**Podróż niejedno ma imię!**

**Podróże kształcą i poszerzają horyzonty. Dają możliwość odpoczynku od codziennych obowiązków**

**i poznania nowych miejsc. Bywają także wyzwaniem, inspiracją do otworzenia nowego biznesu, szansą na naukę języka obcego czy odkryciem obrazów, z których będziemy czerpać dobrą energię przez cały rok. Choć czasami trudno jest znaleźć czas na wyjazd – warto! Korzyści mogą przerosnąć nasze oczekiwania.**

Podróże są nie tylko przyjemnością i okazją do odpoczynku, ale często także wyzwaniem. Jadąc w nowe miejsca, powinniśmy być otwarci na nowe, ciekawe doświadczenia, a zarazem dobrze przygotowani do danego klimatu, terenu czy aktywności, które zaplanowaliśmy. Wszystko to nabiera też większego znaczenia, gdy nasze cele są bardziej ekstremalne.

**Wspiąć się na sam szczyt – poznać swoje możliwości!**

Łączenie wyzwań sportowych z biznesowymi to umiejętność wyróżniająca osoby przedsiębiorcze. Kiedy większość z nas witała nowy rok (2018) na balach, imprezach lub koncertach, Natalia Bogdan – prezes Agencji Rekrutacyjnej Jobhouse – zdobyła Kilimandżaro. To jedna z wypraw, na którą nie można się zdecydować spontanicznie – wymaga ona bowiem odpowiedniego przygotowania, nie tylko logistycznego.

*Taka wyprawa wymaga wielomiesięcznych przygotowań, odpowiedniej diety, planu treningowego. Jest też niewyobrażalnym wysiłkiem i przede wszystkim walką z własną psychiką. Jednak osiągając szczyt, można przekonać samego siebie, że niemożliwe nie istnieje. To sprawdzian wytrwałości, motywacji, siły*

*i naszych możliwości. Postawienie sobie wyzwań oraz sprostanie im daje nie tylko ogromną satysfakcję, ale wpływa na nasze życie, buduje pewność i wiarę w siebie –* mówi Natalia Bogdan.

Wyzwania należy dopasować do swoich możliwości i – jeśli jest taka konieczność – odpowiednio się do nich przygotować. Warto decydować się szczególnie na takie, które pozwalają nam wyjść poza tzw. strefę komfortu. Dla jednych będzie to podróż autostopem, nurkowanie czy wycieczka quadem, dla innych – wejście na najwyższy szczyt Afryki, ale pozytywny efekt i motywacja do dalszego działania będą takie same!

**Smakuj, doświadczaj i czerp inspirację!**

Najlepsze podróże to te, podczas których możemy poznać kulturę danego miejsca od kuchni – gdy smakujemy miejscowe jedzenie, uczestniczymy w wydarzeniach kulturalnych, nawiązujemy kontakty

i dajemy ponieść się atmosferze odwiedzanego miejsca. Zwłaszcza jeśli dana kultura jest różnorodna, bogata i zupełnie inna niż nasza. Takie na przykład są Bałkany. To kraina, która łączy ze sobą przewidywalne z nieprzewidywalnym i zdecydowanie wyróżnia się tradycyjną gościnnością – jej mieszkańcy chętnie podejmują turystów i częstują ich regionalnymi przysmakami.

*Ogromna fantazja, nieujarzmiona energia i pyszne, wyraziste smaki* – *tak można pokrótce podsumować wrażenia z moich licznych podróży po krajach bałkańskich* – mówi Rafał Grabowski, właściciel restauracji Na Bałkany. I dodaje: *Tamtejsza kultura kulinarna, lokalne restauracje, panujący w nich klimat zainspirowały mnie na tyle, że postanowiłem przenieść je do Warszawy. Po wielu podróżach, degustacjach i rozmowach razem z Violą Stanisławską założyliśmy miejsce inspirowane tradycyjną kuchnią tych terenów, by miłośnicy podróży i dobrych smaków mogli mieć je w stolicy na wyciągnięcie ręki.*

Cały wachlarz emocji i przeżyć, jaki towarzyszy nam podczas podróży, pobudza naszą wyobraźnię

i pozwala na nowo spojrzeć na nasze życie. Bywa świetnym momentem do poszukiwania swojej drogi

i wyznaczania celów. Nawet jeśli odwraca to czasem nasze życie do góry nogami!

**Nauka podczas urlopu? Z przyjemnością!**

Wyjazd za granicę to także doskonała okazja, by w praktyce sprawdzić naszą znajomość języków obcych. Zanurzenie się w języku to jeden ze skuteczniejszych sposobów na efektywną naukę: uważne słuchanie otoczenia, zapamiętywanie nowych zwrotów czy słówek – na tym warto się skupić. Aby efekty były jeszcze lepsze, należy korzystać z każdej okazji do rozmowy – przełamywać własne bariery i obawy. Na wyjazd można zabrać pomoce naukowe – świetnie sprawdzą się tu np. fiszki, które bez problemu spakujemy nawet do podręcznego bagażu. Zajmują niewiele miejsca, a pomogą zapamiętać najbardziej przydatne słówka i utrwalą zdobytą wiedzę.

*Zachowanie ciągłości w nauce języka obcego jest niezwykle ważne. Gdy decydujemy się na takie metody nauki, które są dla nas przyjemne, nie musimy obawiać się, że dopadnie nas zniechęcenie. Nawet podczas urlopu, kiedy to za dużo nam się nie chce* – mówi Patrycja Wojsyk, redaktor naczelna w Wydawnictwie Cztery Głowy, publikującym skuteczne narzędzia do nauki języków obcych. Dodaje też: *Fiszki to niezbędnik w każdej podróży! Można nauczyć się z nich podstawowych słówek i zwrotów, które pomogą nam porozumieć się w lokalnym języku. Fiszki mogą nam także pomóc w szlifowaniu już znanego nam języka – dostarczając podczas wyjazdu codziennej porcji przydatnych w komunikacji słówek.*

Gdy wyjeżdżamy za granicę, warto przede wszystkim odważyć się na to, by mówić w lokalnym języku – choćby używając tylko podstawowych zwrotów. Nawet jeśli popełnimy błąd, zostanie nam to wybaczone. Najważniejsze, by towarzyszył nam szeroki uśmiech i przyjazne podejście do spotykanych osób.

**A może by tak nie wracać…**

Powroty z podróży, szczególnie tych bardzo udanych, potrafią być trudne. Przyjeżdżamy z głową pełną nowych wrażeń, przeżyć i inspiracji. Szukamy sposobów, by na dłużej zatrzymać magiczne chwile

i wspomnienia. Nawet tysiąc zdjęć zrobionych podczas wyjazdu nie zaspokaja naszej tęsknoty za odwiedzonymi miejscami. Często decydujemy się na obraz przedstawiający jakiś zapamiętany czy utrwalony na zdjęciu widok, by w domu czy w biurze cieszył nasze oczy.

*Podróże dostarczają nam dużej dawki doznań estetycznych, wrażeń, które pozostają w nas na dłużej. Zazwyczaj z każdej wyprawy wracamy z kilkoma widokami, które wywołały w nas pozytywne emocje.*

*I naturalnie chcemy mieć je blisko, na odległość wzroku, by móc czerpać z nich dobrą, wakacyjną energię przez lata –* tłumaczy Agnieszka Gniotek, marchand sztuki, właścicielka galerii i domu aukcyjnego Xanadu. – *Zauważyłam, że coraz większym zainteresowaniem podczas aukcji sztuki młodej cieszą się obrazy – pejzaże, przedstawiające widoki* *z odwiedzanych* *miejsc. Przystępna cena dzieł młodych artystów przekonuje moich klientów, by nabyć oryginalny obraz, który będzie nie tylko pamiątką, ale także dobrą inwestycją na przyszłość* – dodaje.