

Letní dovolená se nejlépe plánuje už teď. Udělá nás šťastnější!



Letní last minute, zrychlené balení věcí, cestovní horečka a stres. Asi tak vypadá pro většinu z nás plánování dovolené. Z krásného zážitku se tak...

Ačkoli je léto ještě v nedohlednu, nejlepší čas na plánování dovolené je už nyní. Hned z několika důvodů se vyplatí neotálet. Kromě toho, že budeme mít více času na přípravu a lépe si vše zorganizujeme, budeme mít i větší radost. Výzkum totiž ukázal, že největší štěstí nám nepřináší samotná letní dovolená, ale těšení se na ni.

Letní dovolená? Nejdůležitější je příprava

Letní *last minute*, zrychlené balení věcí, cestovní horečka a stres. Asi tak vypadá pro většinu z nás plánování dovolené. **Z krásného zážitku se tak stává vyčerpávající období a místo relaxu si nadělíme další starosti.** Letní dovolená se nejlépe plánuje se značným předstihem. Nejen proto, že budeme mít věci víc pod kontrolou, lépe vše nachystáme a ušetříme si stres. Ale hlavně proto, že se nám podaří mít z letního zážitku ještě větší radost, než obvykle.

Ať už chceme jet k moři, za turistikou anebo památkami, dobrý pocit z dovolené ještě **znásobíme**, když se na ni budeme **dlouho těšit**. Letní dovolená nám přinese radost ještě před tím, než na ni

vyrazíme.

- Výzkum v **Nizozemsku** mezi místními obyvateli ukázal, že největší pocity štěstí neprožíváme na dovolené, **ale před ní**.
- Vědci pocit štěstí přičítají **plánování dovolené** a těšení se na ni.
- Výzkum provedli mezi 1500 Nizozemci.

Jak si plánování dovolené co nejvíce užít

Nizozemští vědci nepřišli jen na to, co nás dělá nejvíce šťastnými. Zjistili také, jak si plánování dovolené maximálně užít. **Ideální je rozdělit si dovolenou na více kratších úseků**. Než vyčerpat 14 dní v kuse, je **lepší si ji vybrat vícekrát za rok**. Budeme se častěji těšit, tudíž budeme mít častěji radost. Zjistěte, [kam na dovolenou](#) podle znamení zvěrokruhu.

8 tipů pro pohodovou letní dovolenou

- **Informace o dovolené se vyplatí mít pohromadě**. A že jich není málo. Letenky, pojištění, seznam věcí anebo ubytování. Práci nám usnadní speciální aplikace. Na trhu jich naštěstí existuje celá řada.
- **Pokud cestujeme s dětmi, vyhradme si čas na obzvlášť pečlivé plánování**. A nenechme se vyvézt s míry tím, že něco nepůjde podle našich představ. Pro pohodlné cestování si můžeme vybrat speciální aerolinky pro rodiny.
- **Plánování dovolené přesně podle našich požadavků je sice skvělé, ale o dost náročnější**. Letní dovolená s cestovní kanceláří naplánuje velký kus pobytu za nás. A my si ušetříme stres.
- **S plánováním neotálejme**. Včasným nákupem letenek, jízdenek anebo hotelových pobytů ušetříme a navíc vyřešíme nejdůležitější část dovolené hned na začátku.
- **Pokud nás stresují davy lidí, volme příjemnější variantu**. Najdeme si turisticky méně vyhledávané lokality. Vyhneme se frontám, přeplněným plážím a poznáme nová místa.
- **Rozdělme si úkoly**. Všechno nemusíme zařizovat jen my. Ať už [cestujeme s partnerem](#) anebo přáteli, o povinnosti se podělme. Nebudeme už na začátku dovolené úplně vyčerpaní.
- **Neplánujeme už naplánované**. Najdeme aplikace, které obsahují mapy měst, s nejlepšími atrakce, historické památky a doporučení na sestavení denních výletů. Ušetří nám čas i energii.
- **Letní dovolenou si můžete užít i sami**. Přečtěte si, jak na [single cestování](#).