě nějaké místo, které máte rád?

Jak jsem říkal, nejvíc času trávím na stadionu, tak bych asi řekl právě Andruv stadion. Jinak rád trávím čas s rodinou doma. Teď nedávno jsme se přestěhovali. Kolem nás je super parta lidí a spousta dětí. Když pak vidím svoje děti, jak si hrají s ostatními a jsou šťastné, tak to je pro mě nejvíc.

Chodíte do kina, do divadla nebo třeba na koncerty?

Abych pravdu řekl, tak to úplně můj koníček není. Občas vyrazím na nějaký koncert do Prahy, ale rozhodně nic, co by bylo pravidelné. Nejčastěji určitě zajdeme do kina, i když s dvěma dětmi je to někdy složitější. ■



Designed with love in Denmark

Berna
Creative Lead



flying tiger
copenhagen

Domov není samozřejmost. Pro mnoho dětí je stále nedosažitelný



Pěstounská péče dává dětem, které nemohou vyrůstat ve své rodině, šanci na stabilní domov a bezpečné vztahy. Zároveň jde o náročnou každodenní práci, kterou nelze zvládnout bez podpory odborníků i okolí. Ředitelka organizace Náruč dětem Eva Kopecká vysvětluje, jak pěstounství funguje a kde dnes systém naráží.

Jak byste vysvětlila, co je pěstounská péče a v čem se liší od adopce?

Pěstounská péče znamená, že dítě vyrůstá v náhradní rodině, ale zachovává si vazby na rodinu biologickou. Pěstouni mají podporu systému, zatímco u adopce se dítě stává plnohodnotným členem nové rodiny bez vazeb na původní.



Jaký mýtus o pěstounství slyšíte nejčastěji?

Lidé si často myslí, že dítě v pěstounské péči lze zachránit láskou, jakou dávají vlastním dětem. Ve skutečnosti to ale vyžaduje hodně práce, trpělivosti a energie, aby se mohlo zahojit to, co si dítě nese z minulosti. Častý je i názor, že pěstouni to dělají kvůli penězům. Odměna je ale spíše kompenzací za náročnou a nepřetržitou péči.

Co znamená doprovázení pěstounských rodin?

Jde o dlouhodobou odbornou podporu. Klíčový pracovník rodinu navštěvuje, pomáhá řešit výchovné situace, zajišťuje kontakt s odborníky a sleduje potřeby dítěte. Pěstouni tak na péči nejsou sami.

S čím se na vás pěstouni obracejí nejčastěji?

Řeší náročné chování dítěte – vztek, agrese, odmítání, ale i kontakt s biologickou rodinou nebo problémy ve škole. V akutních situacích potřebují hlavně podporu, uklidnění a konkrétní řešení.

Jaké služby nabízíte?

Individuální doprovázení, poradenství, psychologickou pomoc, vzdělávání, hlídání dětí, podpůrné skupiny i asistenci při kontaktu dítěte s biologickou rodinou.

Co dítě potřebuje po příchodu do pěstounské rodiny?

Především bezpečí, klid a předvídatelnost. Často si nese těžké zkušenosti, proto potřebuje čas a trpělivost. Jeho reakce mohou odrážet strach nebo nejistotu. Za každým náročným chováním je příběh, který potřebuje porozumění a bezpečí.



Jak pracujete s minulostí dítěte?

Pomáhá citlivý přístup, respekt k tempu dítěte a každodenní jistoty. Pěstounům pomáháme pochopit, co se za chováním skrývá, a hledat bezpečné reakce. Nabízíme například kurz Terapeutické rodičovství, které má dokonce i speciální mužskou skupinu. Využíváme také práci s Knihou života dítěte, aby lépe pochopilo svou identitu a minulost. Cílem není dítě „opravit“, ale vytvořit prostředí pro uzdravování.

Jakou roli hraje kontakt s biologickou rodinou?

Může být velmi důležitý, pokud je bezpečný a stabilní. Někdy je ale zátěž – například když je nepředvídatelný. V takových případech se hledá individuální nastavení, případně i jeho omezení. Je to velmi citlivá záležitost a musí se v ní pracovat opatrně.

Co pěstouny nejvíce zatěžuje?

Dlouhodobá psychická i časová náročnost péče, problémy ve škole nebo nepochopení okolí. Pomáhá jim odborná podpora, sdílení s ostatními a vědomí smyslu jejich práce. Pěstounství není charita. Je to terapeutické rodičovství.





PĚSTOUNSKÁ PÉČE V OLOMOUCKÉM KRAJI: REALITA A VÝZVY

Jaká je aktuální situace?

Systém funguje, ale stále chybí pěstouni pro dlouhodobou péči a na přechodnou dobu. V kraji je sice kolem šesti set pěstounských rodin, přesto na svou náhradní rodinu stále čekají stovky dětí. Nejtěžší je najít rodiny pro starší děti, sourozenecké skupiny, děti s vyššími potřebami, se zdravotním omezením nebo s traumatem z minulosti. Nejde však jen o počet pěstounů, ale i o to, kdo je připraven přijmout dítě s náročným příběhem a mít pro něj dostatečné zázemí a podporu. Výzvou je také dostupnost odborníků a rostoucí administrativní zátěž.

Kde systém nejčastěji naráží?

Na nedostatek dětských psychologů a terapeutů, dlouhé čekací lhůty a časově náročnou komunikaci mezi institucemi.

Konají se v kraji nějaké akce, které pěstounské rodiny propojují a zároveň ukazují veřejnosti, že pěstounství tady má podporu?

Ano, například Předmájová veselice, jejíž 4. ročník se letos uskutečnil 11. dubna. Spojila

pěstounské rodiny, doprovázející organizace, instituce i podporovatele náhradní rodinné péče. Náruč dětem celou akci organizovala společně s hlavním partnerem Nadací Heleny Morávkové a s mediální podporou Radia Haná. Záštitu nad akcí převzali Pavel Podivínský, vedoucí oddělení sociálně-právní ochrany, a Martin Škurek, náměstek hejtmána pro sociální věci a záležitosti seniorů z Krajského úřadu Olomouckého kraje.

Pokud někdo o pěstounství uvažuje, jak začít?

Prvním krokem je získání informací, například na www.nahradkajeok.cz nebo www.hledamerodice.cz, a poté se může obrátit na některou z doprovázejících organizací či OSPOD (orgán sociálně-právní ochrany dítěte). Lidé se zbytečně bojí, že musí být dokonalí. Nejdůležitější však není dokonalost, ale vztah, který vydrží.

Jak mohou pomoci i ostatní?

Jako dobrovolníci v doprovázejících organizacích nebo v hostitelské péči, kdy mohou dítě navštívit, vzít na výlet a věnovat mu svůj čas. I malé zapojení má velký dopad.

Co byste si přála, aby si čtenáři odnesli po dočtení rozhovoru?

Přála bych si, aby čtenáři pochopili, že pěstounství sice není jednoduché, ale má obrovský smysl. Aby si uvědomili, že za náročným

chováním dětí je často jejich těžký příběh, který potřebuje porozumění, čas a bezpečí. Aby věděli, že pěstouni na to nejsou sami, že existuje systém, který je podpoří. Ale především budu moc ráda, když tento článek přivede někoho na myšlenku, že by se jednou sám mohl stát pěstounem nebo se zapojit do oblasti náhradní rodinné péče jako dobrovolník. ■



NÁRUČ DĚTEM V KOSTCE

Náruč dětem doprovází profesionální, příbuzenské pěstouny a pěstouny na přechodnou dobu. Podporuje je a pomáhá zvládat jejich náročné situace.

Zajišťuje psychologickou nebo terapeutickou pomoc, odborné vzdělávání, zprostředkovává odlehčovací péči pro děti – například hlídání dětí. Stojí při pěstounech ve chvílích nejistoty či krize. Působí v Olomouckém kraji.

www.narucdetem.cz



Celodenní rodinný festival

**Voxel s cimbálem | Terne Čhave
Maok | Veronika Hurdová
Divadlo Tramtárie**

Kejklířský spolek Cascabel a bohatý doprovodný program nejen pro děti

19. 9. 2026
od 10:00 | Fort XX - Křelov



**LASKAVÝ
FESTIVAL**

...když radost pomáhá a zážitky spojují

Olomouc na pivo: od várečného práva k dnešní craftové mapě města

pivovary

Olomouc byla odnepaměti městem piva. Pojmy „nejbohatší měšťané“ a „majitelé právovárečných domů“ často splývaly v jedno. Neboli kdo měl tu výsadu, že směl vařit a prodávat pivo, měl se v Olomouci dobře. Dnes je situace složitější. Po staletích, kdy se pivo vařilo v jednotlivých domech, jsme se přes éru velkých akciových pivovarů dostali do fáze, kdy si milovník piva může vybírat z mnoha olomouckých či regionálních malých pivovarů.

Naším čtenářům chceme nabídnout praktického průvodce po lokálních pivovarech v Olomouci a blízkém okolí. A i když je dnes skutečně velký průmyslový pivovar až v Přerově, zatímco provoz toho olomouckého pamatují jen skuteční pamětníci, i tak lze v Olomouci ochutnávat místní produkci velmi dlouho. Jeden večer by na to člověku v žádném případě nestačil.

Foto Pivovar Twinberg,
Pixabay.com, Freepik.com a archiv autora
Text Michal Folta



PRÁVOVÁREČNÉ DOMY A NÁRODNOSTNÍ STRÁNKA PIVA

Podívejme se nejdřív stručně do historie. Už ve středověku olomoučtí měšťané disponovali várečným právem, a pivo si tak vařili přímo ve svých domech. Podstatné je, že jej nevařili pro svou potřebu, ale směli jej prodávat. Domy, na které bylo právo vařit a prodávat pivo vázáno, patřily k těm nejbohatším nemovitostem a ono lukrativní právo se přenášelo od majitele k majiteli. Vázáno bylo opravdu na dům, ne na momentálního vlastníka.

Situace se změnila v 18. století, kdy se měšťané začali spojovat dohromady, aby dokázali společnou výrobou konkurovat velkým pivovarům. Nejprve vznikl „německý“ měšťanský pivovar, Brauberei der Brauberechtigten Bürgerschaft. Stavba barokní budovy pivovaru se sladovnou začala v květnu 1714. Tento barokní objekt dnes bohužel pomalu chátrá v ulici Lafayettova.

Posléze se dali dohromady i movití hanáčtí zemědělci a založili Hanácký rolnický pivovar. A jelikož v Olomouci s německou radnicí se Hanákům nedařilo vhodný pozemek pro stavbu sehnat, nakonec vybrali akcionáři volnou plochu v tehdy samostatné Holici. Pivovar se začal stavět 23. března 1896 a už 11. ledna 1897 bylo hotovo.

V Olomouci od té doby mohli pivaři řešit i „vlastenecké pivní dilema“ – zda dát přednost pivo hanáckému, nebo německému. Souboj sice nakonec vyhrál hanácký pivovar, nicméně ani ten nepřežil dvacáté století. Po obnově po druhé světové válce jej čekaly poměrně nejisté dekády opakovaných organizačních změn. Strategickou nevýhodou bylo zařazení pivovaru do národního podniku Hanácké pivovary se sídlem v Přerově. Ve výsledku pak bohužel v létě roku 1999 vystavili v Holici úplně poslední várku olomouckého piva.

KLASIKA, KTERÁ DRŽÍ MĚSTO POHROMADĚ

Posuňme se ale do současnosti. Ke smutku už není žádný důvod, dnešní lokální pivní scéna je v Olomouci pestrá, živá a překvapivě odvážná.

Pokud ovšem hledáte „olomoucký základ“, začněte u Svatováclavského pivovaru. Ten vaří celkem sedm druhů vlastního piva, vyráběného klasickým postupem bez pasterizace a filtrace. Sortiment je založen na klasice – začíná na příjemné desítce Vašek, následuje Svatováclavská dvanáctka, vybrat si ovšem můžete i plnější tmavou třináctku Bruna nebo výborný pšeničný Hefe-Weizen. Vyhledáva-

ný zde býval vždy i zdejší višňový speciál. A jedinečnou specialitou této značky jsou Svatováclavské pivní lázně, které v Olomouci nemají obdoby.

Podobně v tradici ukotvený je i hostinský pivovar Moritz, který nabízí živé, nefiltrované pivo přímo z tanku. Za ochutnání zde stojí především Moritz ležák 12°, čistý a příjemně hořký, nebo lehčí Moritz 11°, ideální na delší posezení, které je ve zdejším hostinci velmi útulné. Ano, v případě tohoto pivovaru stojí rozhodně za zmínku i velmi dobrá kuchyně a příjemné, starosvětsky laděné prostředí hostince samotného. Nabídku doplňuje polotmavý ležák Maisel a v letní sezoně i Moritzova desítka.

Hanácký pivovar funguje v Holici, tedy ve čtvrti, kde se od konce 19. století vařilo olomoucké pivo. Společnost vznikla už roku 2015 s cílem obnovit v Holici výrobu piva, což se po krátké epizodě létajícího pivovaru daří od roku 2017 ve vlastní technologii. Do portfolia pivovaru se postupně zařadila piva od desítky po čtrnáctku s názvy Sladař, Chmelař, Šafář, Vladař, Pale Ale, Rosomák a Císař. Dnes je většina z nich stále základem nabídky a k tomu se objevují různé speciály, jako například Vánoční kořeněné s příchutí medu a pomerančové kůry. Na čepovanou produkci Hanáckého pivovaru můžete v Olomouci narazit v legendárním Los Bastardos v Komenského ulici nebo U Magora na rohu Dolního náměstí a Kapucinské. V lahvích si jejich speciality můžete přinést domů třeba z Globusu nebo Kauflandu.

Tahle trojice dnes představuje v Olomouci stabilní pilíř – tady víte, do čeho jdete.

CRAFTOVÁ VLNA, EXPERIMENTY I VÝLETY Z MĚSTA

O pár ulic nebo kilometrů dál už ale narazíte na jiný svět. Třeba takový pivovar Twinberg,



Historická ilustrace měšťanského pivovaru Olomouc

který byste rozhodně neměli minout, pokud míříte skrz Řepčín na Poděbrady. Twinberg je ukázkou moderního craftového přístupu – vedle klasického ležáku tu najdeme například hazy IPA s tropickými tóny nebo výrazný imperial stout s čokoládovo-kávovým profilem. Pivovar má velmi široké portfolio výrobků, nabízí klasiku od desítky, ale i typicky britská či americká piva a mimořádně pestrou sezonní paletu piv. Twinberg na kraji Řepčína je dnes cílem mnoha výletníků, ovšem potkáte ho i v centru. Když se v Olomouci něco zajímavého děje, obvykle u toho nechybí ani zástupci tohoto sympatického týmu.

Zajímavý příběh má pivovarská společnost Raven. Sídlí skutečně v Olomouci, ovšem provozuje pivovar v hanáckých Záhlinicích nedaleko Hulína. Zde obnovili dávno zapomenutý hanácký pivovar, který roku

1896 zakládali zdejší hanáčtí rolníci. Z jejich dnešní produkce můžeme vedle klasických desítek, jedenáctek a dvanáctek plzeňského i vídeňského typu nebo tmavé dvanáctky doporučit specialitu v podobě Sissi, silného bavorského bocku s plnými sedmi procenty alkoholu. V Olomouci jsme jej aktuálně nikde na čepu nenašli, ale posedět u Záhlinického piva můžete v Hulíně, Záhlinicích či v Kroměříži.

VE VELKÉ BYSTRICI SE URODILO!

Když už jsme u cest z Olomouce, nabízíme tip na kombinovaný výlet. Stačí vyrazit přes Pavlovičky a Bystrovany pěšky do Velké Bystrice. Tam čekají dvě výborné možnosti.

Ve staré drážní budově číhá na kolemjdoucí malý pivovar Ničitel, který, podobně jako mnohé další malé podniky, vznikl úspěšným přerodem z domácího vaření piva pro soukromou potěchu. Zde se posadíte, ochutnáte standardní kousky Pecivál a Jeliman a potom i něco silnějšího, třeba speciál s višňovou příchutí nebo výbornou IPU, a zanedlouho zjistíte, že produkce Ničitele dělá čest jménu pivovaru i heslu „Naše pivo vás zničí“. Potom s rostoucí mírou příjemné únavy uvítáte, že hned vedle lokálu je vlaková zastávka, odkud jezdí celkem pravidelně spoje do Olomouce.

Klidnější posezení a trochu méně „punk“ styl najdete v centru Bystrice v pivovaru Tvarg. Pivovarská restaurace se nachází pod křížovými klenbami historických sklepů, kde na sebe navazují výčep, kuchyně a výroba piva. Piva zrají jen pár metrů od stolů. Nabídka bývá hodně široká. Na jedné straně stojí na klasice – v nabídce je Ležák 11 %, Desítka 10 % nebo Prémiový ležák 12 %. Na straně druhé ale Tvarg neobjácně míří i do craftové zóny: můžete si dát například dvanáctku APA s lahodnými, až ovocnými tóny v chuti, výraznější pivo IPA no.2 14 %, moderní Cold IPA Frost Flash 13 % nebo třeba netradiční silnou Brut IPA s názvem Matcha beer 8 %. Za zkoušku stojí určitě i temné pivo Tvarg Stout Symphony. V lahvích nebo plechu lze odnést vše, pokud si ale pivo Tvarg dáte na místě, můžete ho navíc kombinovat i s kuchyní, založenou na zdejších tvarůžkách.

PIVO S VÝHLEDEM A LASKAVÉ POSEZENÍ V NÁMĚŠTI

Svatokopecký pivovar patří mezi lokálními malými pivovary k těm nejstarším. Jeho sládek Ivo Hrdlička začal kariéru jako „pomocný Moritzův sládek“ už v roce 2009. Sortiment dnes nemá stálý, na vaření piva ho baví především volnost a pestrost, kterou malé pivovary dovolují. Po výšlapu na Svatý Kopeček





Pivovar Twinberg

můžete něco z jeho pestré produkce ochutnat v Kavárně Na kopečku, hned vedle slavné baziliky, a pokud byste nechtěli vážit cestu nahoru, pak se dá koupit i v malém milém krámku To právě z Moravy v uličce vedle Galerie Moritz. Nyní chystá rekonstrukci pivovaru, takže se můžeme těšit, co to přinese, a že Svatokopecké pivo bude zase i někde na čepu.

Na druhou stranu od Olomouce, v pohodlné rovině v Náměšti na Hané, funguje dobře zavedený pivovar Jadrníček. Ten sází na klasické postupy a poctivé suroviny – moravský slad, žatecký chmel a vodu z místních zdrojů. Respekt k tradicím potvrzuje i tím, že byl v roce 2014 postaven a otevřen jen asi 100 metrů od bývalého náměštského pivovaru, v jehož objektu dodnes funguje sladovna. Pivo u Jadrníčka vaří podle původních postupů klasickou metodou. Všechna piva jsou nepasterizovaná a nefiltrovaná, takže mají plnější chuť a živější charakter. Jadrníček se často představuje během akcí v Olomouci a pořádá i vlastní slavnosti.

Kromě Jadrníčka a slavného zámku nabízí Náměšť ještě jednu osvědčenou značku. Na adrese Zákostelí 77 najdeme v budově bývalé prvorepublikové mlékárny Náměštský pivovar. Tady začali před lety s jedenáctkou Kaprál. Název piva odkazuje na pohádku „S čerty nejsou žerty“. Věnují se zde vaření spodně kvašených pív, nepasterizovaných a nefiltrovaných. V příjemném prostředí můžete zkusit šest druhů od desítky Rytmistr až po zajímavý speciál – Medovou dvanáctku. Pro labužníky tu je polotmavý ležák Verbíř 12° či pšeničný ležák Markytánka 12°.

Pivovar Buchtěk z Nemilan je důkazem, že malý regionální podnik může mít velmi současný rukopis. Vedle klasické Desítky Buchtěk 10° a vyváženého ležáku Vyladěný Buchtěk 12° tu najdeme i výraznější Zahořklý Buchtěk 11°, který potěší milovníky vyšší hořkosti, nebo Maximální Buchtěk IPA 14°, chmelenou pěti zahraničními odrůdami s citrusovým profilem. Typickou linkou jsou navíc i hravější varianty – třeba Pomerančový nebo

Višňový Buchtěk, případně nealkoholická pomelo-grepová verze. A pozor, Buchtěk je jediný zdejší pivovar, který nabízí dokonce i víno!

MALÍ HRÁČI, VELKÁ SVOBODA

Specifickou roli dnes hrají i menší projekty a létající pivovary, které do Olomouce přináší aktuální trendy z celé republiky. Nemají vlastní technologii, vaří napříč pivovary a jejich piva se objevují spíše nárazově – o to větší důvod ochutnat je, když na ně narazíte.

V Olomouci nejsnáze objevíte craft a „hostující“ piva v podnicích typu LocAle Pub, Olomoucká citadela nebo Los Bastardos. Pokud netoužíte po posezení mezi lidmi a chcete si donést pivní radost domů, pak jsou zde dvě specializované prodejny Pivní ráj a PIVOTÉKA.cz. Jde o skvělá místa pro nákup lahví a plechovek domů, mají zahraniční, ale i tuzemská a lokální piva. Nabídka se často mění, takže právě rotace je součástí jejich kouzla. A pro ty, kdo chtějí v Olomouci poznávat nabídky vyložené z celého širého světa, je tu speciální pivotéka s hezkým jménem Muž přes palubu. ■



**OCHUTNEJTE
TO NEJLEPŠÍ
ZE SEVEROINDICKÉ
KUCHYNĚ**

1. patro
Galerie Šantovka

BOMBAY EXPRESS
FINE INDIAN FOOD

Lobster Restaurant:

Chceme hostům dát
víc klidu, kvality
i důvodů přijít i přes týden



Lobster Restaurant ve 2. patře Šantovky se na začátku listopadu znovu otevřel po rekonstrukci. Proměna se dotkla interiéru, kuchyně i konceptu. O změnách mluví manažer Lukáš Vrba.

Lobster Restaurant funguje v Šantovce už přes jedenáct let. Proč jste se rozhodli pro tak výraznou proměnu?

Chtěli jsme Lobster posunout dál. Nešlo jen o design, ale hlavně o komfort a gastronomii. Restauraci jsme odhlučnili od bowlingu, otevřeli kuchyni a upravili koncept tak, aby fungoval nejen pro výjimečné večery, ale i pro běžné pracovní obědy a setkání během týdne.

Co se změnilo ve vaší nabídce?

Zaměřili jsme se na kvalitu surovin a celkový zážitek hosta. Máme vlastní zrárny na maso a pracujeme s plemeny jako Wagyu, Sashi nebo Charolais. Novinkou je antipasti bar s červeným kráječem Berkel, kde si hosté vybírají italské uzeniny, sýry i nakládanou zele-

ninu. Rozšířili jsme nabídku vín po skleničce a výrazně upravili vinnou kartu, aby lépe doplňovala celý koncept. Zachovali jsme i stálíce jako domácí pastu, neapolskou pizzu a nabídku ryb a plodů moře.

Rekonstrukce ale přinesla i nové prostory pro soukromé akce, je to tak?

Ano, vznikl privátní salonek pro zhruba 30 hostů. Je klimatizovaný, vybavený projektorem a vhodný pro firemní akce, prezentace, pracovní večere i rodinné oslavy v klidnějším prostředí.

Jakou roli má dnes vedlejší Lobster Bistro?

Bistro jsme profilovali jako místo pro kávu, dezerty a lehké občerstvení během dne. Nově s námi spolupracuje šéfcukrářka Pavla Krmelová, jejíž dezerty oceněné Bib Gourmand, z jejího předchozího působení v Šumperku, nabízíme nově jak v restauraci, tak v samotném bistro.

Co mohou hosté v Bistro očekávat během dne?

Od pondělí do pátku podáváme snídaně, během dne pak snacky, výběrovou kávu, matchu nebo prosecco. Nově nabízíme i rychlé obědy – každý den jinou polévku a v rámci týdne sendvič s přílohou jako ideální variantu lehkého oběda.

Když byste měl hostům dát jeden důvod, proč Lobster navštívit právě teď – jaký by byl?

Řekl bych, že dnes nabízíme kombinaci komfortu, kvalitní gastronomie a atmosféry, která se jen těžko hledá jinde. Máme modernější a klidnější restauraci, silný kuchařský tým, vlastní zrárny na prémiová masa, nový privátní salonek pro akce a vedle toho bistro s dezerty na opravdu vysoké úrovni. A hlavně – během týdne je u nás příjemně uvolněná atmosféra, takže je ideální čas přijít na oběd nebo večeri. ■





Ledové osvěžení od Koru café, které má styl

Káva v létě dostává úplně jinou podobu. Místo klasického šálku nastupují lehké, svěží a vizuálně nápadité drinky, ve kterých se výběrová káva i matcha propojují s ovocem, bylinkami a jemnými pěnamí. Výsledkem jsou nápoje, které nejen povzbudí, ale zároveň se stanou malým rituálem i příjemnou zastávkou během dne.

Právě teď patří k nejoblíbenějším specialitám ty, které spojují poctivé suroviny, domácí sirupy a výrazný charakter. Osvěžující espresso s tonikem a limetkou, jahodová matcha s kousky ovoce nebo efektní fialková varianta s ube pěnou ukazují, že moderní kavárenská kultura je hravá, nápaditá a otevřená novým chutím. A pokud hledáte místo, kde tyto kávové speciality ochutnat, zastavte se v Koru café v -1. patře Galerie Šantovka.



Matcha Jahoda latte

Ledová specialita s ceremoniální matchou z japonského Uji, krémovým čerstvým mlékem a domácím jahodovým sirupem s kousky ovoce. Nápoj zaujme jemností, svěžestí i atraktivním vzhledem. Milovníci ovocnějších tónů mohou sáhnout také po variantě se sladkým mangem.



Signature Espresso Tonic

Osvěžující letní drink, ve kterém se propojuje prémiový tonik, limetková šťáva a domácí tymiánový sirup s dvojitým shotem výběrové kávy. Výsledkem je jiskřivá, vyvážená chuť, která příjemně povzbudí i osvěží.

Fialkové Matcha latte s ube pěnou

Výrazný signature nápoj, který upoutá nejen barevností, ale i originální chutí. Spojení fialkového sirupu, čerstvého mléka a ceremoniální matchy doplňuje hebká ube pěna, zatímco finální ozdoba z lyofilizovaného ovoce nebo praženého kokosu podtrhuje jeho nevšední charakter.



Příjemným bonusem je, že v Koru café všechny mléčné nápoje připraví také s kokosovým nebo ovesným mlékem, a to bez příplatku. ■

Na kole i za koupáním: Litovel a Litovelské Pomoraví

Litovel patří mezi nejmalebnější města střední Moravy. Leží asi 18 kilometrů severozápadně od Olomouce a díky šesti ramenům řeky Moravy, která protéká jí přímo městem, si vysloužila přezdívku „Hanácké Benátky“. Historické centrum zdobí řada památek, například Svatojánský most z roku 1592, který je třetím nejstarším kamenným mostem v České republice a zároveň nejstarším dochovaným kamenným mostem na Moravě. Dominantou města je radnice s více než sedmdesát metrů vysokou věží, pod kterou protéká rameno Moravy zvané Nečíz.

Foto Freepik.com, ok-tourism.cz

Text Ivo Vysoudil



K DOMU PŘÍRODY V HORCE NAD MORAVOU

Litovel je také branou do jedné z nejzajímavějších přírodních oblastí střední Moravy – Chráněné krajinné oblasti Litovelské Pomoraví. Vyhlášena byla v roce 1990 a zahrnuje území o rozloze téměř 100 km². Tvoří ji především rozsáhlé lužní lesy, nivní louky a mokřady rozkládající se podél řeky Moravy. Ta zde vytváří unikátní systém ramen a slepých říčních meandrů, tzv. vnitrozemskou říční deltu, která je v evropském měřítku zcela výjimečná. Právě tato krajina je ideální pro pomalé objevování ze sedla kola. Rovinatý terén, množství cyklostezek, romantické památky i přírodní koupání z ní dělají ideální místo nejen pro letní výlety.

Přinášíme několik tipů na cyklotrasy v okolí Litovle, které spojují krásnou přírodu, zajímavé památky i příjemné možnosti osvěžení v horkých dnech.

NAUČNÝMI STEZKAMI LITOVELSKÉHO POMORAVÍ

Příjemná trasa vede z litovelského náměstí po Moravské cyklotrase směrem na Olomouc. Brzy se k ní připojí naučné stezky Lesánkova a Litovelské luhy, které cyklisty provedou lužními lesy a podél říčních ramen až do Hynkova.

Tento okruh měří přibližně 19 kilometrů a díky minimálnímu převýšení (zhruba 12 metrů) patří mezi velmi nenáročné cyklotrasy, vhodné

i pro rodiny s dětmi. Nejvyšší bod trasy leží ve výšce 233 metrů nad mořem, takže se projíždí téměř rovinatou krajinou.

Z Hynkova se lze vrátit stejnou trasou nebo zvolit okruh přes Lhotu nad Moravou a Březové. V létě stojí za zastávku přírodní biotop v Litovli nebo oblíbená pískovna Náklo, kde je čistá voda vhodná ke koupání.

DO HANÁCKÉHO SKANZENU V PŘÍKAZECH

TRASA: Litovel – Březové – Unčovice – Mezice – Příkazy – Náklo – Lhota nad Moravou – Litovel

Nenáročný výlet vede z Litovle po cyklotrase č. 6027 přes Březové a Unčovice až do Příkaz. Celý okruh měří přibližně 22 kilometrů a převýšení je jen kolem 19 metrů, takže jde o další lehkou trasu vhodnou i pro rekreační cyklisty.

V Příkazech se nachází Hanácké muzeum v přírodě, známé také jako hanácký skanzen. Návštěvníci zde mohou nahlédnout do života na hanáckém statku na přelomu 19. a 20. století – prohlédnout si tradiční světnice, hospodářské stavby i unikátní špaletové stodoly.

Cesta zpět vede přes Náklo a Lhotu nad Moravou. Opět je možné spojit cyklistiku s koupáním v pískovně Náklo, která patří k nejvyhledávanějším přírodním koupalištím v regionu.

TRASA: Litovel – Šargoun – Lhota nad Moravou – Hynkov – Horka nad Moravou – Skrbeň – Příkazy – Náklo – Lhota nad Moravou – Litovel

Další zajímavý okruh vede z Litovle přes Hynkov do Horky nad Moravou, kde se nachází Dům přírody Litovelského Pomoraví. Ten nabízí interaktivní expozici věnovanou zdejší krajině a jejím obyvatelům.

Trasa měří přibližně 33,6 kilometru, přesto patří mezi nenáročné výlety, protože převýšení činí jen asi 23 metrů. Většina cesty vede rovinatou krajinou lužních lesů a po kvalitních cyklostezkách.

Cestou zpět lze pokračovat přes Skrbeň, Příkazy a Náklo. Opět se nabízí zastávka u vody – pískovna Náklo je ideálním místem na letní osvěžení.



ZA JESKYNĚMI A HRADEM BOUZOV



TRASA: Litovel - Nové Zámky - Mladeč
- Bílá Lhota - Hrabí - Podolí - Bouzov
- Javoříčko - Střemeničko - Slavětín
- Loučka - Cholina - Myslechovice
- Haňovice - Chudobín - Sobáčov - Litovel

Pro zdatnější cyklisty je ideální delší výlet směrem na sever od Litovle. Okruh měří přibližně 43 kilometrů, a přestože je oficiálně veden jako méně náročná cyklotrasa, převýšení už dosahuje více než 400 metrů, takže jde o sportovnější výlet.

Trasa vede přes romantický areál Nové Zámky, bývalý lovecký zámek postavený v letech 1813 až 1820 knížetem Janem Lichtenštejnem a dnes adaptovaný na ústav sociální péče, a dále do Mladče s proslulými Mladečskými jeskyněmi. Odtud pokračuje přes Bílou Lhotu a její arboretum až na pohádkový hrad Bouzov, který patří k nejkrásnějším hradům na Moravě.

Na zpáteční cestě stojí za návštěvu také Javoříčské jeskyně, které patří k nejbohatším krápníkovým jeskyním v Česku.

DO PODZEMÍ MLADEČSKÝCH JESKYNÍ

TRASA: Litovel - Víška - Sobáčov - Mladeč
- Nové Zámky - Nový Dvůr - Červenka
- Litovel

Kratší výlet z Litovle přes Víšku a Sobáčov do Mladče měří přibližně 20 kilometrů. Převýšení činí asi 77 metrů, takže jde stále o příjemnou rekreační trasu, kterou zvládnou i méně zkušenější cyklisté.

Hlavním cílem jsou Mladečské jeskyně, které lákají nejen na krasovou výzdobu, ale také na příjemné ochlazení během horkých letních dnů.

Na zpáteční cestě se projíždí malebným areálem Nových Zámků, kde se mezi stromy ukrývají zbytky drobných staveb jako Obelisk nebo Templ. Tyto tiché vzpomínky na Lichtenštejnskou éru vás uprostřed krajiny jistě překvapí.

NA ZÁMEK V NÁMĚŠTI NA HANÉ

TRASA: Litovel - Rozvadovice - Unčovice
- Dubčany - Odrlice - Náměšť na Hané
- Nové Dvory - Cakov - Bílsko - Loučka
- Cholina - Myslechovice - Haňovice
- Chudobín - Sobáčov - Mladeč
- Nové Zámky - Litovel

Jedna z delších tras měří přibližně 41,7 kilometru a vede z Litovle přes Unčovice s unikátní středověkou tvrzí a Dubčany do Náměště na Hané. Přestože jde o delší okruh, převýšení kolem 236 metrů zůstává stále poměrně mírné.

V Náměšti stojí za návštěvu především zdejší klasicistní zámek, ale také místní minipivovary, kde lze ochutnat regionální pivo. Zpáteční cesta vede přes Cholinu, Myslechovice, Chudobín a Mladeč, takže výlet lze spojit i s návštěvou Mladečských jeskyní.

ZA DOBRODRUŽ- STVÍM MALÉHO TVARŮŽKU

TRASA: Litovel (4. Moravská stezka)
- Víška - Sobáčov - Mladeč - Řimice (512)
- Bílá Lhota - Hrabí - Podolí - Bouzov
- Jeřmaň (6036) - Loštice (Ochutnej Moravu) - Moravičany - Nové Mlýny
- Nové Zámky - Nový Dvůr (6026)
- Červenka - Litovel

Tento výlet spojuje krásnou přírodu, historické památky i regionální gastronomii. Začíná v Litovli, odtud trasa pokračuje přes Víšku a Sobáčov do Mladče, kde stojí za zastávku známé Mladečské jeskyně. Nedaleko se nachází také areál Nové Zámky, o kterém jsme se zmínili už dříve.

Za obcí Řimice vás čeká o něco náročnější úsek, který si můžete zpríjemnit návštěvou arboreta v Bílé Lhotě. Odměnou pak bude krásný výhled na hrad Bouzov, romantický skvost Moravy, na kterém se natáčela řada českých pohádek a historických filmů. Panství s hradem dlouhodobě vlastnil Řád německých rytířů, který se také zasloužil o jeho nynější podobu.

Další zastávkou jsou Loštice, kde by si cyklisté rozhodně neměli nechat ujít ochutnávku místní speciality – proslulých Olomouckých tvarůžků. Na cestě zpět vás zaujme vodní elektrárna v Nových Mlýnech a příjemnou pauzu lze udělat také na Doubravském dvoře, kde je vyhlášená domácí zmrzlina. Výlet pak končí zpět v Litovli, kde lze žízeň symbolicky uhasit například v Pivovaru Litovel.



Celý okruh měří přibližně 44 kilometrů a s převýšením kolem 244 metrů patří mezi středně náročné cyklovýlety. Trasa vede převážně po značených cyklotrasách a nabízí pestrou kombinaci přírodních i historických zajímavostí.

ZA REGIONÁLNÍM PIVEM

TRASA: Litovel - Víška - Sobáčov - Chudobín - Haňovice - Myslechovice - Cholína - Odrlice - Náměšť na Hané - Loučany - Olomouc - Chomoutov - Hynkov - Lhota nad Moravou - Litovel

Tento nejdelší navržený cyklistický okruh potěší nejen milovníky pohodové jízdy rovinatou hanáckou krajinou, ale také všechny, kdo rádi poznávají regionální pivovary a místní gastronomii. Trasa začíná v Litovli a po Moravské stezce vede přes Víšku a Sobáčov směrem na Náměšť na Hané.

Právě zde čeká první zastávka – v Náměšti totiž najdete hned dva minipivovary, kde je možné ochutnat místní pivo a odpočinout si v pivovarské hospůdce nebo na venkovní zahrádce. Z Náměště trasa pokračuje přes Loučany do Olomouce, kam vás cyklotrasa dovede do okrajových částí města.

Další příjemnou zastávkou může být pivovar v Chomoutově, který se nachází nedaleko přírodního koupaliště Poděbrady. V letních dnech se zde nabízí možnost osvěžujícího koupání. Z Chomoutova pak cesta pokračuje přes Hynkov a Lhotu nad Moravou zpět do Litovle, kde lze výlet zakončit symbolickou poslední zastávkou v Litovelském pivovaru.

Okruh měří přibližně 51,7 kilometru, ale díky převýšení jen kolem 125 metrů jde o nenáročnou trasu, vhodnou i pro rekreační cyklisty. V horkém počasí lze výlet zpříjemnit koupáním v přírodním areálu Poděbrady u Olomouce nebo v oblíbené pískovně Náklu nedaleko Lhoty nad Moravou.

TIP NA ZÁVĚR

Litovel a její okolí nabízí ideální podmínky pro cykloturistiku – rovinatý terén, hustou síť cyklostezek i krásnou přírodu lužních lesů. Výlet lze snadno spojit s koupáním, návštěvou jeskyní nebo poznáváním hanáckých tradic.

Další tipy na výlety, podrobné mapy tras i inspiraci pro pěší turisty a rodiny s dětmi najdete na Turistickém informačním portálu Olomouckého kraje, kde je možné naplánovat výlet podle délky, náročnosti i zajímavosti po cestě. ■

VARMFRONT záložní baterie,
299 Kč, **IKEA**



IKEA 365+ láhev na vodu 0,7 l,
79 Kč, **IKEA**



IKEA 365+ dóza s víkem,
3 ks, 169 Kč, **IKEA**

Víkendový výlet: co si sbalit s sebou, aby pohodlí bylo jako doma

Víkendový výlet je skvělý způsob, jak si na chvíli odpočinout od každodenního shonu, načerpat energii a užít si čas s rodinou nebo přáteli. Ať už vyrazíte do přírody, na piknik, k vodě nebo jen na jednodenní procházku mimo město, správně sbalená výbava dokáže celý zážitek výrazně zpříjemnit.

Mnoho lidí se při balení spoléhá na improvizaci, ale pravdou je, že právě ty nejmenší detaily – jako čerstvé jídlo, studený nápoj nebo nabitý mobil – mohou rozhodnout o tom, jestli se z výletu stane příjemná pohoda, nebo série drobných nepříjemností.



MARULK pikniková sada,
249 Kč, **IKEA**

VIKEA najdete mnoho praktických pomocníků, se kterými můžete počítat v každé situaci. Nezaberou moc místa, jsou snadno přenosné a hlavně – postarají se o to, aby byl váš výlet stejně pohodlný jako víkend strávený doma. ■

Povídka

Richarda Pogody: Stalin a rokenrol

Byl podzim 1961 a já se stěhoval z Olomouce do Prahy, kde jsem se měl naučit typografickému řemeslu. Jenomže já se tam těšil hlavně kvůli rokenrolu! V kufru jsem s sebou vezl hotový poklad, plakát s Billem Haleym, nadějnou začínající hvězdou rokenrolu a nápisem: THE MUSIC OF USA. V Praze jsem okamžitě našel spřízněnou duši v bratranci Jiřím Helekalovi, budoucí hvězdě divadla Semafor. Ten studoval hru na violoncello a jako zpěvák kopíroval písně Elvise Presleyho. Osobně znal několik šilenců, kteří se této hudbě zaprodali. Byli v té době trnem v oku policajtům, kteří na ně pořádali zátahy. Chci-li je vidět, mám si zajít do jednoho sálu na Starém Městě. Že mě tam doporučí jako náhradního pianistu.

Na to nedělní odpoledne nikdy nezapomenu. Mírně poprchávalo, když jsem došel se srolovaným plakátem v podpaždí na Staroměstské náměstí. Slavné sousoší Mistra Jana Husa mi dodalo odvahu stát za svou pravdou narušivého vyznavče americké pop-music. Vzápětí jsem se hodně lekl, když jsem nad Pařížskou ulicí poprvé na vlastní oči užíval obludný Stalinův pomník. Šel z něho mráz, což ještě podtrhovaly olověné mraky nad Letenskou plání.

Pak jsem si všiml dvou mladíků, kteří měli nápadně vyfoukané vlasy, kárované kabáty a neuvěřitelně úzké kalhoty. Přesně tak vypadali v satirickém časopise Dikobraz chuligáni, nepřátelé režimu. Šel jsem za nimi a brzo jsem stanul před domem, kde stál stojan s nápisem Rudý koutek pracovníků Pražských vodovodů a kanalizací. V poschodí se pak nacházel sál v historizujícím slohu. Stylová výzdoba interiéru byla necitlivě narušena pódiem sbitým z dřevěných fošen a velkou fotografií prezidenta republiky. To vše korunovalo heslo: SOVĚTSKÁ KULTURA NÁŠ VZOR.

U vchodu seděl chlápek s pořadatelskou páskou. Po informaci, že mě posílá Jirka Helekal, mě pustil do sálu, kde si mě odchytl trumpetista dixielandové kapely. Měl radost, protože jejich stálý pianista nedorazil. Přitáhli mi před pódium obstarožní piano a posadili mě k němu. Pak měl úvodní řeč nějaký svazák, který prezentoval tradiční jazz jako hudbu utlačovaného amerického lidu. Spustili jsme Pochod svatých a přidali Tam dole u řeky.

Sál byl poloprázdný a nikdo netančil. Všichni postávali u stěn a čekali, až pořadatel zkontroluje situaci a půjde na pivo. Hlasitá trubka a pisklavý tón klarinetu mu evidentně vadily. Za čtvrt hodiny naposledy otráveně pohlédl

do sálu a šel pryč. Dohráli jsme černošský spirituál a sklidili vlahý potlesk. Klavír byl odsunut ke zdi a já dostal výtečný nápad. Rozbalil jsem svůj americký plakát a lepicí páskou připevnil na zadní stranu nástroje. Ten jsme pak otočili do publika. Muzikanti se shlukli kolem portrétu zpěváka s kytarou a já slavil první úspěch.

Mezitím se na pódiu začaly kupit reprobedny, sada bicích nástrojů, stojany na mikrofony a další muzikantské harampádí. Všemuvévodil v mohutném kufru zabudovaný zesilovač, muzikanti mu říkali šílený Fridrich. V koutě se ladily kytary, zapojovaly dráty a nervozita rostla. Publikum zhoustlo na trojnásobek, v sále bylo k zalknutí, ale nikomu to nevadilo. Já měl privilegované místo vedle odstaveného klavíru, takže jsem měl vše jako na dlani.





Jakási nedočkavá zrzka v chlupaté bundě se mi svěřila, že ten Elvis na plakátě je „fakticky fešák“. Upřesnil jsem, že je to Bill Haley. To jí dost otrávil. Napětí by se dalo krájet, kytaristé ještě naposledy ladili a já zíral na blikající světýlka šíleného Fridricha. Vrčel pod pódiem jako tygr před vpuštěním do arény.

Ted'!!! Zaburácely kytary a já myslel, že mám v uších zaražené hřebíky. Trvalo to asi minutu ... a náhle ticho. Šílený Fridrich vypověděl poslůstnost. Vedle mě se objevil rozčuchaný kluk v montérkách. Přiklekl, odklopil dekl kufru, přiletovál nějaký spoj a řekl: „Je asi problém s chlazením, moc rychle se přehřívá. Když budeme mít štěstí, hodinku nám to vydrží.“

Zvukový uragán znovu zadul a na pódiu se po sólu kytary zjevil idol pomýlené mládeže Miki Volek. Řev z parketu zesílil. Rokenrolový král předvedl do předehty šílené pohybové kreace a prohrábl si rukou kšticí. Posunul si sluneční brýle a pak se chopil mikrofonu. Sál vybuchl nadšením, když spustil první hit, samozřejmě anglicky. Kytaristé sázeli své rify do publika a výrostci s elvisovskými účesy se začali zmlítat jako stádo derviřů. Dívky jim vydatně sekundovaly. Celý parket připomínal tření lososů na Aljašce. Já si stoupl pro jistotu před svůj plakát, aby mi Haleyho někdo v euforii nestrhl.

Radostně páchaná ideologická diverze přísluhovačů strýčka Sama trvala skoro hodinu, když se u vchodu do sálu zjevila ozbrojená pět režimu. Někdo zařval, že jsou tady fízlové, a začala strkanice. Modré uniformy se vmísily mezi křepčící tanečnický a snažily se je odtrhnout od sebe. Dva esenbáci se vehementně drali rovnou k pódiu, kde byla největší tlačnice. Miki a hudebníci na nic nečekali, vytáhli šňůry z kytar a vyběhli bočním vchodem ze sálu. Zvukař, technici a bedňáci se snažili ochránit mikrofony, stojany a zesilovač. Vytáhli přívod elektřiny, zaklapli kufr a hodili na něj koberec. Kolegové z dixielandu zmizeli také, zřejmě podobnou situaci už zažili.

Najednou jsem zůstal sám před klavírem a rozpažil ruce. Naivně jsem chtěl bránit

vzácný plakát proti přesile dvou policistů. Ty vytočila hlavně tři písmena: Ú-ES-Á. Rotmistr s ulízanou patkou na mě zařval: „My ti dáme Ameriku, chuligáne!“ Praštil mě do ramene, já zakopl a upadl pozpátku na klavír. Druhý představitel zákona, korpulentní padesátník s vyšší hodností, popadl oběma rukama mikrofonový stojan, strhl jej na sebe a zapletl se do drátů. To vyvolalo smích v sále. První esenbák zřalověl vzteky a roztrhl plakát vejpůl se slovy: „Já ti dám Elvise!“ Mimoděk jsem vyhrkl: „To není Presley, ale Haley!“ To bylo poslední, co jsem stačil říct. Kolega s pivním pupkem (už prostovlasý a s klubkem drátů obtočených kolem krku) zařval: „Nepoučuj, hajzle!“ a bacil mě stojanem do hlavy. V levém uchu mi začalo zvonit, košili jsem měl od krve, zmizely mi brýle a upadl jsem na podlahu. Druhý policista s živočišnou radostí cupoval plakát na malé kousky.

Využil jsem situace a po čtyřech zmizel v prostoru za klavírem. Tam byl skrčen technik se šňůrami od aparatury a se zbytky mých okulárů. Podal mi je a zasyčel do ucha: „Ty vole, zkus vypadnout dveřma vpravo!“ V mžiku jsem byl na zadním schodišti a bral schody po třech. Rameno i ucho bolely jako čert, ale v tu chvíli mi to bylo jedno. V přízemí stál svazácký příznivec amerického proletariátu. Byl bledý a mlel pořád dokola: „To je průšvih, to je průšvih.“ Když uviděl moje krvácející ucho, vytáhl kapesník a pomohl mi z budovy. Doporučil mi, abych si vymyslel nějakou obstojnou historku, jak jsem ke zranění ucha přišel. Že on sám bude muset na kulturní komisi ROH vysvětlit, kdo zorganizoval ten rokenrolový dýchánek v samém centru Prahy. Když mi otvíral plechové dveře na ulici, zeptal se: „Na tom plakátě byl fakt Haley? To je mi líto. A přijď si zase někdy zahrát.“

Americký večírek v Rudém koutku dopadl vlastně dobře. Přišel jsem sice o drahocenný plakát a sluch se mi vrátil až po týdně. Ale na druhou stranu jsem se seznámil s pražskými bigbitáky. Jak jsem se pak od Jirky Heleka-la dozvěděl, bylo moje plakátové extempore považováno za parádní kousek a měl jsem mezi příznivci Mikiho Volka dobré renomé. ■



RICHARD POGODA

***1944 v Olomouci**

je herec, zpěvák, pianista, autor jazzových pořadů a muzikálů, skladatel a spoluautor dvou sbírek humorných povídek. V nich s dcerou Sandrou Pogodovou nabízí historky, které sice působí absurdně, nicméně opravdu se staly.

Sám pan Pogoda o svých textech říká, že píše výhradně o tom, co skutečně zažil, protože si neumí vymýšlet. To, že jsou literárně zpracované příběhy velmi komické a místy až bizarní, je tedy dáno toliko shodou vnějších okolností i proměnami světa kolem něj.

Autora dnešní povídky můžete v současnosti potkávat také v Galerii Šantovka, v níž má pravidelný pořad Pianothéka s Richardem Pogodou.

Vidění bez kompromisů:

jak se starat o zrak v digitální době

Foto KODANO, Viktorie Veselá

Text Ivo Vysoudil

Zrak zatěžujeme dnes víc než kdy dřív. Dlouhé hodiny u počítače, mobil v ruce prakticky neustále a minimum odpočinku pro oči. Není proto překvapením, že do optiky přichází většina lidí až ve chvíli, kdy začnou pociťovat první potíže.

Moderní optika přitom dnes nabízí mnohem víc než jen základní měření dioptrií. Důraz se klade na celkový komfort vidění a individuální potřeby každého zákazníka.

„Neřešíme jen hodnotu dioptrií. Zajímá nás, jak člověk pracuje, jestli tráví hodně času u počítače, řídí nebo sportuje. Podle toho vybíráme řešení, které mu bude opravdu vyhovovat,“ říká Kateřina Hampl, vedoucí optometrie společnosti KODANO.

Velkým tématem posledních let je také vliv digitálních technologií na zrak. Únava očí, pálení nebo rozmazané vidění po práci na počítači už dávno nejsou výjimkou – a stále častěji se objevují i u mladších lidí.

Jednou z novinek v oboru je online měření zraku, které umožňuje absolvovat vyšetření i bez fyzické přítomnosti optometristy na pobočce. Výhodou je především dostupnost, měření je možné prakticky kdykoliv během otevřené doby, včetně víkendů. Zákazník tak není omezen přítomností konkrétního specialisty na pobočce. Obavy o přesnost přitom nejsou na místě. „Zrak neměří nikdo jiný než optometrista. Průběh je stejný jako u klasického vyšetření a za výsledky si plně stojíme,“ dodává.

Stejně tak se rychle vyvíjejí i samotné brýlové čočky – například samozabarvovací nebo s filtry proti modrému světlu. „Člověk nemusí

střídat dioptrické a sluneční brýle. Jedny brýle se přizpůsobí prostředí, což výrazně zvyšuje komfort,“ vysvětluje Kateřina Hampl.

Stále větší význam mají také filtry proti modrému světlu, které pomáhají zmírnit únavu očí při práci s digitálními zařízeními. Další možností jsou individuálně vyráběné čočky, které zohledňují nejen dioptrie, ale i konkrétní způsob používání brýlí.

Základ ale zůstává stejný: pravidelná kontrola zraku, ideálně jednou za rok až dva, může

včas odhalit změny a výrazně přispět k pohodlnějšímu vidění v každodenním životě. Jedním z nejčastějších mýtů, se kterým se optometristé setkávají, je obava, že nošení brýlí zrak zhoršuje. „Brýle zrak nekazí. Pouze korigují dioptrickou vadu, aby člověk viděl ostře a pohodlně,“ říká optometristka..

Naopak – správně zvolené brýle mohou očím výrazně ulevit a zlepšit kvalitu každodenního života. A právě to je dnes hlavním cílem moderní optometrie: najít řešení na míru každému zákazníkovi.





„Brýle nejsou jen o dioptriích,“ říká Kateřina Hampl, vedoucí optometrie **KODANO**

PRVNÍ NÁVŠTĚVA OPTIKY

Jak vlastně probíhá návštěva zákazníka ve vaší optice od příchodu až po výběr brýlí?

Po příchodu zákazníka přivítáme a krátce se zeptáme, s čím přichází – zda potřebuje nové brýle, kontrolu zraku nebo například jen upravit stávající brýle. Snažíme se, aby se u nás každý cítil příjemně a měl dostatek času na výběr i na samotné vyšetření.

Pokud zákazník nemá aktuální vyšetření zraku, nabídneme mu možnost měření přímo u nás. Vyšetření provádíme na moderních přístrojích a dbáme na to, aby bylo nejen přesné, ale také srozumitelné. Zákazníkovi vysvětlíme, jaký má typ dioptrické vady a jaké jsou možnosti její korekce.



CAROLINA HERRERA HER 0331 6CR,
vel. 54, 10 099 Kč, **Kodano Optik**

Dalším krokem je výběr obruby. Pomáháme najít takovou, která sedí velikostí, tvarem i stylem. Brýle jsou dnes módní doplněk, ale zároveň musí být pohodlné a funkční.

Poté vybíráme brýlové čočky. Nejde jen o dioptrie – řešíme životní styl zákazníka, kolik času tráví u počítače, zda řídí nebo sportuje. Na základě toho doporučíme vhod-

né řešení. Na závěr vše změříme, objednáme a při předání ještě upravíme, aby brýle perfektně seděly.

S čím za vámi lidé nejčastěji přicházejí?

Nejčastěji přicházejí ve chvíli, kdy začnou pociťovat konkrétní problém se zrakem. Typicky zjistí, že hůře vidí na blízko, musí si oddalovat telefon, mají unavené oči při práci na počítači nebo si nejsou jistí při řízení.

Velká část zákazníků přichází také ve chvíli, kdy už brýle nosí, ale mají pocit, že jim přestávají stačit. Zrak se během života přirozeně mění, a proto je potřeba dioptrie pravidelně kontrolovat.

Jak často by si měl člověk nechat zkontrolovat zrak?

Ideálně jednou za rok až dva, i když nemá pocit, že se mu vidění zhoršuje. Změny totiž nemusí být zpočátku výrazné a člověk si na ně často postupně zvyká.

OPTOMETRIE A DNEŠNÍ ŽIVOTNÍ STYL

Co všechno dnes dokáže moderní optometrie odhalit?

Je důležité si nejdříve ujasnit, co si pod pojmem moderní optometrie vlastně představíte. Pro někoho to znamená především nové



technologie a moderní přístroje, pro jiného spíše nové postupy vyšetření a individuálnější přístup k zákazníkovi. Ve skutečnosti jde o kombinaci obojího.

Velký rozdíl oproti běžnému „měření zraku“, jak si ho lidé pamatují z minulosti, je také v přístupu k zákazníkovi. Dnes se nesoustředíme jen na hodnotu dioptrií, ale řešíme celý zrakový komfort v každodenním životě. Zajímá nás, jak člověk pracuje, jestli řídí, sportuje nebo tráví hodně času u obrazovek, a podle toho volíme nejvhodnější řešení.

Moderní optometrie tak není jen o technice, ale hlavně o individuálním přístupu a snaze najít takové řešení, které bude pro konkrétního člověka dlouhodobě pohodlné a zdravé.



TIAMO 1807 C1, vel. 55,
2 999 Kč, **Kodano Optik**

Vnímáte změny zraku v souvislosti s digitální dobou?

Určitě ano. Lidé dnes tráví mnohem více času u počítače nebo mobilu, což znamená větší zátěž pro oči. Nejde jen o působení modrého světla, ale také o dlouhodobé soustředění na blízkou vzdálenost, které zatěžuje celý zrakový systém.



CLIP ON EA 4254U 62661W,
vel. 54, 9 899 Kč, **Kodano Optik**

Velmi často řešíme únavu očí, pálení, bolesti hlavy nebo rozmazané vidění po práci na počítači. Oči musí neustále zaostřovat na krátkou vzdálenost, což pro ně není přirozené. Tyto potíže se navíc objevují i u mladších lidí. Častěji řešíme potíže se zaostřováním, přecitlivělost na světlo nebo potřebu speciálních čoček pro práci na počítači.

ONLINE MĚŘENÍ ZRAKU

Ve vaší síti rozvíjíte online měření zraku. Jak funguje?

Proces se od standardního měření příliš neliší. Jedinou změnou je komunikace s optometristou, který je během celého vyšetření připojen na dálku a přístroje ovládá online.

Zákazník přijde na prodejnu, optik ho usadí a po celou dobu je mu k dispozici. Hlavní komunikace probíhá mezi zákazníkem a optometristou přes tablet.

Optometrista změří dioptrie a následně si je zákazník vyzkouší pomocí zkušební obruby. Díky této metodě lze změřit zrak na dálku i na blízko a vyrobit jakýkoli typ čoček.



V čem vidíte největší výhody této služby?

Největší výhodou je dostupnost. Měření nabízíme každý den včetně víkendů, i v době, kdy není optometrista fyzicky na prodejně.

Je online měření stejně přesné jako klasické?

Ano. Průběh je stejný, nic nevynecháváme a měření provádí vždy optometrista. Za výsledky si plně ručíme.



SANTINO 8259 50 C1,
699 Kč, **Kodano Optik**

Pro koho je tato služba ideální?

Pro většinu zákazníků. Pokud ale optometrista vyhodnotí, že je vhodnější klasické vyšetření, objednáme klienta na termín s osobní přítomností.

Plánujete rozšíření i do dalších měst?

Ano, služba se postupně rozšiřuje. Po Praze je dnes dostupná i v dalších městech a počítáme s jejím dalším rozvojem.

MODERNÍ TECHNOLOGIE V OPTICE

Jaké novinky byste zmínila jako nejzajímavější?

Velký posun vidíme u samozabarvovacích čoček, které reagují rychleji na světlo a jsou pohodlnější pro každodenní nošení.

Dále jsou to filtry proti modrému světlu, které pomáhají snižovat únavu očí při práci na počítači, a individuální čočky, které se přizpůsobují konkrétnímu uživateli.





Mají filtry proti modrému světlu skutečně smysl?

Ano, zejména pokud člověk tráví hodně času u digitálních zařízení. Důležité ale je zvolit kvalitní čočky od ověřeného výrobce.

I částečné omezení modrého světla může znamenat znatelnou úlevu pro oči.



MARIE BOCQUEL 1734S C2,
1 999 Kč, **Kodano Optik**

Jak fungují samozabarvovací čočky?

Reagují na UV záření – venku se ztmaví, uvnitř zesvětlí. Člověk tak nemusí střídát dioptrické a sluneční brýle.

Moderní technologie navíc umožňují, aby čočky reagovaly i za čelním sklem auta a poskytovaly lepší ochranu proti světlu.

Existují i další vychytávky, o kterých lidé často nevědí?

Ano, například polarizační čočky, které omezují odlesky, nebo speciální úpravy pro řidiče. Velkým přínosem jsou také dioptrické sluneční brýle na míru.

Dnes už brýle nejsou jen o dioptriích, ale o celkovém komfortu vidění.

NA ZÁVĚR

Jaký je nejčastější mýtus o brýlích?

Jedním z nejčastějších mýtů, se kterým se setkáváme, je představa, že když člověk začne nosit brýle, oči si na ně „zvyknou“ a zrak se začne zhoršovat. Ve skutečnosti brýle zrak nekazí, pouze korigují dioptrickou vadu, aby člověk viděl ostře a pohodlně. Pokud se dioptrie časem změní, není to kvůli nošení brýlí, ale přirozeným vývojem oka.



Setkáváme se také s tím, že lidé odkládají měření zraku, protože mají pocit, že „ještě vidí dobře“. Zrak se ale často zhoršuje postupně a člověk si na změnu zvykne, aniž by si uvědomil, že oči pracují ve větším napětí. Správně zvolené brýle přitom mohou výrazně ulevit očím, snížit únavu a zlepšit celkový komfort při každodenních činnostech.



SANTINO 2224, vel. 53,
799 Kč, **Kodano Optik**

Co byste poradila lidem, kteří pečí o zrak odkládají?

Doporučuji, aby návštěvu optiky nebo očního lékaře zbytečně neodkládali, i když mají pocit, že vidí stále dobře. Pokud se zrak zhorší, není to jen o špatném vidění. Může se k tomu přidat únava, bolesti hlavy, pálení očí nebo horší koncentrace, například při práci na počítači nebo při řízení. ■

Blíž k sobě, i v těžkých chvílích

V areálu Fakultní nemocnice Olomouc
má vyrůst Dům Ronalda McDonalda pro rodiny hospitalizovaných dětí



Foto a vizualizace archiv Nadačního fondu
Ronalda McDonalda
Text Jana Doleželová

Jsou chvíle, kdy člověk od života nechce nic velkého. Jen být nablízku těm, kteří ho potřebují. Právě z této obyčejné, a přitom naprosto zásadní potřeby vyrůstá projekt nového Domu Ronalda McDonalda, který

má vzniknout v areálu Fakultní nemocnice Olomouc. Druhý český dům svého druhu nabídne bezplatné zázemí až dvaceti rodinám hospitalizovaných dětí. Přímou v místě, kde jejich nejbližší podstupují léčbu.



Patronkou Nadačního fondu Ronalda McDonalda je herečka Veronika Arichteva.

JAK POMOCI? MŮŽETE SAMI NEBO SE ŠANTOVKOU

Podpora ze strany partnerů a dárců je pro fond samozřejmě stěžejní. „K tomu, aby mohly fungovat oba domy i naše organizace, potřebujeme každý rok vybrat zhruba 30 milionů korun a to není jednoduché. Důležití jsou pro nás samozřejmě velcí institucionální partneři, ale ani bez drobných dárců bychom se neobešli. Úplně nejlepší je pro nás trvalá pravidelná podpora. Byť třeba malá, ale když nám například stokoruna přijde každý měsíc, je to pro nás obrovská cennost a jistota, že je to další partner, který se stal součástí našeho unikátního projektu,“ vysvětluje ředitelka.

Kromě toho, že se zájemci mohou do podpory Domu Ronalda McDonalda zapojit přímo na stránkách fondu nebo přes platformu darujme.cz, skvělou příležitost dostanou i během podzimu přímo v obchodním centru Šantovka. Díky Nadaci Heleny Morávkové se zde uskuteční podpůrná akce, jejíž výtěžek poputuje právě na podporu výstavby nového Domu Ronalda McDonalda v Olomouci. A bude to win-win, protože každý los vyhrává, každý los pomáhá.

Návštěvníci centra si budou moci koupit stírací los, z nichž každý bude výherní. Získat bude možné některou z cen, slev, poukázek nebo plyšového medvídku, zatímco částka z prodeje podpoří právě výstavbu olomouckého Domu Ronalda McDonalda.

Právě podobné akce dávají celému projektu další rozměr. Ukazují, že pomoc nemusí mít vždy podobu velkých gest. Někdy začíná drobností, která se v součtu promění v něco mnohem většího. V možnost, aby rodiče nemuseli odjíždět desítky kilometrů od svého nemocného dítěte. V klidnější zázemí pro rodiny, které život zkouší. A také v pocit, že na to nejsou samy.

Nejde přitom jen o praktické ubytování. Nový dům má rodinám umožnit zůstat spolu i ve chvíli, kdy nemoc na čas převrátí běžný život naruby. Rodiče nebudou muset řešit každodenní dojíždění, hledání drahého komerčního ubytování ani únavnou logistiku mezi domovem a nemocnicí. Služba bude pro rodiny zdarma a podle lékařů může právě tato blízkost výrazně pomoci i dětem samotným. „Možnost zůstat nablízku hospitalizovanému dítěti má pro rodiny velký praktický, ale i psychologický význam,“ uvedla přednostka Dětské kliniky FN Olomouc Eva Karásková.

Projekt přirozeně zapadá i do dlouhodobé filozofie olomoucké fakultní nemocnice, která rozvíjí principy péče zaměřené na rodinu. Ředitel FN Olomouc Roman Havlík připomněl, že vedle špičkové medicíny je důležité vytvářet také přátelské a komfortní prostředí pro pacienty i jejich blízké. A právě tady má nový dům své nezastupitelné místo: jako bezpečné zázemí pro rodiče, sourozence i děti, které potřebují mít svou rodinu doslova na dosah.

Olomouc se stane teprve druhým místem v České republice, kde takový dům vznikne. Nadační fond Dům Ronalda McDonalda už má zkušenost z pražského Motola, kde první český dům funguje od roku 2022, a právě tam se podle vedení fondu ukázalo, jak zásadní podobná pomoc je. „Zkušenosti z Domu Ronalda McDonalda v Motole uk-

azují, že možnost být dítěti nablízku má pro rodiny zásadní význam a zájem rodičů předčil naše očekávání,“ říká ředitelka nadačního fondu Ivana Švingrová Pešatová.

Olomouc navíc nebyla vybrána náhodou. Nadační fond chtěl po zkušenosti z Prahy rozšířit pomoc i na Moravu, a právě Fakultní nemocnice Olomouc byla na tuto spolupráci dlouhodobě připravená. Roli hrál nejen zájem nemocnice, ale i to, že v regionu podobná služba zatím chybí a projekt se zde mohl začít připravovat bez velkého odkladu. I to je důvod, proč dnes právě Olomouc stojí na prahu vzniku místa, které může pro desítky rodin znamenat obrovskou úlevu.

Už příští rok by se tak mohlo začít stavět, otevření se plánuje na rok 2028. Cesta však není jednoduchá. Celkové náklady na stavbu domu se pohybují kolem 150 milionů korun. Zhruba 70 procent má nést nadační fond, 30 procent Fakultní nemocnice Olomouc. Ačkoli fond začal finance na stavbu druhého domu vybírat již hned po otevření toho prvního v pražském Motole, stále je pomoc dárců velmi potřebná. Fond totiž bude po dokončení zajišťovat i provoz domu, který stejně jako v případě pražského Motola stojí především na darech a dlouhodobé podpoře partnerů. Vedle výstavby je tak stejně důležité i budoucí fungování celého místa, aby rodiny měly jistotu, že dveře domu pro ně zůstanou otevřené i v dalších letech.

Blíž k sobě, i v těžkých chvílích

Proč padla volba právě na Olomouc?

Chtěli jsme, aby další dům vznikl na Moravě, a Olomouc byla na projekt velmi dobře připravená. Zájem o podobné zázemí tu existoval už delší dobu a zároveň se ukázalo, že právě tady podobná služba chybí. I to byl jeden z důvodů, proč nakonec dostala přednost před jinými variantami.

Jak si má člověk takový dům představit?

Určitě ne jako hotel. Spíš jako velmi dobře fungující domácí zázemí. Každá rodina má svůj pokoj s koupelnou, o který se po celou dobu pobytu sama stará, a k tomu společnou kuchyň, jídelnu, hernu, pracovní část i prádelnu. Rodiče si mohou uvařit, děti si hrát nebo psát úkoly a všichni spolu fungují co nejvíc přirozeně. Smyslem je, aby rodina i během léčby mohla žít pokud možno normálně.

Komu takové zázemí pomáhá nejvíc?

Často jde o rodiny dětí se závažnou diagnózou, které musí být u nemocnice delší dobu nebo se do ní opakovaně vrací. Typicky například onkologičtí pacienti přijíždějí na několikadenní cykly léčby a právě tehdy je možnost být spolu mimo nemocniční pokoj obrovsky důležitá. Je prokázáno, že blízkost rodiny má na děti i průběh léčby velmi pozitivní vliv.

Co vám na celé práci dává největší smysl?

I když jsou to těžké životní situace, do kterých se nikdo nechce dostat, víme, že existují, dějí se. A my tuto práci vnímáme pozitivně hlavně v tom, že jsme součástí něčeho, co tyto těžké chvíle zmírní a dokáže rodině ulehčit. Je to velmi konkrétní pomoc v okamžiku, kdy ji rodiny potřebují nejvíc.



Jak se může veřejnost do podpory vašeho projektu zapojit?

Kdokoli by měl zájem, může nadační fond podpořit přímo na našich stránkách nebo skrze platformu darujme.cz, případně prostřednictvím podpůrných akcí – například na podzim v Šantovce zakoupením stíracího losu nebo návštěvami benefičního představení Moravského divadla Olomouc 13. září. Pro ty, kdo by chtěli naši činnost podpořit výrazněji, potom vždy v květnu pořádáme moc krásné kulturní setkání v Hard Rock Café v centru Prahy, letos je to 20. května. Nebo třeba stačí i společně s námi na problematiku upozornit zapojením se do pyžamového dne, který se snažíme co nejvíc rozšířit. Takže moc doufáme, že druhý listopadový pátek se nás co nejvíce potká v pyžamech v práci, v kavárnách, zkrátka kdekoli. Protože ty nemocné děti a jejich rodiny v tu chvíli nemůžou, jsou buď doma, nebo v nemocnici a nemůžou nikam jít, takže my to děláme za ně, na jejich podporu. Ta myšlenka je taková, že zkrátka chceme, aby si v tu chvíli lidé uvědomili, že je fajn být zdravý a že je fajn jít kamkoliv a že je úplně jedno, co má člověk na sobě, klidně i v tom pyžamu, když může.

HELENA MORÁVKOVÁ: FILANTROPIE MÁ MNOHO PODOB

Co vás osobně přesvědčilo, že chcete stát právě za tímto projektem?

Smysl celého projektu mi vyplývá z mého pravidelného setkávání s rodiči nemocných dětí. To, čím si často rodiny těžce nemocných dětí procházejí, je traumatizující. Proto je potřeba tuto komunitu podpořit.

Proč je podle vás důležité mluvit o tom, že pomoc nemocným dětem se netýká jen samotné léčby, ale i zázemí pro jejich nejbližší?

Rodina je to nejbezpečnější pouto v životě, a proto si myslím, že především v těžkých chvílích, jako je nemoc dítěte, je potřeba rodinné soudržnosti a blízkosti.

Co byste si přála, aby si lidé díky příběhu tohoto projektu uvědomili?

Že velká pomoc se skládá ze spousty malých pomoci a malou pomoc může dát hodně lidí. Máme se tady v Česku docela dobře, tak pomáhejme a věřme, že pokud bychom potřebovali pomoc my sami, tak se také najde spousta malých pomocníků. Filantropie se dá dělat mnoha způsoby. ■





edhouse

2006 — 2026

generální partner

ČTRNÁCTÁ

HOLEŠOVSKÁ REGATA!

Tony Banks

19.-20. ČERVNA ROKU 2026



PŘEHLIKA PLAVIDEL DOPROVODNÝ PROGRAM

PŘEJEZD LÁVKY

ZÁHRADY ZÁMKU HOLEŠOV

MIG21
NO NAME
JIŘÍ KORN
TATA·BOJS
TOMÁŠ KLUS
JANA KIRSCHNER
MŇÁGA A ŽĐORP
SEBASTIAN P.S.H.
POLETÍME?

7 PÁDŮ HONZY DĚDKA ... A DALŠÍ

hlavní partneři



VSTUPENKY:



partneři



Letní pleť, která dýchá

Foto Anna Konieva a archiv Pavla Kortana

Text Jana Doleželová

PROČ LETOS VLÁDNE KAPSULOVÝ MAKE-UP A PROČ VŠECHNO ZAČÍNÁ U PLETI

Ranní světlo je v létě jiné. Ostřejší, pravdivější. Najednou vidíme pleť takovou, jaká opravdu je – bez milosrdného zimního šera. A možná právě proto se každé jaro znovu vrací touha po jednodušším líčení.



Rozjasňující tvářenka 1984, barva 1 Morning Dew, 579 Kč, **Marionnaud**

Méně vrstev, více lehkosti a make-up, který pleť nezakrývá, ale nechává ji dýchat. Takový, který s pleť spolupracuje, ne ji překrývá.

„V posledních letech vnímám opravdu obrovské změny. Ženy dnes přesně vědí, co chtějí – zajímá je nejen barva, ale i to, jak se produkt chová na pleti, jaký má finiš a jestli o pleť zároveň pečuje,“ říká vizážista Pavel Kortan. „To je skvělá zpráva!“

Krása se tak posouvá od efektu k pocitu. A od řemeslné dokonalosti k přirozenosti.

KAPSULOVÝ MAKE-UP: MÉNĚ VĚCÍ, VĚTŠÍ JISTOTA

Jedním z trendů, který tento posun dobře vystihuje, je kapsulový make-up. Myšlenka, která si půjčuje inspiraci ze světa módy: méně kousků, ale dokonale funkčních.

„Ženám radím mít raději menší, ale dobře promyšlenou výbavu – třeba osm až deset produktů, které opravdu znají a umí používat. Je to stejné jako u šatníku. Nepotřebujete tisíc věcí, ale pár kvalitních kousků, které spolu fungují,“ vysvětluje Kortan.

Kapsulový přístup přináší víc než jen přehled. Odstraňuje zbytečné rozhodování, ranní rutina se zjednoduší a místo experimentování se vrací jistota, protože víte, po čem sáhnout.



Základ takové kosmetické výbavy je přitom překvapivě jednoduchý:

- hydratační korektor
- lehký make-up nebo jemný pudr
- bronzer, který pleti dodá přirozené teplo
- tvářenka pro svěžest
- řasenka
- rtěnka, která dokáže proměnit celý výraz

Každý z těchto produktů má svou roli – něco jemně sjednotí, něco rozjasní a něco dodá pleti život. Výsledkem není maska, ale přirozeně upravený vzhled.

A bonus kapsulového make-upu? Praktický a ekologický rozměr: méně impulzivních nákupů, méně nevyužitých produktů. A tím pádem také více prostoru pro kvalitu, po které můžete sáhnout například v parfumeriích Marionnaud. Pokud totiž hledáte luxus za rozumnou cenu, radí Pavel Kortan vybírat z velmi kvalitních produktů z kolekce Marionnaud 1984. „Já osobně miluju krémové rtěnky, které mají nádherné odstíny a super creamy texturu a plné, šťavnaté barvy. Skvělý je také matující pudr, který



používám při své práci pravidelně, a určitě se nebojte vyzkoušet i make-up z této kolekce, je velmi příjemný a působí svěže na pleť," radí.



Noční hydratační maska Skin Care,
50 ml, 409 Kč, **Marionnaud**

LÉTO PŘEJE LEHKOSTI

Po zimě bychom však měly naše kosmetické taštičky určitě obměnit. Se změnou ročního období se totiž mění nejen potřeby pleti, a tím i způsob líčení, ale také to, jak produkty na pleť fungují. Co bylo v zimě příjemné, může najednou působit těžce.

„Na jaře a v létě očekáváme od make-upu hlavně lehkost a svěžest. Saháme po teplejších odstínech, slunečních pudrech a šťavnatých rtěnkách. Líčení je jednodušší, uvolněnější," popisuje Kortan.

Pleť je v teplejších měsících přirozeně živější, často lehce opálená a nepotřebuje tolik

zásahů jako v zimě. Místo výrazného krytí ji často stačí jemné sjednocení a trocha barvy a světla, které podtrhnou její svěžest, aniž by působila přetíženě. Právě proto v tomto období hrají tak důležitou roli textury – lehké, prodyšné a téměř neviditelné, tedy takové, které se s pleť přirozeně spojí, místo aby na ní ležely.

VŠECHNO ZAČÍNÁ U PLETI

Aby však dokonalý make-up splnil to, co od něj očekáváme, je třeba začít s péčí mnohem dříve. Základem je totiž kvalita pleti. Bez ní nefungují ani ty nejlepší produkty.

„Make-up dnes umí opravdu hodně. Dokáže pleť sjednotit, rozzářit a podtrhnout její přirozenou krásu. Zároveň ale platí, že vždy nejlépe funguje na pleť, která je dobře připravená," vysvětluje Kateřina Čech Lachetová, skincare expertka, kterou také můžete potkávat v parfumeriích Marionnaud.

Z její praxe vyplývá jednoduché pravidlo: většina výsledku vzniká mimo samotné líčení. V každodenní péči, v pravidelnosti, v tom, jak dobře známe svou pleť a jak se o ni dlouhodobě staráme. Jinými slovy, make-up je až druhý krok. Ten první se odehrává každý den doma – v koupelně, v několika nenápadných minutách, které ale mají obrovský dopad.

HYDRATACE JAKO SPOLEČNÝ JMENOVATEL

Jedním z nejčastěji podceňovaných faktorů je dostatečná hydratace a také pravidelná, jemná exfoliace. Ta pleť rozjasní a pomáhá vytvořit přirozený „glow“ efekt.



Lesk na rty Mirror Shine Gloss 1984, barva 1
Pink Reveal, 399 Kč, **Marionnaud**

Ačkoli hydratačních kosmetických produktů najdete v regálech nepřeberné množství, pravděpodobně největší roli hraje to, jak se o sebe staráme zevnitř, tedy pitný režim.

„Obecně se doporučuje přibližně 30 ml vody na kilogram váhy denně. Pokud tělo nemá dostatek tekutin, velmi rychle se to projeví i na pleť," varuje Kateřina Čech. Právě hydratace je totiž jedním ze základních faktorů, které ovlivňují to, jak potom make-up na pleť sedí a jak dlouho vydrží.

A pokud potřebujete pleť oživit během dne? „Hydratační korektor dokáže během pár vteřin projasnit oční okolí a osvěžit obličej. Pleťová mlha dodá okamžitou hydrataci a pomůže make-up i zafixovat," radí Pavel Kortan dva top hydratační produkty, které by neměly chybět v žádné kosmetické taštičce.



Saténové rtěnky 1984, 8 odstínů,
490 Kč, **Marionnaud**



LETNÍ SKINCARE: LEHKOST A OCHRANA

S příchodem jarních a letních měsíců se přirozeně mění i potřeby pleti. Stejně jako odkládáme vrstvy oblečení, měla by se odlehčit i kosmetická rutina. Pleť v tomto období oceňuje lehčí textury, které jí nezatíží, ale zároveň jí dodají dostatek hydratace.

Velmi dobře fungují produkty s kyselinou hyaluronovou nebo antioxidanty, jako je vitamín C a E. Ty pomáhají udržet pleť hydratovanou a chráněnou před vnějšími vlivy.

Ochrana před sluncem zůstává zásadní. A to nejen na dovolené u moře. „SPF by mělo být běžnou součástí každodenní péče – ideálně SPF 30 až 50,“ doporučuje Kateřina Čech.

Zdůrazňuje však, že je potřeba myslet i na večerní péči. SPF, make-up i nečistoty z celého dne je nutné důkladně odstranit. Právě večerní čištění má zásadní vliv na to, v jakém stavu bude pleť další den.



Rozjasňující sérum Skin Care, 30 ml,
529 Kč **Marionnaud**

PÉČE, KTERÁ DÁVÁ SMYSL

Velkým tématem dnešní doby je množství produktů. Často máme pocit, že čím víc toho použijeme, tím lepší bude výsledek. Realita je ale opačná.

„Pleť není laboratoř. Čím více na ní zkusíme, tím častěji ztrácí rovnováhu,“ říká Kateřina Čech. „Základní rutina může být přitom velmi jednoduchá: čištění, tonizace, sérum, krém a přes den SPF. Pro některé ženy jsou ideální čtyři produkty, jiné si péči rády rozšíří. Důležité je, aby rutina dávala smysl a byla dlouhodobě udržitelná,“ dodává.

Péče o pleť nemusí být složitá. Často stačí zjednodušit, vrátit se k základům a dělat věci pravidelně. Právě v tom je podle Kateřiny Čech Lachetové největší síla, v jakém stavu bude pleť další den.

KDYŽ SI NEVÍTE RADY

V množství trendů, produktů a doporučení je snadné se ztratit. Máme na výběr víc než kdy dřív, a přesto (nebo možná právě proto) si často nejsme jisté, co je pro naši pleť vlastně to pravé. A tak kombinujeme různé postupy, aniž bychom rozuměly tomu, co naše pleť skutečně potřebuje.

Velmi dobře může v takové chvíli posloužit osobní poradenství. I to může nabídnout síť parfumerií Marionnaud, kde se můžete potkat se skutečnými odborníky, kteří jsou připraveni vám poradit.

„V Marionnaud máme prostor se ženě opravdu věnovat, v klidu si popovídat a nastavit péči tak, aby jí dávala smysl. Každá žena je jiná, každé setkání je jiné. A právě to mě na této práci baví nejvíc,“ popisuje Kateřina Čech. Důležité je vyzkoušet si produkty přímo na pleť, pochopit jejich textury a najít správné odstíny. S touto pomocí snadno vytvoříte rutinu, která vám bude fungovat dlouhodobě. „Na Marionnaud si vážím hlavně lidí. Jsou to odborníci s dlouholetou zkušeností, kteří dokáží doporučit to pravé,“ potvrzuje Pavel Kortan. Taková zkušenost často změní pohled na kosmetiku jako celek.

Pokud na osobní návštěvu u experta těžko hledáte čas, zkuste načerpat inspiraci třeba na sociálních sítích Kateřiny Čech Lachetové. „Sdílim tam péči o pleť tak, jak ji sama vnímám – jednoduše, bez zbytečných složitostí a v běžném životě,“ říká.

MAKE-UP NENÍ POVINNOST

A jak by současný přístup ke kráse shrnul Pavel Kortan? „Make-up není povinnost. Měl by vám dělat radost.“

Někdy je totiž největším luxusem den bez make-upu. Jindy stačí pár tahů, které podtrhnou to, co už funguje. Lehkost jde ale ruku v ruce s krásnou, opečovanou pleť a promyšlenou rutinou. A pak už stačí jen pár produktů, které dávají smysl. „To nejdůležitější je naslouchat tomu, co naší pleť dělá dobře, a dopřát si péči, díky které se budeme cítit přirozeně a sebejistě,“ dodává.

Možná právě v tom spočívá moderní krása. Ne v dokonalosti. Ale v rovnováze. ■



PREMIERE
CINEMAS

PREMIEREVIP

**UŽIJ SI KINO
VE VELKÉM STYLU!**

- Prémiový kinosál
- Luxusní křesla
- Neomezené občerstvení

**PŘIJD SE
K NĀM
VIPNOUT!**



**ZAŽIJ FILMY
V POHYBU**

D-BOX
Feel it all

**D-BOXUJ
V PREMIERE**

Jediný D-BOX kinosál s pohyblivými sedadly v ČR vyzkoušej v PREMIERE CINEMAS SĀNTOVKA.

Program najdeš na www.premierecinemas.cz



Myslete i na sebe

Po výplatě přichází ta příjemná chvíle vybrat si něco jen pro sebe. Malou radost, která potěší, zvedne náladu a připomene, že dopřát si čas od času něco hezkého je důležité. Ať už udělá radost nový kousek do šatníku, oblíbená kosmetika, stylový doplněk, něco voňavého, nebo sladká tečka, právě tyto drobnosti umí zpříjemnit celý den. V této rubrice najdete inspiraci z prodejen v Šantovce, kterými si můžete udělat radost. Protože potěšit se občas něčím hezkým rozhodně není rozmar, ale příjemný způsob, jak se odměnit.



Kávovar Cafissimo NOW,
1 799 Kč, **Tchibo**



Dětská obuv Bluey,
749 Kč, **Deichmann**



Top, 298 Kč,
C&A



Citizen Promaster CA4660-61A,
10 600 Kč, **Corial**



Bermudy,
998 Kč, **C&A**

tipy na dárky



Světle béžové
Sneakers Reebok,
1 599 Kč, CCC



Zlatý náhrdelník s perlou,
kolekce Vera, 7 190 Kč,
Klenoty Aurum



Brýle PORG R2367B,
1 499 Kč, Relax

Uriage Age Absolu obnovující
maska 50 ml, 1 290 Kč, Dr. Max



Jarní kolekce oblečení,
Terranova



Zlatý prsten s brilianty,
Black & White kolekce,
22 990 Kč, **Klenoty Aurum**



Hodinky Millenia,
11 000 Kč, **Swarovski**



Automatický kávovar ETA Acorto 9180 90000 černý,
14 999 Kč, **Eta**



Čaj štěstí z Olomouce,
105 Kč, **Sonnenor**



Suchý olej na opalování SPF 30,
399 Kč, **Dermacol**

Hydratační BB krém s SPF 50,
Hydra Water Plump 40 ml,
449 Kč, **Yves Rocher**



Volnočasová obuv Buffalo,
1 599 Kč, **Deichmann**



Boty Rula, 2 990 Kč,
Hannah

Bright me up ochranný
denní krém SPF50,
399 Kč, Dermacol



Power green salad,
219 Kč, UGO Salaterie



Parfémová voda Bouquet Ambré 100 ml,
1 590 Kč, Yves Rocher



Horské kolo Spark 970, původní cena
68 999 Kč, nyní akční cena 34 999 Kč,
Intersport

Domácnost a doplňky

Flying Tiger Copenhagen
H&M Home
IKEA plánovací studio
INDECOR
orion
PEPCO
Potten & Pannen – Staněk
SCANquilt
Tescoma prodejní centrum

Drogerie a parfumerie

dm drogerie markt
Douglas
FAnn parfumerie
Marionnaud
Rituals
Teta drogerie

Elektro, multimedia a komunikace

DATART
F-mobil
iLoveServis
iStores Apple Premium Reseller
Mobil Pohotovost
O2 Czech Republic, a. s.
Smarty.cz
T-Mobile
Vodafone
Značková prodejna ETA

Gastronomie

Bageterie Boulevard
Black Coffee
Bombay Express
Bubble One
Burger King
Costa Coffee
Červené jablko
PB Česká kuchyně
Děti dětem – kafičko
Fruitissimo
KFC
KORU cafe
Lobster Bistro
LOBSTER Family Restaurant
Mango
McDonald's Šantovka
MEX-DAN restaurant

Caffe Opera
POP Bubble Tea
Popeyes
Spaghetti Parmigiano
Starbucks
TENMANYA – Running Sushi
UGO Salaterie

Hračky, knihy a dárky

Albi
BAMBULE
KNIHY DOBROVSKÝ

Klenoty, hodinky a doplňky

APART
Bijou Brigitte
Corial
Klenotnictví JOLLEO
Klenoty AURUM
PANDORA
SWAROVSKI

Móda a módní doplňky

Blažek
BRUNO FAMILY
BRUNO FASHION
BUSHMAN
C&A
CALZEDONIA
CAMP DAVID
CiAO di MaxTara
CityZen
CROPP
CROSS JEANS
Desigual
Draps
Fantazim collection
FERATT
Flamingo Fashion
GANT
GAS
H&M
HOUSE
Intimissimi
INTIMMO – spodní prádlo
KARA
Leder-Pellicce
Lee Cooper
LINDEX
Marionet

Marks & Spencer
meatfly
MODIANA
MOHITO
NEW YORKER
PRESS
RESERVED
RV FASHION
TAKKO
TATUUM
Terranova
TEZENIS
Tommy Hilfiger
TRIOLA
Triumph

Obuv a kožené zboží

Baťa
CCC
DaMa handbags & accessories
DEICHMANN
Dr. Kubba – zdravá obuv
ECCO
LARA BAGS
OFFICE SHOES
Rieker
Tamaris

Potravinry, delikatesy a speciality

Albert hypermarket
Amart
OXALIS - Čaj & Káva
CheeseMarket
Grizly
SONNENTOR
Tchibo
Vinotéka VINO FOL

Služby

Air Bank
Blue Style
Čedok
Česká pošta
Česká spořitelna
CEWE Fotolab
CK Victoria
EKO ČISTÍRNA by Softwash
EXIM tours a FISCHER
IKEA plánovací studio
INTERSPORT – servis

Kadeřnictví KLIER
Komerční banka
mBank
MONETA Money Bank
Raiffeisenbank
Ruční mytí aut Šantovka
Směnárna Tourist centrum
The Original Barber
The Original Walk-In Barber
TUI

Specializované prodejny

Art Studio
DON PEALO
EROTIC CITY
Florcentrum Foltýnová
GECO Tabák – Tisk
Chlebárna Hranice
Kryštof Květinář
Papírnictví +
pet center
allwyn
Trafika IQOS

Sport a volný čas

ALPINE PRO
Columbia Sportswear
Hannah
INTERSPORT
LOAP
NORDBLANC
NUTREND store
Relax
Sportissimo
Sport Vision

Zábava

Bambule – dětský koutek
BOWLAND Bowling Center
Premiere Cinemas

Zdraví a krása

DERMACOL
FAnn beauty centrum
Fielmann
Glamour Art
GrandOptical
Kodano Optik
Lékárna Dr. Max
MANUFATURA
NaniNails
PROFIMED
Yves Rocher



pb Česká kuchyně

Chuť poctivé české kuchyně

Máte chuť na svíčkovou, guláš, moravského vrabce nebo křupavý řízek? V PB Česká kuchyně pro vás připravujeme tradiční česká jídla z čerstvých surovin a s důrazem na poctivou chuť.

Dopřejte si oběd či večeři, ke kterým skvěle padne české pivo nebo točená malinovka.

Stačí si jen vybrat.



ŠANTAPKA

SLEVY NA ZNAČKOVÉ PRODUKTY A DÁRKY ZA NASBÍRANÉ BODY.
TO VŠE NAJDETE V APLIKACI ŠANTAPKA.

LOBSTER RESTAURANT & LOBSTER BISTRO

dárkový voucher na 500 Kč



Nyní
279 Kč

SLEVA
44%

+800 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~500 Kč~~



BOMBAY EXPRESS CHICKEN BIRYANI

s ice tea



Nyní
99 Kč

SLEVA
62%

+450 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~258 Kč~~



TCHIBO SLEVA 15 %

při nákupu 2 a více kusů
spotřebního zboží



Pouze

+150 bodů



KNIHY DOBROVSKÝ FANTASMA



Nyní
149 Kč

SLEVA
70%

+350 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~499 Kč~~



POHÁDKY PŘED SPANÍM



Nyní
149 Kč

SLEVA
70%

+350 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~499 Kč~~



POTTEN & PANNEN BB DETOX BIO

sypaný zelený čaj | 100 g



Nyní
209 Kč

SLEVA
61%

+400 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~599 Kč~~



GCCONE WAX DETAILING

EXTERIÉRU | cca 6 hod

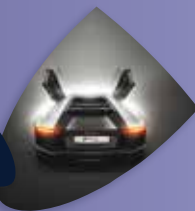


Nyní
1399 Kč

SLEVA
50%

+400 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~2845 Kč~~



PREMIERE CINEMAS VIP VSTUPENKA

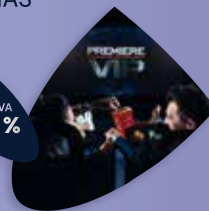


Nyní
439 Kč

SLEVA
27%

+200 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~599 Kč~~



GOLDTIME SLEVA 15 %

na hodinky a šperky BOSS



Pouze

+100 bodů



DRAPS SLEVA 200 Kč

při nákupu nad 1500 Kč



Pouze

+50 bodů



POTTEN & PANNEN SERVÍROVACÍ TALÍŘ

Ø 30 cm | světle modrá



Nyní
399 Kč

SLEVA
56%

+400 bodů

BĚŽNÁ CENA*
~~899 Kč~~



nashenuj mě

