**Jak si užít dovolenou naplno?**

**Cestování po tuzemských i zahraničních destinacích patří k oblíbenému způsobu, jak změnit prostředí, relaxovat a získat nové zážitky. Přinášíme několik tipů, jak si dovolenou pořádně užít.**

**Plánujte, zažijete více a vyhnete se problémům**

Ať už trávíte odpočinkový čas v zahraničí nebo tuzemsku, je dobré si zvolit vhodné aktivity, díky kterým si volné dny užijete a zapomenete alespoň na chvíli na každodenní shon a starosti. Na začátku dovolené si připravte rámcový plán, co vše chcete po dobu volna zažít. S ohledem na počasí, myslete na všechny varianty. Zjistěte si, jaká zajímavá místa lze v okolí navštívit a co se dá v dané oblasti podniknout.

Milovníci historie ocení při svých cestách poznávání významných historických monumentů. Zjistěte si předem informace, zda místa, která chcete navštívit, jsou zpřístupněná návštěvníkům, jakou mají otevírací dobu a výši vstupného. Budete se tak moci lépe připravit a svůj program přizpůsobit.

**Mějte „mokrou“ variantu**

Počasí je nevyzpytatelné. Pokud vám přát nebude a zkazí plány, nezoufejte a mějte připravené příjemné alternativní řešení. Při nepřízni počasí a volné chvíli se vám bude hodit například knížka, na níž jste v běžném režimu neměli čas nebo můžete shlédnout na počítači nebo tabletu svůj oblíbený film či nový díl sledovaného seriálu.

„Ideální volbou je v takovém případě využití služby televize přes internet. Archiv s 400 filmy, shlédnutí pořadu až 30 dní zpětně či automatické nahrání všech dílů sledovaného seriálu zajistí dostatečný program pro celou rodinu,“ doporučuje Pavel Górecki z Lepší.TV.

**Nepracujte, více si odpočinete**

Ať už budete svou letní dovolenou trávit aktivně či pasivně, odpočívejte a nemyslete na práci. „Pro načerpání sil do dalšího pracovního roku doporučuji po dobu dovolené neřešit pracovní záležitosti,“ radí Zuzana Lincová, ředitelka Profesia.cz.

Dopřejte si dobré jídlo, dělejte aktivity, které Vás baví a načerpejte novou energii. Vaše tělo i mysl to ocení.