

iPure^{CZ}

Polární záře iPhonem | 11* iPad | Úspěch Apple Watch
Čekáme na VR/AR | Kniha denně s Blinkist



iPure.cz 175/2021, pátý ročník | **Šéfredaktor a zakladatel:** Filip Brož

Redakce: Jan Březina, Jan Pražák, Marek Hajn, Daniel Březina, Jura Ibl, Karel Oprchal, Michael Vita, Jiří Matějka, Jan Netolička, Karel Boháček, Martin Adámek

Editor: Marek Nepožitek | **Překlad:** Ondřej Pikrt

Grafická úprava a sazba: Cinemax, s.r.o., www.cinemax.cz

iPurecz, s.r.o., IČ: 06481663 | **Kontakt:** redakce@ipure.cz

Proč vstávám v 5 ráno?

Editorial ■ Filip Brož

Jak se nezbláznit z lockdownu?
Vytvořte si pevné návyky a denní
harmonogram.

Já jsem například obnovil ranní klub vstávání v 5 hodin, abych měl svoji „zlatou“ hodinu jen pro sebe. Tu jsem si rozdělil na tři dvacetiminutové sekce. Dvacet minut pro cvičení, dvacet minut práce na svých cílech a dvacet minut četby či poslouchu. Funguje to skvěle. Spát chodím nejpozději v 10 hodin večer.

Myslím si, že velmi podobné principy aplikoval i Honza, který se před pár dny vrátil z karantény na Islandu. Podařilo se mu jen pomocí iPhone vyfotit úžasnou polární záři a roze-psal se o tom do nového čísla iPure. Honza Pražák oslavuje jedenácté výročí iPadu a Karel zase přednosti Apple Watch.

Danek oproti tomu hledí do budoucnosti – té virtuální. Na závěr je tu můj článek o službě a aplikaci Blinkist, kterou právě využívám nejen během dne a řízení, ale i ráno před šestou hodinou ve své dvacetiminutovce.

Jako vždy vám přeji inspirativní čtení.





Jak jsem fotil polární záři iPhone

Magazín ■ Honza Březina

Polární záři celkem pravidelně fotografuji posledních 10 let. Většinou v Norsku či na Islandu, ale už jsem měl to štěstí i v Kanadě nebo na Aljašce. Pokud jste dostatečně na severu, případně na Antarktidě, potřebujete mít štěstí na sluneční aktivitu, počasí, to správné fotografické vybavení a místo s minimálním světelným smogem. Takže s dostatkem zkušeností, vybavení a plánování to může vyjít. Anebo můžete mít obrovské štěstí, jako já na Islandu, a k tomu iPhone 12 Pro Max.



Fotografie bez úprav, širokoúhly záběr, 1/2 sekundy



Fotografie s úpravou, širokoúhly záběr, 1/2 sekundy

Focení polární záře je podobné jakémukoli astro fotografickému snažení. Aby výsledek aspoň za něco stál, tak již roky doporučuji následující výbavu. Základem je zrcadlovka či bezzrcadlovka s pokud možno velkým snímačem, která má co nejlepší odstup signálu od šumu. Na ni dáte hodně širokoúhlý a zároveň světelný objektiv. Oblíbil jsem si kombinace jako 14 mm f/1,4 nebo aspoň 14 mm f/2,8. No a pak už stačí jen stabilní stativ, dálková spoušť a ještě dostatek baterek, protože v chladném počasí rychle ztrácejí kapacitu.

Protože polární záře je poměrně dynamický jev, bohužel nejde fotografovat extrémně dlouhými expozičními časy. Z mojí zkušenosti nejlépe vychází expozice od jedné sekundy po cca deset sekund, podle typu a intenzity záře. To i se světelným objektivem většinou znamená nastavit citlivost (ISO) někde mezi 800–64 000, podle intenzity polární záře a podle množství světelného smogu.

JAK SE PLÁNUJE FOCENÍ POLÁRNÍ ZÁŘE

Lidstvo dnes disponuje neuvěřitelnými prostředky, které nám umožňují předpovídat skoro cokoli. Pokud se chystáte fotit polární záři, iPhone je skvělým pomocníkem na plánování. V App Store dejte

vyhledat slovo „aurora“ a vypadnou na vás doslova stovky aplikací. Všechny vycházejí ze stejných veřejně přístupných dat norských astronomů a NASA, liší se jen tím, jak je zobrazují a jaké předpovědi nabízejí. Moje nejoblíbenější je [My Aurora Forecast](#), kde najdete nejen předpověď intenzity sluneční aktivity (takzvaný KP Index), ale i zobrazení polohy polární záře na zeměkouli nebo třeba předpovědi pokrytí mraky. Jakýkoli KP Index vyšší než 2 stojí za pokus, cokoli nad 3 je velmi nadějně a propásnout čtyřku už by byl doslova hřích!

ANEBO PROSTĚ MÁTE ŠTĚSTÍ V NEŠTĚSTÍ

Byl jsem na Islandu již skoro měsíc a vůbec to nebyl záměr. Původně jsme měli být na ostrově jen týden a kromě jiného předpověď slibovala 2 noci s velmi slušnou šancí na „polárku“. KP Index 4 zněl slibně. Bohužel bylo celkem hodně mraků, takže jsme sice polární záři viděli ve vysněné destinaci u ledovcového jezera Jökullsárlón, ale výsledek nebyl nic moc. To se s polární září stává.

Před cestou zpět domů jsme si nechávali udělat test na covid a mně vyšel pozitivní, takže jsem musel 2 týdny zůstat v izolaci a nemohl jsem se



Fotografie s úpravou, širokoúhlý záběr, 1/4 sekundy



Fotografie bez úprav, ultraširokoúhlý záběr, 5 sekund



ProRAW s úpravou, širokoúhlý záběr, 1/2 sekundy

vrátit domů. V případě izolace nesmíte vůbec opouštět pokoj, takže když se mi na displeji iPhone objevil upozornění na ideální podmínky pro pozorování, vždy jsem si jen posteskl. Z okna izolačního hotelu v centru Reykjavíku toho moc nenafotíte.

A pak to přišlo. Konečně jsem se dostal z izolace a čekám na možnost letět zpět do ČR. Pořád jsem v hotelu Červeného kříže, ale měl jsem povolenou jednu procházku denně po Reykjavíku. Pozorovat polární záři ve městě není ideální, přesto jsem si 3 večery šetřil procházku vždy na čas kolem 22. hodiny, kdy vycházela šance na pozorování nejlíp. A třetí večer to vyšlo. Poprvé v životě jsem zažil KP Index 6 a tak intenzivní polární záři, že byla vidět i přímo v centru města přes všechny světelný smog.

Protože podmínky opravdu nebyly ideální, měl jsem Canon EOS R6 na stativu a dělal jednu cca 3minutovou expozici za druhou. Mezi tím jsem se kochal úžasnou polární září a trochu se nudil. A tak jsem se rozhodl vyzkoušet nový noční režim iPhone 12 Pro Max.

FOCENÍ POLÁRNÍ ZÁŘE IPHONEM

Na stativu byl fotoaparát, takže jsem musel fotit z ruky. Upřímně jsem od toho vůbec nic nečekal,

protože všechny předchozí pokusy fotit polární záři telefonem vždy dopadly zcela tragicky. A tak jsem pustil systémovou aplikaci Fotoaparát, zapnul ultraširokoúhlý objektiv, namířil na oblohu a nevěřil vlastním očím. Hned první fotka vypadala úžasně! Při přiblížení byla samozřejmě lehce neostrá, ale záře byla krásně vidět. A tak jsem začal experimentovat s nastavením. Udělal jsem následující zkušenosti:

- Z ruky nejlépe vycházely expozice dlouhé 3 nebo 5 sekund. 10 nebo 30 sekund jsem už prostě z ruky ostré neudržel, přestože jsem měl mobil opřený o kolenko. I tak je to neuvěřitelné, co nové iPhony zvládnou. Svou roli určitě hrál i vítr a teploty kolem nuly.
- Ultraširokoúhlý objektiv má horší světelnost než širokoúhlý, ale na polární záři je to bohužel kompozičně jediná možnost. Můžete si tedy vybrat mezi kvalitnějším záběrem, ve kterém máte jen výřez polární záře, a krásným záběrem celého horizontu s trochu horší kvalitou. Já volil většinou ultraširokoúhlý záběr.
- Opravdu skvěle funguje formát ProRAW. Dlouho jsem pro něj hledal uplatnění a výsledky byly o trochu lepší, ale opravdu jen o trochu. V případě polární záře dává focení do ProRAW ideální možnost využít všech skvělých chytrých vlastností iPhonu a zároveň neztratit možnost dalších úprav.
- Pokud chcete rovnou co nejlepší výsledek, nastavte si kompenzaci expozice cca -1 EV. Fotografie bude kontrastnější a barvy sytější. Pokud budete fotografie zpracovávat, je lepší fotit bez kompenzace.
- Udělejte co nejvíc fotografií, většina bude více či méně neostrá, tak ať máte z čeho vybírat.

Na Islandu jsem s iPhonem 12 Pro Max z ruky udělal lepší fotografie polární záře než Canonem EOS R6 s objektivem Samyang 14 mm f/2.8 AF na stativu.

černý bod, živost barev a pohnat si s ostrostí a proostřením. Vyvážení barev zvládl fotoaparát kupodivu sám tak dobře, že jsem na něj skoro nesahal. Stejně tak odšumění přímo od Applu bylo vynikající a také jsem ho nechal, jak bylo. Celkově byl můj zásah do fotografií minimální.

ZÁVĚR

Nikdy bych nevěřil, že napíši následující slova, ale je to tak. Na Islandu jsem s iPhonem 12 Pro Max z ruky udělal lepší fotografie polární záře než Canonem EOS R6 s objektivem Samyang 14 mm f/2,8 AF, který jsem měl vedle na stativu. Díky rychlosti iPhonu jsem měl mnohem víc snímků, ze kterých jsem vybíral, focení bylo jednodušší a hlav-



ProRAW s úpravou, širokoúhlý záběr, 1/2 sekunda




ProRAW s úpravou, širokoúhlý záběr, 1 sekunda

- Zkoušel jsem i noční video. Polární záře na něm vidět je, ale technická kvalita mě osobně nijak nenadchla. Tak daleko přeci jen ještě nejsme.

ZPRACOVÁNÍ FOTOGRAFIÍ PŘÍMO V IPHONU

Nejlepší snímky jsem se rozhodl zpracovat přímo v iPhonu, a to v systémové aplikaci Fotky, která podporuje formát ProRAW. Stačilo trochu přidat

ně výsledek byl okamžitě hotový, řekněme na 90 %. Z Canonu jsem sice dostal fotografie ve vyšším rozlišení, ale měl jsem jich jen desetinu, vyžadovaly výrazný processing a ve výsledku jsem mezi nimi vybíral mnohem hůř.

Takže bych rád smekl před inženýry z Applu. iPhone 12 Pro Max je dalším milníkem v historii fotografie. A za mě je to první chytrý telefon, kterým se mi podařilo opravdu krásně vyfotit polární záři. 



iPad jedenácté

Magazín ■ Jan Pražák

27. ledna 2021 oslavil iPad jedenácté výročí. Přimělo nás to, abychom se zamysleli a zhodnotili jeho přínos. Čím je tak unikátní? Je jen doplňkem nebo použitelným pracovním nástrojem? A jak moc se za více než dekádu proměnil?



V tento historický den roku 2010 vstoupil Steve Jobs, spoluzakladatel Applu, na pódium Yerba Buena Center v San Franciscu. Oznámil, že dnes chce představit velmi magické a revoluční zařízení. Samozřejmě na začátku prezentace uvedl pár statistických čísel, jak je dodnes zvykem.

Přijde mi zajímavé zmínit údaj o 140 000 aplikací v App Store. To se dnes zdá skoro až úsměvně při objemu aktivních zařízení nebo vývojářů po celém světě. Jobs dále pokračoval v řeči a bavil diváky. Připomněl obrat 15,6 miliard dolarů za předcházející kvartál. Odkud se tyto prostředky vzaly? Pouze z prodeje tří kategorií: iPod, iPhone a Mac.

DESET PŘIKÁZÁNÍ

Zmínil, že všechny tyto produkty jsou vlastně mobilními zařízeními. Obecnostvo rozesmál, když poukázal na komentář deníku The Wall Street Journal, který komentoval tehdy spekulované slovo tablet v technologickém světě: „Když mezi lidmi naposledy panovalo takové nadšení kolem tabletu, měl na sobě vyrytá přikázání.“

Možná si vzpomenete, že u této věty byl přiložen obrázek, který vyobrazoval biblický výjev s tabulkou deseti přikázání. Za to se Jobsovi dostalo potlesku. Následně ukázal historické okénko a vývoj

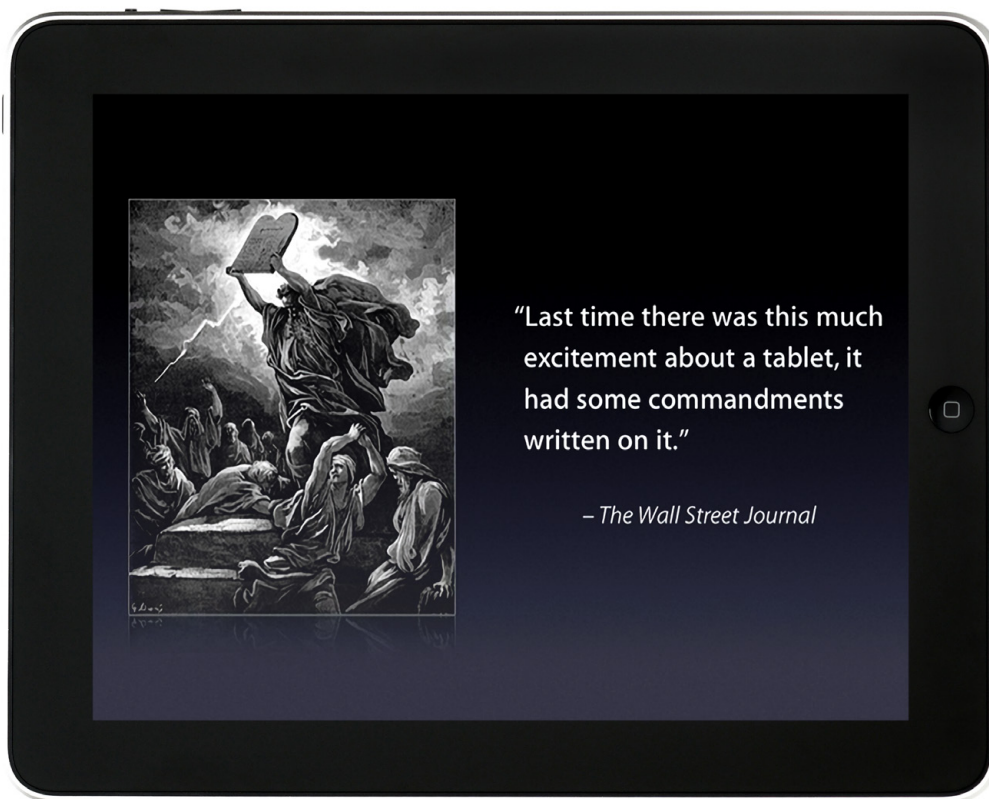
od prvního mobilního Macu z roku 1991 až k tehdejšímu modelům iPhone a MacBooku Pro. Skoro každý tehdy používal počítač a chytrý telefon. Byl tam ale prostor pro třetí kategorii?

STARTOVNÍ POZICE

Takové zařízení mělo být v určitých aspektech daleko lepší než telefon nebo počítač. Například pro prohlížení webu, používání e-mailu, prohlížení fotek nebo videí či poslech hudby a čtení elektronických knih. V tomto období začaly být populárními netbooky. Většinou se jednalo o málo výkonné, pomalé počítače s množstvím předinstalovaného softwaru. V neposlední řadě měly obrazovky velmi nízké kvality (často kvůli ceně). Netbooky nebyly v ničem lepší, byly pouze levnější než přenosné počítače.

Originální iPad nabízel obrazovku s úhlopříčkou 9,7", jednojádrový procesor A4 a úložiště s maximálním prostorem 64 GB. Destička zaručovala 10hodinovou výdrž na baterii, měla 30pinový konektor pro nabíjení a v neposlední řadě 3,5mm sluchátkový jack.

Na prezentaci bylo kromě iPadu ukázáno i několik zajímavých aplikací. Například nové iBooks (dnes Knihy) pro pohodlné nakupování i čtení elektronických knih. A Phil Schiller ukázal světu kancelářský balík optimalizovaný pro dotykovou obrazovku



iPadu. Tehdy ještě zpoplatněný a kompatibilní s verzí pro Mac.

Velkou novinkou byla také data. iPad v sobě ukrýval čip s 3G, který byl podstatně levnější než USB klíčenky s tímto modulem do počítačů. Nehledě na to, že jeho uživatelská přívětivost byla daleko lepší.

VŠE RŮŽOVÉ

Jsou tu však i minusy. První iterace velkého dotykového přístroje například neuměla multitasking. A třebaže iPhone 4 z téhož roku už nabídl jemné rozlišení displeje zvané Retina, iPad nic takového neměl ještě dva následující roky.

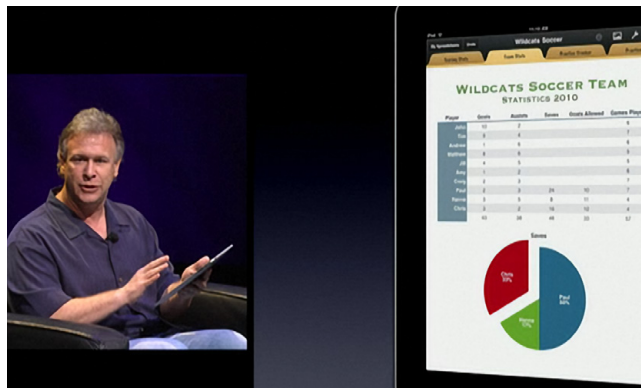
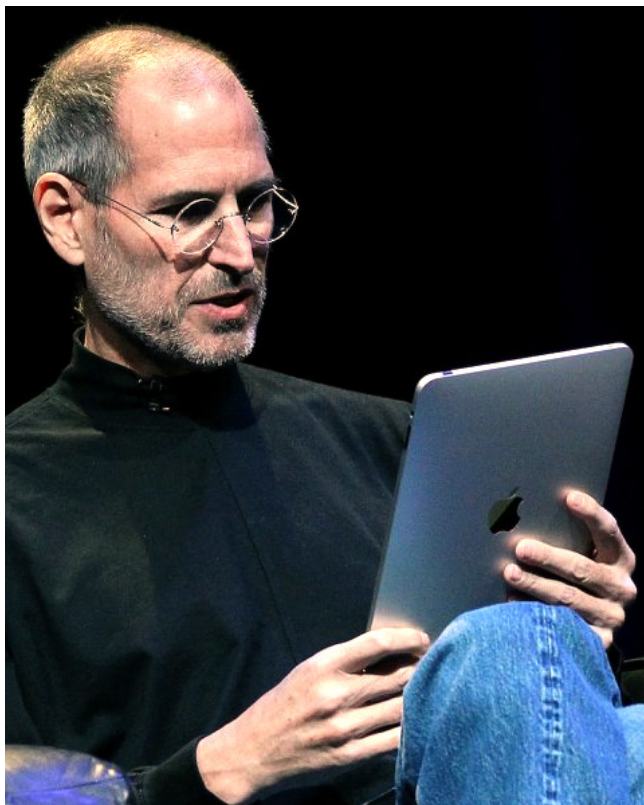
Najdeme u iPadu takové negativní body ještě dnes? Po jedenácti letech je k dispozici v 5 různých velikostech a výbavě. V nabídce najdete malý iPad mini, který dokáže lépe konkurovat největším velikostem iPhone a současně iPad Pro se skoro třinácti palci.

Nabízí však polovičatý systém iPadOS, který z něj již nedělá „daleko lepší zařízení“, než je chytrý telefon. Některé funkce má unikátní, jako je použití Apple Pencil nebo práce s dvěma aplikacemi současně. To je něco, co naopak chybí iPhoneům nehledě na jejich velikost. iPad stále zůstal na pomezí přenosného počítače a chytrého telefonu.

Komentář deníku The Wall Street Journal: „Když mezi lidmi naposledy panovalo takové nadšení kolem tabletu, měl na sobě vyrytá přikázání.“

V roce 2021 dokáže určité skupině nahradit plnohodnotné počítače. Pokud je vašim základním pracovním kamenem e-mailová komunikace, v posledním roce čím dál častější videokonference, nebo jste umělec, který rád kreslí a chce mít vše elektronické, iPad by vás měl zajímat. S připojenou klávesnicí se hodí i redaktorům nebo blogerům na delší datlování, ale například Magic Keyboard nestojí málo a iPad se může snadno stát trochu těžším na denní přesouvání.

Základní otázka by měla znít: „Chci zařízení, které mi nabídne možnost pracovat s klávesnicí a myší a po odpojení bude kreativním nástrojem na pohodlné čtení a kreslení?“ Jakmile je vaší odpovědí „ano“, iPad je přesně pro vás. Pokud tomu tak není, můžete investici použít pro nákup přenosného nebo stolního počítače.



SOUČASNOST

Jaký je vlastně iPad dnes? Multitasking má, i když si na jeho složitost někteří uživatelé stěžují. Jemnější rozlišení má také (dokonce kvalitnější variantu Liquid Retina) a snížil svou hmotnost, přičemž zvýšil velikost obrazovky. O drastickém znásobení výkonu ani mluvit nemusíme.


iPad už není určený jen pro konzumaci obsahu, jak pohodlně ukazoval Steve Jobs v gauči na pódiu v Yerba Buena Center. S každou další řadou se objevilo mnoho dalších nadšenců, kteří jej proměnili v praktický nástroj – a Apple takové nápady využil do svých reklam. Dnes se s ním setkáváme ve sportu, zdravotnictví, energetice nebo obchodu.

Už nenabízí pouze balík iWork, ale kompletní kancelářské aplikace od Microsoftu nebo Googlu.

Hardware už je téměř dokonalý, v otázce schopností systému jsou stále omezení, která rozhodujícího se zájemce nakonec častěji zlomí ve prospěch přenosného počítače.

Máte k dispozici tužku, klávesnici a dokonce i myš. Co jej ale čeká do budoucnosti? Může to být rozšíření mezi čím dál větší počet uživatelů. Na závěr prezentace Jobs uvedl, že ovládat iPad bude umět více než 75 milionů uživatelů, kteří již vlastní iPod nebo iPhone. Dnes se počet aktivních uživatelů produktů s jablíčkem na zádech blíží dvěma miliardám.

iPad čeká posun i díky technologiím. Mluví se stále více o technologii displejů Mini LED, podpoře sítí 5G nebo o zrychlení s novými čipy. iPad postupně nabíral na velikosti a to možná čeká i nejmenší model v nabídce. Už přes dva roky používá iPad k ověření uživatele sken obličeje nebo otisk prstu. Že by se konečně dočkala i verze mini jiného zabezpečovacího prvku? Nebo bude stejná jako u nového iPadu Air?

Největší část milovníků iPadu však doufá v pokračující vývoj softwaru. Hardware už je natolik dobrý, že je mu těžké něco vytknout. Naopak v otázce schopností systému jsou stále omezení, která rozhodujícího se zájemce nakonec častěji zlomí ve prospěch přenosného počítače. S výkonem a výdrží baterie u nových strojů s čipem M1 se není ani čemu divit. Překvapí nás Apple stejně jako Steve Jobs před jedenácti lety? 



Úspěch s názvem Apple Watch

Magazín ■ Karel Oprchal

Když Tim Cook před necelými deseti lety převzal vedení Applu, trvalo to skoro čtyři roky, než jsme se dočkali první **One More Thing**. Jak víme, současný CEO si tuto frázi šetří pouze pro ty nejdůležitější události. Proto se dnes sluší ohlédnout zpět, podívat se na čísla a zápěstí a vyhodnotit, do jaké míry měl Tim Cook před těmi šesti lety pravdu. A jelikož kolega **Pražák** hodinky nenosí, přebírám štafetu já.



Pouhým pohledem na lidi okolo je jasné, že Apple Watch jsou obrovský hit. Nosí je všichni od dětí po důchodce, mnohé jiné výrobce hodinek připravily o polovinu prodeje a co je nejlepší, těší se obrovské oblíbenosti. Dostat se ke konkrétním číslům však u Applu poslední dobou není vůbec jednoduché. Apple se nedávno rozhodl neuvádět konkrétní prodeje a statistiky ve svých pravidelných finančních reportech, tudíž si je musíme sami dopočítat. Nejčastěji se tak spoléháme na externí analytiku, kteří se vždy snaží dopídit konkrétních údajů na základě obrátu a výnosu.

Díky tomu máme **potvrzeno**, že rekordy v roce 2020 netrhal jen Mac s M1 a iPhone 12, ale i Apple Watch, jichž se prodalo naprosto historických 30 milionů kusů. To představuje téměř 42% nárůst počtu aktivních uživatelů a celkovou základnu přesahující 100 milionů lidí. V přepočtu na celosvětový počet majitelů iPhone pak má hodinky každý desátý z nich, což je opravdu velmi slušný výsledek. Apple Watch si jen minulý rok koupilo tolik lidí, jako za roky 2015, 2016 a 2017 dohromady. Vlivem pandemie i skvělé nabídky zahrnující Apple Watch SE i Series 6 vidíme, jak prodeje rok od roku zrychlují, protože skvělé modely jsou dostupné a jejich výkon jim stačí na několik let fungování. Mnoho lidí

(i na můj popud) během minulého roku ještě také stihlo zakoupit poslední kusy Apple Watch Series 4 a Series 5, protože vyšly levněji než Series 6 s funkcemi stejnými nebo lepšími než SE. Jasný tah. Cena ale u značky jako Apple určitě není tím, co dělá Apple Watch tak zatraceně atraktivními. Co tedy?

JEDEN ZA VŠECHNY

Apple Watch jsou elegantní směsí několika zařízení dohromady, to podle mě tkví v celém tom úspěchu. Nejsou jen dobrými chytrými hodinkami nebo-li „prodlouženou rukou vašeho iPhone“, jak Apple kdysi s oblibou říkal. Jsou solidním sportovním řemínkem, koučem, asistentem, osobním strážcem a překvapivě i módním doplňkem, a v žádném ze svých úloh si nevedou tak špatně, aby svého majitele zklamaly. Jsou přesně tím typem multifunkčního zařízení, které neumí nic úplně perfektně, ale umí toho tolik tak dobře, že vám vlastně zbude jako jediné rozumné východisko. Esem v rukávu Apple Watch je také bezbřehý výběr různých doplňků od obalů po **řemínky**, které umožňují neomezené možnosti personalizace, a hodinky tak doslova pod vašimi rukama změňují svoji osobnost. Podle potřeby jsou Apple Watch hodinkami, elegantním a nenápadným doplňkem k obleku nebo přesným měřičem vaší aktivity – jen v mžiku prohodit řemínek,



aby vyhovoval účelu. Proto je mimochodem skvělé, že Apple dělá všechny doposud vyrobené řemínky kompatibilní napříč všemi modely. Dovedu si představit tu zlost, která by nás popadla, kdyby ze dne na den naše drahocenná sbírka úplně ztratila hodnotu a my bychom měli začít od začátku. Nabídka řemínků se navíc mění, tudíž dnes už některé barvy a typy ani nejsou k sehnání... Osobně řemínky rád sbírám a střídám a stále mě to nepřestalo bavit, ale musím uznat, že už se začínám v té hromadě mírně řečeno ztrácet...

Hodinky však prošly zřetelným vývojem. Originální Apple Watch byly sice legendární, ale nikoliv dokonalé. Chyběla jim pořádná vodotěsnost, hardware uvnitř byl na nové verze watchOS moc pomalý a i samotnému systému chybělo plno funkcí, které dnes běžně používáme a považujeme je za samozřejmost. Hodinky po stránce hardware i softwaru za dobu své existence stihly ujít opravdu dlouhou cestu a dá se v podstatě říct, že je to dnes úplně jiný produkt než na začátku. Apple Watch jsou dnes mnohem více univerzální, autonomní a praktičtější. Už dávno nejsou jen prodlouženou rukou iPhoneu, a tak Apple velmi správně změnil rétoriku a **propaguje** dnes hodinky mnohem spíš jako zdravotní pomůcku než Siri na zápěstí. Ne že by Siri na zápěstí nebyla užitečná, on se akorát

ten opravdový potenciál tohoto formátu zřejmě skutečně skrývá v sofistikovaných a uživatelsky přívětivých způsobech, jakými se dají neinvazivními metodami sbírat data o našem těle (pochopitelně jen za velmi přísných podmínek v souladu se zásadami ochrany **osobních údajů**). Tato data je nejen zábava analyzovat, ale i nám toho mohou mnoho říct o naší kondici a zdravotním stavu, aniž bychom se museli kvůli všemožným měřením co měsíc hlásit u doktorů a jiných odborníků. Přesně podle filozofie, že je dobré toho umět hodně dost dobře, taková data zpravidla stačí k zevrubnému přehledu o našem stavu a dá se z nich vycházet. Data z Apple Watch je však úplně ideální párovat s dalšími gadgety jako chytrými **botami** či **váhami**, které vám mohou pomoci některé fenomény ještě lépe vysvětlit.

I tak jsou ale v mých očích chytré hodinky především nástrojem, co člověka nakopne a donutí něco dělat. Nemusíte být sportovec, abyste si při nošení Apple Watch uvědomili, že je především v tomto období skutečně potřeba od toho pracovního stolu občas vstát a jít se aspoň na chvíli projít do parku. Vědění, že Apple Watch neustále měří vaši nulovou fyzickou aktivitu, vytváří jakýsi vtíravý tlak, se kterým se nedá dělat nic než prostě obout boty a jít chodit. Pokud má takto vypadat „ultimátní zařízení pro zdravý životní styl“, jak stojí na **stránkách Applu**, pak



jim musím dát za pravdu, protože na lidi nic nefunguje lépe než pozitivní motivace. Doplnění údajů z hodinek o údaje z vah, bot, pásů, prstýnků a cvičebních strojů je skutečně jen třešničkou na dortu, protože je v první řadě nutné se začít hýbat.

PŘED APPLE WATCH A PO NICH

Na základě výše zmíněných domněnek o univerzálnosti Apple Watch můžeme rovněž zhodnotit jejich vliv na celkový průmysl s nositelnou elektronikou. Byť jsem v roce 2014 a 2015 nebyl v tomto ohledu ještě zdaleka tak zběhlý, pamatuji si, že příchod Apple Watch byl ostatními komentován jako velkolepý vstup velikána do etablovaného segmentu. Je neuvěřitelné, o kolik se svět od té doby změnil, že? Nositelnou elektroniku bereme jako samozřejmost, vidíme ji na každém rohu a jsme na měření svých dat skoro až závislí. V každém případě přestože byly Apple Watch tou první One More Thing po několika dlouhých letech,

neznamená to, že o jejich příchodu veřejnost z uniklých informací předem nevěděla. Pamatuji se na to napětí, jak jsme netrpělivě čekali, jak se tohoto produktu Apple vlastně chopí. Všichni věděli, že jakmile už i Apple udělá ten krok a rozšíří svoji nabídku o chytré hodinky, čeká od toho velké věci.

První Apple Watch byly zprvu stejně tak nehorázné jako naprosto typicky „applovské“. Svět zaplavily zprávy o „přemrštěně“ drahých chytrých hodinkách a úplně směšně drahé verzi Apple Watch Edition, jež byla tehdy pozlacená, jenže světe, div se, přesto to byl odjakživa hit. Tedy nemyslím ten zlatý model, to byl výrobek pro pár arabských zákazníků, jimž je cena jedno, který pomohl Apple Watch prorazit a navždy se vrýt do paměti nic netušící veřejnosti. Byly to Apple Watch 1. generace, chcete-li originální Apple Watch či Series 0 (jakému názvu se jim a posteriori dostalo), které si lidé oblíbili i přes jejich tehdejší nedokonalosti. Byl to produkt, který

Pamatuji se na to napětí. Všichni věděli, že jakmile už i Apple udělá ten krok a rozšíří svoji nabídku o chytré hodinky, čeká od toho velké věci.



se opět a zase stal měřítkem. Nastavil lačku, která byla jasně daná, ať už byla nízká či vysoká – to vždy záleží pouze na úhlu pohledu. Už v roce 2015 ale Apple Watch přesně zapadly do stávajícího ekosystému, stejně jako byly součástí vlastního ekosystému příslušenství. To do té doby nikdo (ostatně mnohdy ani do dnešních dní) nezvládl. Byť za vyšší cenu než cokoliv podobného od konkurence nabídly Apple Watch právě tu všestrannost a pohodlnost používání, která z nich udělala a must-have device. Můžeme objektivně říct, že právě tento element mnoha výrobcům do jisté míry chybí dodnes. Apple v několika ohledech ukázal, jak se to má dělat.

Apple Watch se navíc nesnažily vypadat jako hodinky, ale ani jako iPhone. Hranatý design přecházející na hranách do zaobleného tvaru „squircle“ byl unikátní a neokoukaný, přestože šel proti srsti staromilcům a tradičním výrobcům, kteří na něj odpovídali posměšnými **limitovanými edicemi** vlastních hodinek, a Apple Watch se ladně přidaly mezi ostatní elegantní produkty značky. Jak je u Apple zvykem, cenu si i v tomto případě obhájil neuvěřitelnou spokojeností zákazníků a neustálým přidáváním nových funkcí hardwarovou i softwarovou cestou. Po chvíli už nikomu vysoká nepřišla a my jsme jen sledovali propady prodejů všech ostatních výrobců hodinek, ať už mechanických,

digitálních či chytrých, právě ve prospěch Apple Watch. Částečně se na vlně úspěchu nositelné elektroniky, již Apple Watch spustily, chtěly svést i jiné značky jako Samsung nebo Huawei, ale jejich produkty zůstaly spíše alternativami s bezplatným operačním systémem, než reálnou konkurencí a nedej bože hrozbou. Tyto společnosti nejsou schopné přesvědčit své zákazníky ke koupi hodinek v ceně Apple Watch, což vede k nevyhnutelným omezením, jimž se musí jejich výrobky podrobit, aby se mohly prodávat levněji. Nejlépe se proto prodávají levnější modely, zatímco ty „plnotučné“, které reálně konkurují Apple Watch, bohužel zůstávají produktem pro skutečné nadšence. Solidními alternativami k Apple Watch se však staly hodinky od třetích výrobců (Garmin), jež skvěle řeší potřeby specifických uživatelů, čemuž pak samozřejmě odpovídá jejich kvalita i vysoká cena. Ten zbytek majitelů iPhone však vždy sáhne po Apple Watch, protože pro něj žádná lepší varianta v podstatě neexistuje.

JEŠTĚ NEJSME V NEJLEPŠÍM

Až dnes začínám pořádně rozumět předpovědím, že budoucností Applu jsou technologicky i ideologicky dotažené Apple Watch, že jednou přijde čas, kdy iPhone přestane táhnout a budou to právě chytré hodinky, ve kterých se budou snoubit všechny potřebné



funkce, a které se stanou tou nepostradatelnou součástí našich životů. Popularita Apple Watch podle všech metrik roste stále rychleji a je to zcela opodstatněné. Apple najel na stejný systém jako s iPhone, iPady nebo počítači. Vytvoří jeden design, který točí několik generací v rámci několika modelových řad, dokud se mu tak dobře nezaplátí, že je schopen nabízet zabijácké produkty za mnohem menší peníze než konkurence. Mluvím o iPhone SE 2020, iPadu Air 2020, iPadu 2020, iPadu mini 2019, iMacu i všech MacBoocích. Apple Watch SE pak přesně odpovídají tomuto mustru, který Apple razí napříč celým spektrem, protože se dají označit za reedici Apple Watch Series 4 (s mírnými odchylkami). Apple v brzké budoucnosti zvalcuje trh s chytrými hodinkami, stejně jako si stejným způsobem vybudoval naprostou dominanci na trhu s tablety. **Nového designu** iPadu jsme se vlastně nedočkali od roku 2013, aniž by to někomu vadilo, když zbytek zařízení jde s dobou. iPad má však to štěstí, že je jeho design dostatečně nadčasový a není tak masovým produktem, Apple Watch jsou potom v podstatě vázány na původní design kvůli všem těm našim řemínkům. Z toho důvodu můžeme čekat, že jakmile Apple Watch dosáhnou určité hranice, dostanou se na trh ještě dostupnější nebo výhodnější modely než Apple Watch SE, což zasadí konkurenci smrtící úder.

Podle ze začátku zmíněné studie se trajektorie Apple Watch podle všeho v roce 2022 protne s trajektorií kategorie Mac a stanou se podle velikosti uživatelské základny po iPhone a iPadu třetím nejúspěšnějším modelem v nabídce Applu. Budou tak konečně stěžejní pro prosperitu společnosti. Ve světle těchto předpovědí je jasné, že Apple bude do rozvoje Apple Watch investovat neuvěřitelné množství peněz a úsilí. Apple a především pak **Tim Cook** našli v roli Apple Watch jako zdravotnického multifunkčního zařízení zálibu a smysl a budou ji tlačit do úplného maxima. Bezpochyby se kromě výkonnějšího hardwaru dočkáme nových senzorů i dokonalejšího měření současných hodnot a jsem přesvědčený, že Apple testuje mnoho potenciálních využití, z nichž se ale jen minimum dostane do konečného produktu. Studie jako budoucí funkce uvádí v podstatě pouze rozšíření funkcí už zavedených – Apple Watch jako autentifikační zařízení, přesné zdravotnické zařízení nebo dokonce výpočetní jednotka pro chytrá náhlavní zařízení, jako jsou chytré brýle. Spotřebitele tedy nic přelomového nenapadá, což však nic nemění na tom, že Apple to může všechno vidět úplně jinak.

Obrovským přelomem by nicméně bylo otevření Apple Watch i uživatelům Androidu, díky čemuž by se raketově zvedla poptávka a uživatelská základna by se několikanásobně rozrostla. To se ovšem s největší pravděpodobností nestane a všichni zájemci proto stále musejí přecházet k iPhone. Nebudeme si lhát, dost možná i toto je součástí plánu... I tak se ale Apple Watch povedlo dosáhnout neuvěřitelného úspěchu a stát se skutečně ikonickým produktem, především proto, že jsou dostupné pouze na jedné platformě. Krom jejich budoucnosti bude ale taky zajímavé sledovat kroky Facebooku, který se podle posledních informací chystá vyvinout **vlastní chytré hodinky** a postavit je právě proti Apple Watch. Nevím, jestli je to spíš úsměvné či smutné, jelikož se Zuckerbergova firma podle všech indicií potýká s nebyvalou osobní krizí a jaksi zmateně přešlapuje na jednom místě. Zjišťuje, že za Applem a jeho hodnotami stojí mnohem více lidí, než předpokládali, tudíž jim je jasné, že jakmile přijdou o prodávání dat uživatelů, bude potřeba už mít připravený funkční záložní plán. A tak se podle hesla „tonoucí se stébla chytá“ snaží vydat jakýmkoli směrem, který by mohl být aspoň trochu dobrý. Osobně se však obávám, že Facebook tímto patetickým snažením poškodit Apple všemi možnými metodami ničeho pozitivního nedosáhne, a pokud mám brát jejich projekt chytrých hodinek vážně, myslím, že to s prodeji Apple Watch vůbec nehne. Nepovedlo se to totiž nikomu a nic mi neříká, že by to měl změnit zrovna Facebook... 



Ještě si počkáme

Magazín ■ Daniel Březina

Opět tu máme tradiční zimní ticho. Na podzim jsme dostali hromadu novinek, vyšly nové [MacBooky s chipem M1](#), PlayStation 5 nebo [Oculus Quest 2](#) – a od té doby nic. Firmy se pomalu připravují na další sezonu a my se můžeme na chvíli zastavit, vše zhodnotit a hlavně se podívat do budoucnosti.



Unás v redakci platím za největšího nadšence do rozšířené a virtuální reality. A proto se mi to nepíše snadno. Jsme zaseknutí a čekáme na někoho, kdo nám ukáže cestu. Někoho, kdo prolomí ledy. Jak to tak vypadá, vyvinout revoluční brýle pro virtuální nebo rozšířenou realitu totiž není jen tak a musíme se nyní spoléhat na firmy, které nemusíme mít úplně v lásce.

TAK UŽ LETOS?

Už to bude sedm let od posledního nového produktu, který Apple představil. Byly to Apple Watch. Roky se debatovalo, že Apple pracuje na chytrých hodinkách a že už je opravdu představí. Pamatuji si, jak se říkalo, že tyto hodinky budou naprosto dokonalé, nahradí iPhone a buh ví co všechno. Realita ale byla trochu jiná.

Apple Watch nám Apple představil na zářijové keynote společně s iPhone 6. A bylo to příjemné překvapení, až den předem jsme se dozvěděli z konkrétních zdrojů, že opravdu přijde něco nového. Na druhou stranu jsme ale dostali celkem omezené zařízení. Prachobyčejné ukazovadlo času a notifikací. Nic víc. Hodinky dokonce nebyly vodotěsné a neměly GPS.

Před dvěma lety se začaly pár dní před tradiční zářijovou keynote šířit drby, že nám Apple představí

vedle iPhone i něco nového. Já už nadšeně psal Filipovi Brožovi, že Apple brýle jsou tady. Ale nedočkali jsme se. A dost se bojím, že se nedočkáme ani letos.

NA CO A PRO KOHO?

Žijeme v době, kdy jsme si zvykli na velké technologické pokroky a přijde nám to jako běžná věc. Ultrarychlé iPhone? Perfektní digitální kamera v kapse? LiDAR na telefonu nebo tabletu? Neuvěřitelně výkonný MacBook v nejhorší konfiguraci? To už dnes v podstatě nikoho nepřekvapí. Tak nějak tušíme, že i další generace těchto zařízení bude dvojnásobně rychlejší než ta předchozí. A nyní jsme překvapeni, že nejbohatší firmy světa nezvládnou vyrobit brýle.

Když Apple před téměř čtyřmi lety přišel s frameworkem ARKit na tvorbu aplikací pro rozšířenou realitu, sám neměl představu, co všechno se s tím dá dělat. Prostě dal vývojářům hračku a hrajte si. Po čtyřech letech se ale téměř nic nezměnilo. V iPhone máme pouze aplikaci Měření. Ale abych byl i trochu pozitivní, před pár týdny jsme se dočkali AR aplikace na propagaci druhé série seriálu For All Mankind, která u nás ale nebyla dostupná.

Jak se k tomu máme postavit jako konzumenti obsahu? Jedna z největších firem světa, která je



pořád považována za inovátorskou, nedokáže říct, k čemu nám konkrétní technologie je. Roky jsme dostávali články typu: „Takhle budou vypadat brýle na rozšířenou realitu.“ Realisticky jsme říkali, že když nějaké brýle dostaneme, že se budou hodně podobat prvním Apple Watch. Bude to nový způsob zobrazení notifikací. A před pár týdny jsme dostali poprvé nové informace. Je možné, že Apple vůbec nepracuje na brýlích pro rozšířenou realitu. Alespoň ne v té podobě, kterou bychom čekali.

INSPIRACE MICROSOFTEM

Microsoft před lety vydal „brýle“ HoloLens. Spíše než tradiční brýle nebo i brýle pro virtuální realitu, připomínaly HoloLens sci-fi kotouč na hlavu. HoloLens byly velké, těžké a hlavně velmi drahé. Cena se pohybovala okolo 3 000 USD. Přesto se jednalo o znamenitý krok vpřed. Měl jsem to štěstí mít je na hlavě a už v té době skvěle zvládaly mapovat okolní prostor a skvěle snímat pohyby rukou s perfektní přesností. V kvalitě o které se dnešním VR headsetům může jenom zdát.

Nyní je na trhu druhá generace, která je samozřejmě ještě lepší. K čemu jsou ale dobré brýle za více jak 100 000 Kč? Využití mají především v průmyslu. Doktorři je používají při výzkumu, časté je použití ve strojírenství a nečekaně také

v hračkářství. Firma Mattel je třeba používala při designování nových panenek Barbie nebo autíček Hot Wheels.

V posledních týdnech jsme si mohli číst, že právě na tento segment se bude snažit cílit i Apple. Jestli to je pravda, nedokážeme zatím říct. Tak či tak, podobné brýle už existují, někdo je už vyrobil. Očividně lze vyrobit perfektní headset s cenou několika tisíc dolarů. Otázkou je, jestli opravdu zvládneme vyrobit brýle o velikosti tradičních slunečních brýlí. Tak, jak se o to snaží Oculus...

OSAMOCENÝ FACEBOOK

Před dvěma lety představil Facebook, tedy přesněji Oculus, samostatné brýle pro virtuální realitu Oculus Quest. Jednalo se o velmi dostupný headset s cenou 400 USD – stejnou, za kterou Apple v USA prodává Apple Watch. Do té doby stály headsety okolo 1 000 dolarů a bylo potřeba k nim mít výkonný herní počítač.

Čekalo se, že i ostatní hráči na trhu, konkrétně Valve nebo HTC, přijdou se svou verzí samostatných brýlí pro virtuální realitu. Je začátek roku 2021, dostali jsme novou generaci Oculus Quest 2. A tento headset nemá konkurenci. Nikdo jiný nedělá brýle, které nepotřebují výkonný herní počítač. Na jednu stranu si mohou ve Facebooku mnout ruce.



Oculus se pomalu začíná stávat synonymem pro VR. Na druhou stranu je to může ještě mrzet. Stačí se podívat do Oculus Store na nové hry a aplikace.

Máme tu Beat Saber. Naprostou VR klasiku. Máme tu hry ze Star Wars, na jejichž vývoji se Oculus podílel. Za pár dní vyjde očekávaná hra Climb 2. A pak pár indie her. Reálně dochází k tomu, že nemáte co hrát. Vývojáři nejsou z VR extra nadšení a odnášíme to my, konzumenti obsahu. A možná i celý vývoj VR.

Facebook před dvěma lety veřejně prohlásil, že pracuje na samostatných brýlích pro rozšířenou realitu. Před rokem jsme dostali ujištění, že se na nich pracuje, že už je uzavřená smlouva s firmou Ray Ban, ale že je vše na úplném začátku a máme krotit své nadšení. Brýle máme očekávat možná někdy v roce 2024. Uvidíme, co nám Facebook řekne letos, ale stále se bavíme o jedné z největších firem na světě! Kdo jiný než Facebook nebo Apple má teď peníze na tak intenzivní vývoj?


AKTUALITA ZE SONY

Jak jsem zmínil v úvodu, na konci minulého roku jsme se dočkali nové generace herní konzole PlayStation. Předchozí verze měla své vlastní VR brýle, ale ty byly závislé právě na konzoli. A bylo to vcelku logické, aby výrobce nejoblíbenější herní

Je začátek roku 2021, dostali jsme novou generaci Oculus Quest 2. A tento headset nemá konkurenci. Nikdo jiný nedělá brýle, které nepotřebují výkonný herní počítač.

konzole měl i vlastní brýle pro VR. Ale v době psaní článku přišlo „ubezpečení“, že vývoj VR brýlí je opravdu velmi náročný a drahý.

Sony oznámilo, že chystají i speciální brýle pro novou generaci PlayStation. Jak už asi tušíte, je v tom nějaký háček – letos se jich nedočkáme. Sony vyslalo do světa zprávu, že na brýlích usilovně pracuje, že to bude něco skvělého, ale že budou až příští rok. A to se bavíme o brýlích, které mají v podstatě jen zobrazovat obsah, nemají provádět žádné náročné výpočty, to vše už dělá PlayStation 5.

Dostali jsme se do bodu, kdy musíme mírnit naše očekávání. Nic není samozřejmostí a u nových technologií to platí dvojnásob. Na jednu stranu je to smutné a budeme si muset na nějakou další pořádnou revoluci počkat. Na druhou stranu to dává prostor pro velký technologický pokrok a možné uvědomění si, co od budoucích technologií chceme a co nám mohou nabídnout. Bude to ještě dlouhé čekání. 

Efektivní lockdown s Blinkist

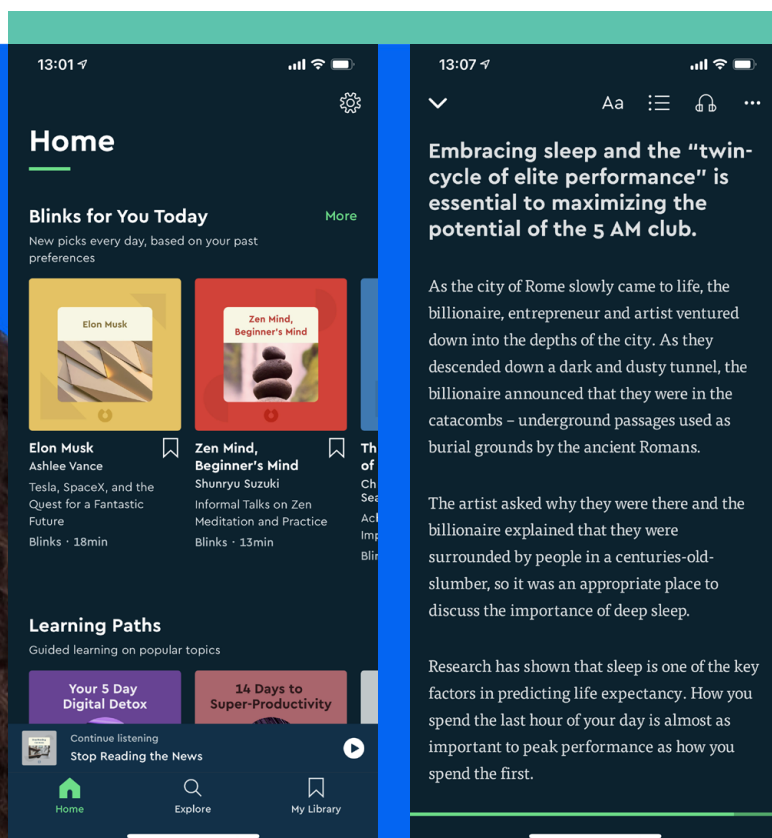
Recenze ■ Filip Brož

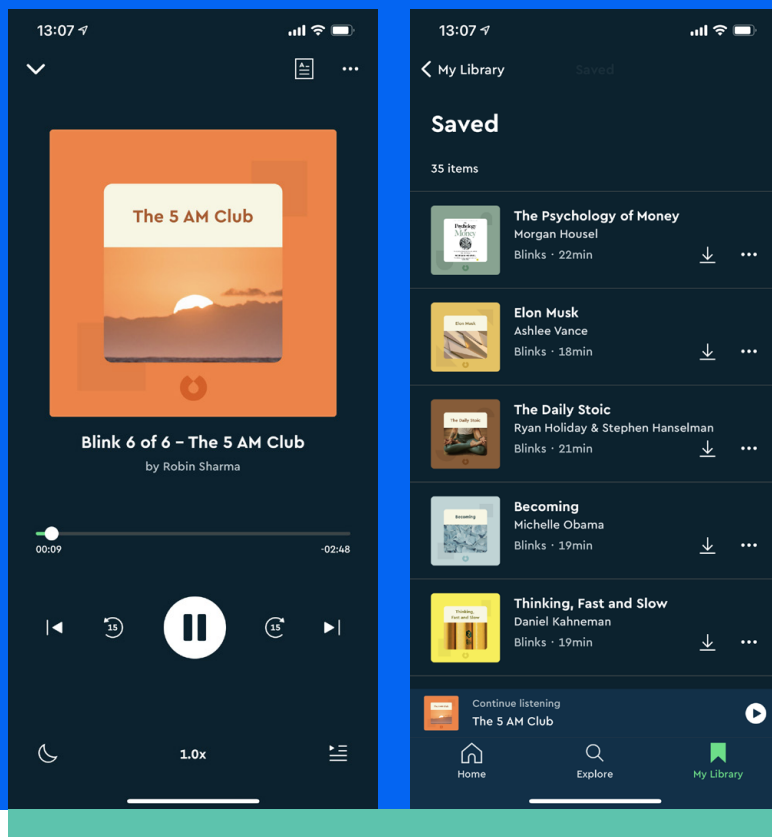


Nemá smysl stále dokola přemýšlet o tom, zda je dobře či špatně, že musíme být doma. Hledat viníky, kdo za epidemii může, nebo kdy to skončí. Situace není jednoduchá a ani černobílá. Snažím se hledat pozitivní věci a především, jak trávit čas doma efektivně. Jako předsevzetí jsem si dal, že budu více číst, a to nejen romány, ale i literaturu o osobním rozvoji. V posledních týdnech jsem si oblíbil aplikaci Blinkist.

Každý úspěšný člověk nebo miliardář vám potvrdí, že klíčem k úspěchu v jakékoli oblasti je rozvoj a četba. Každý, kdo něčeho dosáhl, čte mnoho knih, ať už v elektronické, papírové či audio podobě. Sám jsem si oblíbil poslední zmíněnou a každý den skrze aplikaci **Scribd** či **Audible** čtu (poslouchám) anglické knihy v originále.

Také mě baví literatura zaměřená na rozvoj jakýchkoli dovedností. Zjistil jsem však, že je pro mě velmi těžké najít tu pravou a vždy ji dočíst do konce. Asi mi dáte za pravdu, že mnoho informací se v knihách opakuje. Jakmile slyším slovo Stanfordský vězeňský experiment či Marshmallow test, knihu odkládám nebo přeskakuji stránky. Zjistil jsem, že nepotřebuji slyšet omáčku a stále se opakující inspirativní příběhy. Potřebuji slyšet jádro pudla, hlavní obsah. Proto jsem si oblíbil službu a aplikaci **Blinkist**.





KAŽDÝ DEN JEDNA KNIHA

S nadsázkou lze říct, že každý dne přečtu jednu knihu. A klidně bych mohl více. Autoři a kurátoři této aplikace totiž čtou knihy za vás a předkládají vám v psané či audio podobě jen to nejdůležitější. Během dvaceti minut jsem si tak přečetl životopis herce Matthewa McConaugheyho, knihy od známého spisovatele Sharmy, Hofovu metodu otužování nebo digitální minimalismus Cala Newporta.

V Blinkist aktuálně naleznete více než 4 000 knih. Jednoduše si vyberete a posloucháte tzv. „blinky“. Samozřejmě musíte věřit kurátorům, že vybrali to podstatné. Každou knihu máte rozsekanou na několik částí – blinky. V každém z nich se dozvíte to nejdůležitější. Na konci pak nechybí ani shrnutí. Každý den se tak dozvíte něco nového a zajímavého.

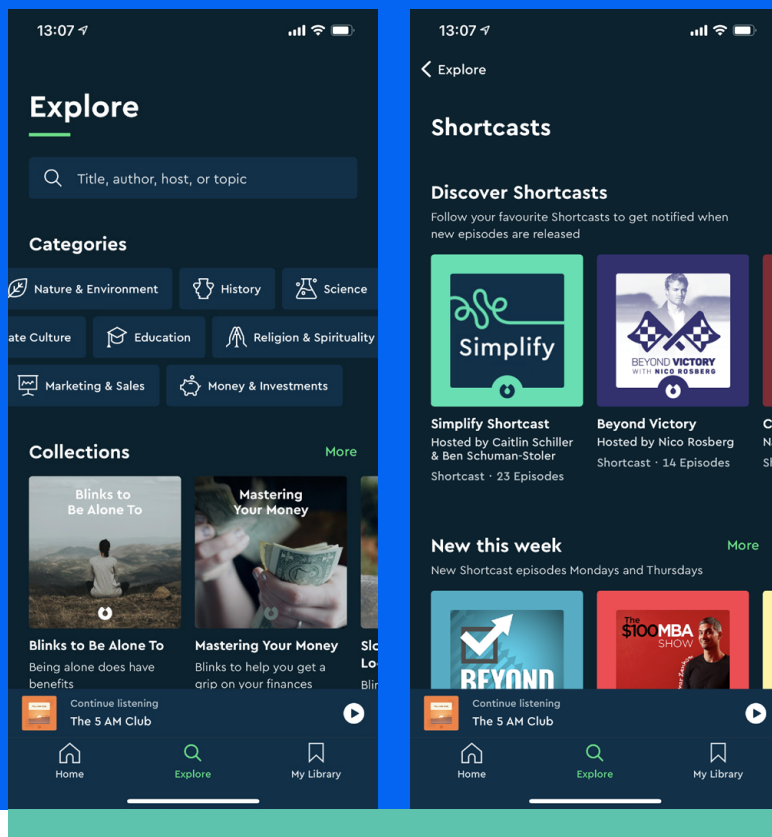
Na výběr jsou snad všechny žánry – psychologie, kariéra, peníze, umění, politika, filozofie, GTD, komunikace, motivace, inspirace, zdraví, vztahy,

životopisy, kreativita, marketing, věda a tak dále. Stačí si jen vybrat. Zatím jsem zde našel vše, co jsem hledal. Využít také můžete sbírky – třeba vás zajímá umění, tak si můžete v sérii poslechnout pět nejlepších knih k tomuto tématu.

Všechny knihy (blinky) si můžete uložit offline do zařízení. V textu si můžete podtrhávat nebo dělat vlastní záložky. Osobně kombinuji audio poslech a text. Cvičím si tak nejen své anglické dovednosti, ale i výslovnost a slovní zásobu. Ano, nejdůležitější je, že celá aplikace a veškerý obsah je jen v angličtině. Češtinu zde budete hledat marně.

I to je však obrovská výzva – dvě mouchy jednou ranou. Trénuji anglické dovednosti, a ještě se dozvím něco zajímavého. Když mě kniha (blink) zaujme, mohu si v Audible či Scribd stáhnout (koupit) knihu celou. Tyhle metody se vůbec nevyklučují. Neznamená to, že když znám obsah a jádro knihy, tak bych si ji nemohl přečíst celou. Naopak.

V Blinkist najdete více než 4 000 knih. Jednoduše si vyberete a posloucháte tzv. „blinky“. Samozřejmě musíte věřit kurátorům, že vybrali to podstatné.



TOP PODCASTY

Novinkou jsou také tzv. shortcasts, tedy to nejlepší z vašich oblíbených podcastů. Nemáte čas na poslech celého podcastu a omáčky okolo? Proč si neposlechnout jen nejdůležitější souhrn, například So Money či Ctrl Alt Delete. Podcastů není mnoho, ale nabídka se postupně rozšiřuje.

V Blinkist také naleznete celé audio knihy v originále, například knihy od Marka Mansona či legendární The Art of War. Výběr je na vás.

Pro mě jsou stěžejní blinky, tedy hlavní výtažky z jednotlivých knih. Jak už jsem avizoval, mnoho metod a pouček se opakuje stále dokola. Naučil jsem se, že nemusím vždy knihu přečíst celou a vlastně jsem zjistil, že mi stačí jen to nejdůležitější. Něco jiného jsou samozřejmě klasické romány, tam si užívám samotný příběh. U rozvojové literatury to však nepotřebuji. Chci si jen vyzobat to nejlepší a případně to použít ve svém životě.

20 MINUT DENNĚ

I díky Blinkist jsem mimo jiné obnovil svůj ranní klub vstávání v 5 hodin, který chci během aktuálního lockdownu používat. Také jsem zde našel inspirativní myšlenky okolo vydělávání a především hodnoty peněz či (negativních) zpráv. Je toho

opravdu hodně a každý den si dávám svých 20 minut s Blinkist a minimálně jednu knihu.

Aplikace Blinkist je přitom velmi minimalistická a jednoduchá. Mají dokonce verzi pro CarPlay, takže poslouchám i v autě. Nechybí ani webová podoba. Samozřejmě nic není zdarma. Týden můžete Blinkist zkoušet a následně si vybrat nějaké předplatné. Já zvolil rovnou variantu ročního předplatného za 89,99 USD, a to přímo na jejich webu. Nezapomínejte, že Apple si bere provize, předplatné skrze aplikaci je vždy dražší a nemáte aktuální výhody či akce.

Blinkist to rozhodně nekončí. Aktuálně pokukuji po legendárních MasterClass. I nadále poslouchám celé knihy v originále a připravuje se na zkoušky Cambridge C1 Advanced. K tomu všemu několikrát týdně mluvím s rodilými mluvčími a koukám na filmy a seriály v originále na Netflixu. Vypadá to, že je to časově náročné, ale není. Stačí, když si srovnáte priority a využíváte každou minutu, kterou máte. I proto si musím udělat v lockdownu harmonogram, abych se zvládl postarat o děti, pracovat a rozvíjet sám sebe.

I čas s dětmi trávím efektivně. Zjistil jsem, že existuje nespočet úžasných deskových her i pro malé děti. Mám o nich někdy napsat? I bez iPadu a pohádek to jde. [iP](#)

NEXT

