

# DOVOLENÁ V DOBĚ COVIDU

Jaké státy jsou v zelených číslech? A kde v zahraničí si nechat udělat test? Jak je to s cestováním neočkovaných dětí? To je jen zlomek věcí, které musíte řešit, pokud chcete odcestovat do zahraničí. Pandemie se citelně podepsala na plánování dovolených a ukázala, s kým je vlastně lidé chtějí trávit.

TEXT: SOŇA KACEROVSKÁ

**B**ylo to tak jednoduché. Koupit letenku, zabalit si kufry a ze dne na den odletět na opačný konec zeměkoule. Všechny potřebné dokumenty šly během chvíle vyřídit on-line, a vám nezbylo nic jiného, než se těšit na vysněné chvíle mimo domov. Jenže pak přišla epidemie smrtícího viru a všechno se rázem změnilo, včetně bezstarostného pohybu napříč kontinenty. Dnes je potřeba mnohem pečlivěji plánovat, sledovat aktuální situaci s vývojem nemoci covid 19, být flexibilní a připravený na to, že věci nejdou vždy podle plánu.

„Byli jsme limitováni manžellovým termínem na druhou dávku očkování, zároveň jsme sháněli last minute, protože to vyjde nejvýhodněji. Ukázalo se ale, že to bude těžší než v minulých letech. Nabídka podstatně prořídla, často

neodpovídala našim požadavkům. Naštěstí se nám podařilo zhruba dva dny před odletem sehnat zájezd na Sardinii,“ popisuje Karolína Zábranská letošní výběr dovolené. Na rozdíl od předešlých let upustila rodina od vzdálených exotických zemí, které jí v současné době nepřipadají bezpečné. „Půjčili jsme si auto a projeli skoro celý ostrov, byli jsme překvapeni, kolik málo lidí jsme potkávali, jak na plážích, tak ve městech i v restauracích. Také náš hotel byl poloprázdný, jedna z jeho částí byla zcela zavřená, další neměly naplněnou kapacitu,“ dodává Karolína Zábranská.

Na poloprázdné pláže, hotely i bary narazili také další oslovení lidé, kteří se pandemii navzdory rozhodli pro dovolenou u moře. „Některé hotely v letošní sezóně vůbec neotevřely, a to například i v oblíbeném Řecku. Větší hotelové

resorty většinou vyčlenily kapacitu pro případnou izolaci pro klienty, u kterých by se v průběhu dovolené prokázal pozitivní test na koronavirus,“ sdělila Kateřina Nemravová z Asociace českých kancelářů a agentur.

## NEJISTOTA A ZMĚNA

Itálie, Chorvatsko, Španělsko nebo Řecko? Touhu po cestování rozhodně u Čechů pandemie neuhasila, jen se letos více drží u evropských břehů a tolik nevyrazí na jiné kontinenty. Podle průzkumu agentury Median, který si nechalo vypracovat Letiště Praha, lidé v době izolace postrádali ze všech volnočasových aktivit nejvíce právě cestování, teprve za ním následují návštěvy barů, kaváren a restaurací nebo kulturních akcí. Přestože letos už vyjždí za hranice více než loni, cestování jako v dobách před pan-

demii je zatím plně otázníků. Podle Asociace českých kancelářů a agentur pokleslo až o 50 procent.

Přání zaplavat si v moři nebo poznávat jiné kultury brzdí protiepidemická opatření v různých zemích, které většinou vyžadují od turistů očkování nebo negativní testy a elektronickou evidenci, strach z měnících se podmínek a nemoci samotné. Pokud by všechna pravidla a omezení neexistovala, vycestovalo by podle zmiňovaného průzkumu agentury Median okamžitě nebo do dvou měsíců 85 procent dotazovaných.

Spíše složitě vyřizování potřebných dokumentů zamotalo dovolenkové plány i kolegyni Vladě Šumberové. „Chtěli jsme už dlouho vyrazit na poznávací cestu po Skotsku, když jsem si však prostudovala, co všechno bychom k cestě potřebovali a zjistila, že je



Velká Británie stále ještě hodně riziková, raději jsme od toho upustili. V současné chvíli to vypadá, že se vypravíme do Rakouska do Alp, ale uvidíme, co bude v srpnu, kdy plánujeme vyrazit," vypráví a dodává, že jistě je pouze to, že se její šestičlenná rodina nebude válet na pláži.

Obvykle o dovolené chodí po horách, jezdí na výlety a po různých atrakcích, kde se její čtyři děti mohou vyřádit. „Vybíráme pouze lokalitu a konkrétní aktivity ladíme až po příjezdu, když si projdeme nabídky v daném místě. Občas se i rozdělíme. Manžel a starší syn mají rádi výstupy na ledovec, já s druhým synem a dcerami se pak vydám k jezeru nebo někde na hřiště. Snažíme se, aby si každý během společné dovolené užil, co ho baví. Máme štěstí, že se na mnoha věcech shodneme. Kompromis je pro nás

vlastně důležitější než výběr lokality," shrnuje Vladka úskalí, které rodinné cestování přináší.

#### OČEKÁVÁNÍ VERZUS REALITA

Pro případ změn podmínek cestování v zahraničí je dobré mít v záloze více možností, být flexibilní. A jak radí někteří psychologové, vyplatí se při plánování rozumná domluva s celou rodinou, se všemi, se kterými budete dovolenou trávit. Vyvarujete se tak možným emočním výbuchům. Ty totiž hrozí poté, co se konečně rozhodnete, kam vyrazíte, vyřídíte vše potřebné a po bezproblémovém překročení hranic můžete mít kvůli nahromaděnému stresu pocit, že byste nejraději nechali drahou polovičku a děti někde na dálnici na benzínce nebo je ubytovali v pokoji hodně daleko od vás. „Doporučuji si před cestou říct nebo ideálně sepsat vzá-

## DOVOLENÁ V ČÍSLECH

Podle průzkumu Holiday Barometer společnosti Europ Assistance bylo minulý rok na dovolené pouze 41 % dotázaných Evropanů, letos v létě jich za odpočinkem pojede více než polovina (57 %), kterou lákají především přímořské země, nejvíce Španělsko. To jako svoji cílovou destinaci uvedli respondenti z pěti z celkových jedenácti evropských zemí.

Průzkum ukázal, že jsou Češi na rozdíl od Italů, Francouzů, Poláků, Portugalců a Britů ochotni moře oželeť a volno trávit nejraději v přírodě.

Nadpoloviční část tuzemských respondentů vyrazí na dovolenou autem, kdežto přepravu letadlem má v plánu 21 % českých účastníků průzkumu.

Podle průzkumu, který si nechala zpracovat společnost Sodexo Benefits, tráví dovolenou doma, na vlastní chatě či chalupě anebo u příbuzných zhruba 30 % lidí. Mezi chalupáři možná poněkud překvapivě nevedou Pražáci, ale obyvatelé Královéhradeckého, Karlovarského a Moravskoslezského kraje (shodně po 20 %). Obyvatelé Prahy spolu s Jihočechy a Karlovaráky pak často budou trávit léto u příbuzných. 17 % dotazovaných Čechů pojede pod stan.

— INZERCE ▼ —

# 1/4



## ROZPOČET

Zásadní věcí, kterou byste měli před dovolenou řešit, je i rodinný rozpočet. Pamatujte, že dovolená je od slova „dovolit si“, abyste si mohli dopřát to, co v běžném životě není standard a nepřepočítávat každé euro za zmrzlinu. Počítejte však s tím, že ceny oproti předešlým rokům vzrostly. „Velká část hotelů není vůbec otevřená a leteckých spojení je řádově méně, prodávají se letecké zájezdy za vyšší ceny. Odhadujeme, že je jejich průměrná cena v letošní sezóně o 8 % dražší,“ podotýká Kateřina Nemravová z Asociace českých kanceláří a agentur. Nezapomeňte ani na finanční rezervu, měla by být v hotovosti, v eurech nebo místní měně a cestovní pojištění.

jemná očekávání a ujasnit si možnosti, kam vlastně vyrazit. Součástí rodinné domluvy by měl být i plán B pro případ špatného počasí nebo zklamání z výběru lokality. Myslete na to, že každý má právo na špatnou náladu, ale nemá právo kazit ji ostatním,“ radí Jitka Ševčíková, mentorka a lektorka emoční inteligence. V potaz byste měli vzít také věk dětí a jaké jsou jejich potřeby. „Pokud vy jste extrovert a máte dítě v předpubertě a ještě introvertní, věnujte plánování dovolené mnohem více pozornosti,“ podotýká lektorka. Nemá cenu nutit introvertní dítě do animačních programů, také rozdivočelý puberták s vámi nebude chtít každý den vstávat před snídaní, abyste mohli vyrazit na celodenní túru. Nedostatek respektu a vnímavosti je cestou k hádkám a špatné náladě, škody dokáže napáchat i přehnaná empatie. Obtěžující je třeba neustále dotazování, zda-li je druhý namaзанý opalovacím krémem, nechce zmrzlinu nebo jestli se nenudí.

Že domluva může fungovat jako prevence proti hádkám si vyzkoušela i Karolína Zábranská, která kromě manžela a syna vzala na dovolenou na Sardinii i svoji matku, se kterou, jak sama říká, bývá občas velmi těžké pořízení. „Dohodli jsme se, že vynechá svůj zpravodajský servis, kterým je zvyklá zásobovat všechny lidi v okolí. Vysvětlila jsem jí, že si na dovolené chci odpočinout a o covidu nechci

slyšet vůbec nic, stejně jako o jiných drastických událostech. Zafungovalo to a máma se soustředila raději na vnouče, stala se babičkou na plný úvazek. Dokonce si vzala syna k sobě do pokoje a mohli jsme tak s manželem zůstat sami a mít celý pobyt soukromí. Já zase zavřela oči nad tím, že synovi podstrojovala více než bych si přála,“ pochvaluje si čtyřicetiletá žena s tím, že dovolenou si nakonec užili všichni.

### SPOLEČNĚ NEBO ZVLÁŠTĚ

Právě o odpočinek, nabrání sil a příjemné chvíle bez stresu jde především. Dovolit si můžete třeba vypnout mobil, nereagovat na ka-

i s denním režimem, který musíme přizpůsobit dvouletým dvojčatům a staršímu sedmiletému synovi. Pronajali jsme si tedy chalupu na Lipně, abychom měli pohodlí,“ popisuje Jelena Roubíčková, proč se na rozdíl od předchozích let rozhodla ušetřit si nervy a prosadit si dovolenou bez vrtochů příbuzných. Doplňuje, že i jim se nakonec ulevilo, protože budou mít klid, kterého by se jim s dětmi za zády těžko dostávalo.

Dovolené v rámci širší rodiny přinášejí mnoho krizových momentů nejen kvůli různým rituálům, ale i kvůli odlišným očekáváním a případným změnám v programu. A než neustále něko-

kruhu rodinném a zbytek v páru, s přáteli nebo každý sólo “ doporučuje Jitka Ševčíková.

### ODPOČINEK BEZ VÝČITEK

Univerzální recept, jak trávit volný čas a které místo si vybrat, kam vyrazit, neexistuje. Můžete si užít odpojení od wifi, obyčejné lelkování bez výčitek, adrenalinové sporty, manuální činnosti jako je sekání dřeva, hrabání sena nebo práce na farmě. Někomu vyhovuje plánovat ze dne na den podle nálady a počasí, protože se nebojí případných zádrhelů a nemá problém se adaptovat na novou situaci, jiný potřebuje mít vše přesně nalajnováno, a pokud se cokoliv pokazí, velmi ho to stresuje.

Vše pod kontrolou mít nelze a krizové situace často neovlivníte, vaše reakce na ně ale ano, což může cestování podstatně usnadnit. „Kompromis je mnohdy nevyhnutelný, přesto je vždy ideální hledat shodu. Vyžaduje však vysokou míru emoční inteligence, komunikace, času, i sebepoznání, přiměřenou dávku empatie a ochoty regulovat své emoce. Jak dobře známe sebe, do té míry můžeme pochopit a respektovat potřeby druhých. Přirovnávám to často ke hře v šachy: které pěšáky jste ochotni obětovat a které figurky jsou tak důležité, že je nedáte, protože bez nich si nezaahrajete?“, uzavírá mentorka a lektorka Jitka Ševčíková. ●

sona.kacerovska@mfdnes.cz

*Během dovolené jde hlavně o načerpání sil, pohodu, zážitky nebo poznávání. Vyrazte proto jen s tím, s kým opravdu chcete.*

ždý dětský vrtoch, trávit volný čas jen s těmi, se kterými opravdu chcete. „V předchozích letech jsme jezdili na dovolenou s manželovými rodiči, ale předloni jsem porodila dvojčata, pak přišla pandemie a já si najednou uvědomila, že letos si chci ten čas opravdu užít, aniž by mě tchyně poučovala a tchán se tvářil kysele. Nehledě na to, že mají jiné představy o trávení času než já s manželem, problém by nastal

mu ustupovat a přizpůsobovat se aktivitám, které vás netěší, je někdy třeba i lepší na mezigenerační pobyt vůbec nejít. „Pokud jeden z páru nesouhlasí se společnou velkou rodinnou dovolenou a druhému se nechce jet jen v páru, nabízí se možnost oddělené dovolené. Cílem je znovuoobnovení sil a energie, ne zvýšení napětí a totální vyčerpání. Řešením je i část dovolené (například 3- 5 dní) společně v širším



## TIPY NA BEZPEČNÉ CESTOVÁNÍ

**1** Před každou cestou je dobré potřeba zkontrolovat web Ministerstva zahraničních věcí ČR, jehož Mapa cestovatele přehledně popisuje veškerá pravidla i jejich výjimky. Potřebný informační servis byste měli najít i na webových stránkách cestovních agentur a kancelářů.

**2** Oficiálně cestování po zemích Evropské unie zjednodušují takzvané covid pasy. V nich jsou uvedeny informace o výsledku testů, ukončené vakcinaci nebo o protilátkách po prodělané nemoci. Mají elektronickou podobu, a tak je ukážete jednoduše v aplikaci v chytrém telefonu, ale můžete mít covid pas i papírový.

**3** Detailně si prostudujte podmínky vstupu a odjezdu z vybrané destinace. S vysokou pravděpodobností se nevyhnete testu. Proto si ho naplánujte tak, abyste výsledky měli v ruce před odletem. Nespoléhejte na to, že výsledky PCR budete mít automaticky dříve než za 48 hodin, mohli byste prosvihnout let. Nechce si dostatečnou časovou rezervu. Ověřte si také, jestli vybrané letecké společnosti a destinaci stačí potvrzení o proděláné nemoci. Některé státy a lety to neakceptují. Jinde zas nestačí pouze certifikát, ale potřebuje i test.

**4** Promyslete způsob, jakým se chcete na místo dopravit. Auto poskytuje větší svobodu, můžete v případě potřeby měnit původní plány, podle momentální chuti, nálady a aktuálních nařízení v jednotlivých zemích. V letadle počítejte s dodržováním rozestupů, nošením respirátorů a dalšími hygienickými omezeními.

**5** Chcete-li strávit dovolenou v hotelu, musíte počítat s větší koncentrací lidí na jednom místě. Ne všichni musí nutně být očkovaní, dobré je proto dodržovat vhodná opatření. Podobné je to s návštěvou vnitřních prostor restaurací, muzeí, galerií. Apartmány nebo pronájem celého objektu zaručí nejen větší soukromí, ale

# 1/2