

# Kilometry v S DĚTMI



Klára Kubíčková

 PRESS

# Kilometry s dětmi

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.cpress.cz](http://www.cpress.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Klára Kubíčková**  
**Kilometry s dětmi – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2022

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**

Kilometry s dětmi

Klára Kubičková



 P R E S S



## Poděkování

---

Bohdaně, Karolíně, Zuzce a Richardovi za fotky

Petře za název, který se jí zjevil ve snu

Aničce za konstruktivní připomínky k textu

Kryštofovi, Sebastiánovi, Kubovi a Ronje za to, jací jsou

# OBSAH

## JEDEME VEN

9

## Kapitola první ZAČÍNÁJÍCÍ

16

## Kapitola sedmá EKOLOGICKÁ

114

## Kapitola osmá NEBEZPEČÍ

134

## Kapitola druhá BALICÍ

32

## Kapitola devátá O ŽIVOTĚ BEZ AUTA

150

## Kapitola třetí STRAVOVACÍ

54

## Kapitola šestá MOTIVAČNÍ

102

## Kapitola desátá POTKÁVACÍ

164

## Kapitola pátá PLÁNOVACÍ

86

## Kapitola čtvrtá OBLÉKACÍ

74

# TRASY VÝLETŮ



trasa 1 – str. 27, trasa 2 – str. 49, trasa 3 – str. 69, trasa 4 – str. 81,  
trasa 5 – str. 97, trasa 6 – str. 109, trasa 7 – str. 129, trasa 8 – str. 145,  
trasa 9 – str. 159, trasa 10 – str. 169





# J E D E M E V E N

## Kdo jede ven

Klára. Matka čtyř dětí ze dvou vrhů (starší mají přes dvacet, mladší devět a tři roky), novinářka, milovnice táborů a vaření pro spoustu táborníků. Nejdál byla na Sokotře v Arabském moři, nejbliž brázdí okolí Brna, každý týden aspoň jeden pořádný výlet, jinak ji začnou svrbět nohy a je protivná.

Jakub. Když měl rok, stanoval v České Kanadě, ve dvou už prošel Brdy, ve třech rumunský Banát, Vysoké Tatry a absolvoval zčásti po svých a zčásti v nosítku osmdesát kilometrů přechodu Šumavy a Bavorského lesa. Ve čtyřech vylezl sám na Sněžku. Miluje Minecraft, to mu ale v cestování nebrání.

Ronja. Nejmladší člen našich výprav. Své první vlastno-  
nožní tři kilometry po značce ušla tři týdny poté, co se naučila chodit. Prošla Orlické hory, Krkonoše i Jeseníky, sama zatím vylezla „jen“ na Ruprechtický Špičák.

## Proč jedeme ven

Důvodů je mnoho. Čistý vzduch, kontakt s přírodou, poznávání nových míst. Překonávání vlastních limitů, posouvání hranic, zážitky. Pro mě je hlavním důvodem, proč jet s dětmi ven, ten samotný čas. Kvalitně strávený čas. Zní to jako hrozné klišé, že? Jenomže tam venku není myčka, která by na mě pípala, že ji mám vyklidit. Není tam počítač s prací, která by mě co pět minut odváděla od dětí k mailu. Není tam pračka, která chce nacpat prádlem, ani smeták, který touží zametat. Když jdu s dětmi na celý den ven, jsem jen s nimi. Jdeme po značce, lesem, pod širým nebem, koukáme kolem a mluvíme spolu – o tom, co vidíme. O tom, co vidíme uvnitř.

Chůze je forma meditace. A když jdeme s dětmi, čas od času se dostaví ten kouzelný pocit, že jsme jen my a ony a nic přidaného, že máme jen to, co si neseme na zádech a v sobě. A tak krok za krokem nenacházíme jen cestu k cíli, ale i cestu k sobě navzájem. Kdybychom jeli autem, jednoduše a tam, kde to známe, kdybychom šli do zoo nebo do blízkého parku, meditační stav, který znám z výletu, by se nedostavil. Možná potřebuje vidinu horizontu, možná potřebuje trochu složitější prostředí k tomu, aby se vyjevil, možná se rodí ze situací mimo komfortní zónu.

Každý jezdí na výlety, výpravy nebo jako turista s nějakým cílem. Někdo chce poznat cizí kraje, kulturu, zvyky, jídlo, někdo si chce odpočinout u moře a někdo zdolat vrcholy. Já jezdím hlavně pryč z města. Do lesa, do krajiny. To mě nabíjí. Nejedu do Prahy, abych viděla orloj, ale proto, že z ní vedou koleje do Jinců v Brdech. Nezajímají mě Košice,

vystupuji ve Spišské Nové Vsi, abych se dostala do Slovenského ráje. Nepotřebuji se naložit do pramenů v Băile Herculanene, mířím dolů do lesů Banátu. A děti беру s sebou.

Jeli jsme před lety s Jakubem prozkoumat zamrzlý Hornád. Stává se to jen jednou za mnoho let, že ta dravá řeka pod kovovými a dřevěnými žebříky a pod řetězy zamrzne. Když jdete po ledu a pod jeho tloušťkou hučí divočina, vidíte Prielom Hornádu tak, jak ho v létě vidí vodáci, ale ještě jinak. Klouže to. Brzy se stmívá a je zima. Musíte hledat cestu tam, kde led drží, a roztátá místa přelézat složitě přes kopce, které se zdvihají z vody. Nakonec jsme se museli po několika kilometrech otočit a jít nazpátek, protože u ústí Bílého potoka byl led příliš tenký. Bydleli jsme tehdy v penzionu na Podlesku. Tu cestu jsem si vypřála v redakci, kde jsem pracovala, dostala jsem povolení si udělat výlet na prodloužený víkend a napsat reportáž o zamrzlé řece. Tam jsme jeli nočním vlakem z Olomouce do Spišské Nové Vsi, ve spacím vlaku jsem Kubu v pět ráno, po pár hodinách neklidného spánku, musela vzbudit a vláčet na autobusové nádraží, odkud nám to na Podlesok jelo. Svítat začalo, až když jsme docházeli k penzionu. Ten večer, kdy jsme se vrátili z Prielomu, měl zmrzlé nožičky a zalezl do postele bez večere. Ale pořád jenom mlel o tom, že viděl zamrzlé ledopády a na nich ledolezce. Že poprvé v životě vařil na plynovém vařiči na sněhu a ledu a že to byla nejlepší kaše, jakou kdy jedl. Že slovensky se na shledanou řekne dovidenia. Že nešel po mostě přes řeku, ale po řece pod mostem. Přesto toto jeho nadšení nebyl hlavní důvod, proč jsem chtěla jet. Jistě že čtyřleté dítě si rozšířilo obzory, získalo nové zkušenosti a zažilo věci, které by u pohádek na YouTube nezažilo. Ale o to šlo až v druhé

řadě. Jela jsem předně proto, že jsem chtěla jet já. Kuba byl maximálně opečovaný. Kdybych ho neměla s sebou, šla bych složitější a delší trasu a u ústí Bílého potoka bych pravděpodobně riskla a trasu bych nezkrátila. Možná bych jela ten rok projít zasněžená Plitvická jezera. To, že jsem ho měla s sebou, neznamenalo, že bych ho nutila a trápila nebo šla za jeho možnosti. Ale to, že on měl s sebou mě, znamenalo, že vystoupí ze známého světa školka – domov – známá zábava a že se do ní vrátí s vědomím, co viděl a co dokázal. Že bude mít zážitky, které by mu školka, byť lesní, nedala. Nechtělo se mu vstávat do tmy a zimy a na začátku trochu fňukal. Sladit to, co miluje rodič, s tím, co potřebuje roční, čtyřleté nebo sedmileté dítě nebo nedejbože dvě tři děti různého věku, není snadné. Ale stojí to za to.

Možná milujete cestování, možná chcete vidět zamrzlý Hornád a říkáte si, že zamrzne i za deset let, až děti odrostou a bude pro ně snazší s vámi cestu absolvovat, půjdou po



svých, nebo je necháte u babičky, abyste si mohli dovolit někam jet. Jenomže to není potřeba. Vezměte je s sebou. Upravte trasu, hodte si je na záda do nosítka, připravte jim bezpečnou, byť hraniční zkušenost. Bonus je, že to zažijete spolu. Dospí se ve vlaku nebo doma. A vy budete vzpomínat na společný čas, který nezapadne mezi pípáním myčky a kontrolováním pracovních mailů.

Jezdíme bez auta. Nemáme ho. Jsme plánovaně takzvaná car-free rodina. Můžete to vnímat jako příliš složitou a nekomfortní cestu. Jenomže mít auto, nezažili bychom tolik věcí! Bylo by to jednodušší, ale také možná ne – vždycky mě rozčilovalo, že když dojedete někam autem, musíte se k němu také vrátit a limituje vás to, kde stojí. Nemůžete jít z jedné vlakové zastávky do druhé, ale musíte naplánovat okruh nebo jít tam a stejnou cestou zase zpátky. Navíc vezete spoustu krámů! Jednou jedinkrát v životě jsme ještě se staršími syny, než se narodili jejich mladší sourozenci, jeli autem na tábor. Obvykle jsme byli zvyklí sbalit se do gemmy a dvou menších dětských batohů a vystačit si s tím dva týdny. Ten rok, kdy jsme měli auto, jsme ani nemohli zavřít kufr, co všechno jsme najednou potřebovali!

Když jedeme vlakem, prostě musíme vyrazit, abychom byli na nádraží včas. Žádné odkládání, zkrátka jedeme. Vlak nepočká. Čas se nám nerozplizne tím, že by bylo možné vyrazit kdykoli, takže se nakonec vyrazí až po poledni, jak se to u autových rodin stává. Jednou jsme byli s partou kamarádů v Jeseníkách. Pobyt začínal v pátek v poledne a končil v neděli odpoledne. Jako jediní jsme jeli na společnou chatu vlakem – byli jsme tam první a odjížděli poslední z výletu rovnou na nádraží. Čas určený k pobytu jsme vytěžili na

maximum. Protože jsme jeli prvním vlakem a odjížděli tím posledním možným. Vlak nás učí disciplíně a dochvilnosti. A ano, je to místy náročné, stihnout přípoje a riskovat zpoždění. Ale vždycky to bylo spíš plus – v zemi, jako je Česko, která je pořád ještě protkaná trasami vlaků a autobusů a turistických značek, auto prostě nepotřebujete.

Možná chcete jet také a sbíráte odvalu, jak podniknout první výlet vlakem s dětmi po Česku.

Tato knížka vám ukáže, že té odvahy zas tak moc potřeba není.

„Sama s dětmi vlakem? To se nebojíš?“ ptají se mě kamarádi občas.

„Čeho?“ odpovídám obvykle.

Námítky jsou různé: že budou fňukat, že to neujdou, že vám to ujede, že se něco stane... Vždycky se něco stane a vždycky se to nějak vyřeší.

Prostě jedte.

Až se vrátíte, budete se na chodník před svým domem koukat podobně jako Bilbo Pytlík v Hobitovi – už tam začíná ta cesta, která vás může kdykoli strhnout.

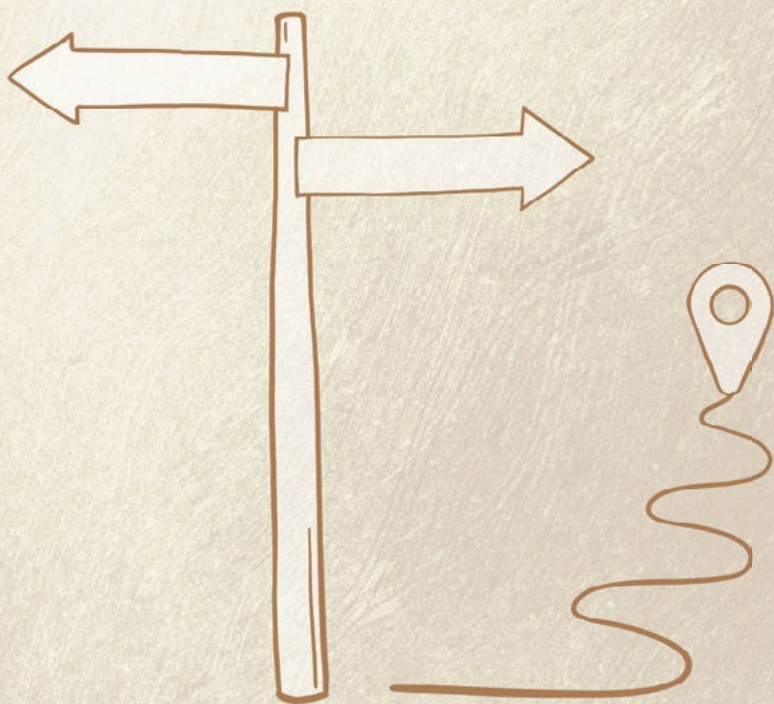


PŘÍRODNÍ  
REZERVACE



KAPITOLA  
PRVNÍ

# ZAČÍNÁJÍCÍ







Co když budou fňukat?

„Tobě se to jezdí, když jsou tvoje děti odmala naučené šlapat. To by ten můj pecivál nikdy neušel!“

„Tobě se to jezdí, když máš tak poslušné děti, že šlapou bez řeči na vlak a pak po značce. To ten můj divočák by neměl takovou disciplínu!“

„Tobě se to jezdí, když tvoje děti milují přírodu a nevdají jim vítr ani zima. To ten můj počítačovej expert neudělá bez tabletu ani krok.“

**Tak aby bylo jasno:** mám úplně normální děti. Ani moc divoké, ani moc poslušné. Všechny jedou v počítačích a jsou rády v teple.

Kouzlo je v tom, jak to mám já – a ony se prostě vezou se mnou. Miluju cesty nahoru a dolů, chodím ráda a i ve městě mě často uslyšíte říkat: „Než čekat deset minut na tramvaj, raději popojdu na další zastávku.“

Pokud se bojíte, že vaše dítě není žádný chodec, udělejte si doma jednoduchý pokus. Kupte si chytré hodinky, budou se vám tak jako tak hodit. Ty nejlevnější stojí pět stovek a úplně stačí. Ráno je nasadíte na ručičku svému dítěti. A celý den mu je nesundejte. Žijte, jak žijete. Školka, škola, kroužky, procházka, nákup. A večer se podívejte, kolik kilometrů vaše dítě za den ujde (některé hodinky měří co mávnutí ruky to krok a počítají s dospělými kroky, takže jestli měříte kroky úplně malého dítěte, prostě počet kilometrů, které hodinky ukazují, vydělte dvěma). Dokonce i když děláte taxikáře a používáte spíš auto než hromadnou dopravu na běžné cesty po městě, zjistíte pravděpodobně, že vaše dítě nahopsá za den dobrých osm devět kilometrů. Kdyby vás s ním někdo postavil na start turistické trasy a na šipce směrem k lesu by stál nápis „Domov – 9 kilometrů“, asi byste se lekli, že to vaše dítě neujde. Ale děti jsou od nатуry chodci. Ujdou to s přehledem. A možná budou večer méně utahané než vy.

Přesto existuje spousta metod, jak dítě dostat od obrazovky do lesa: