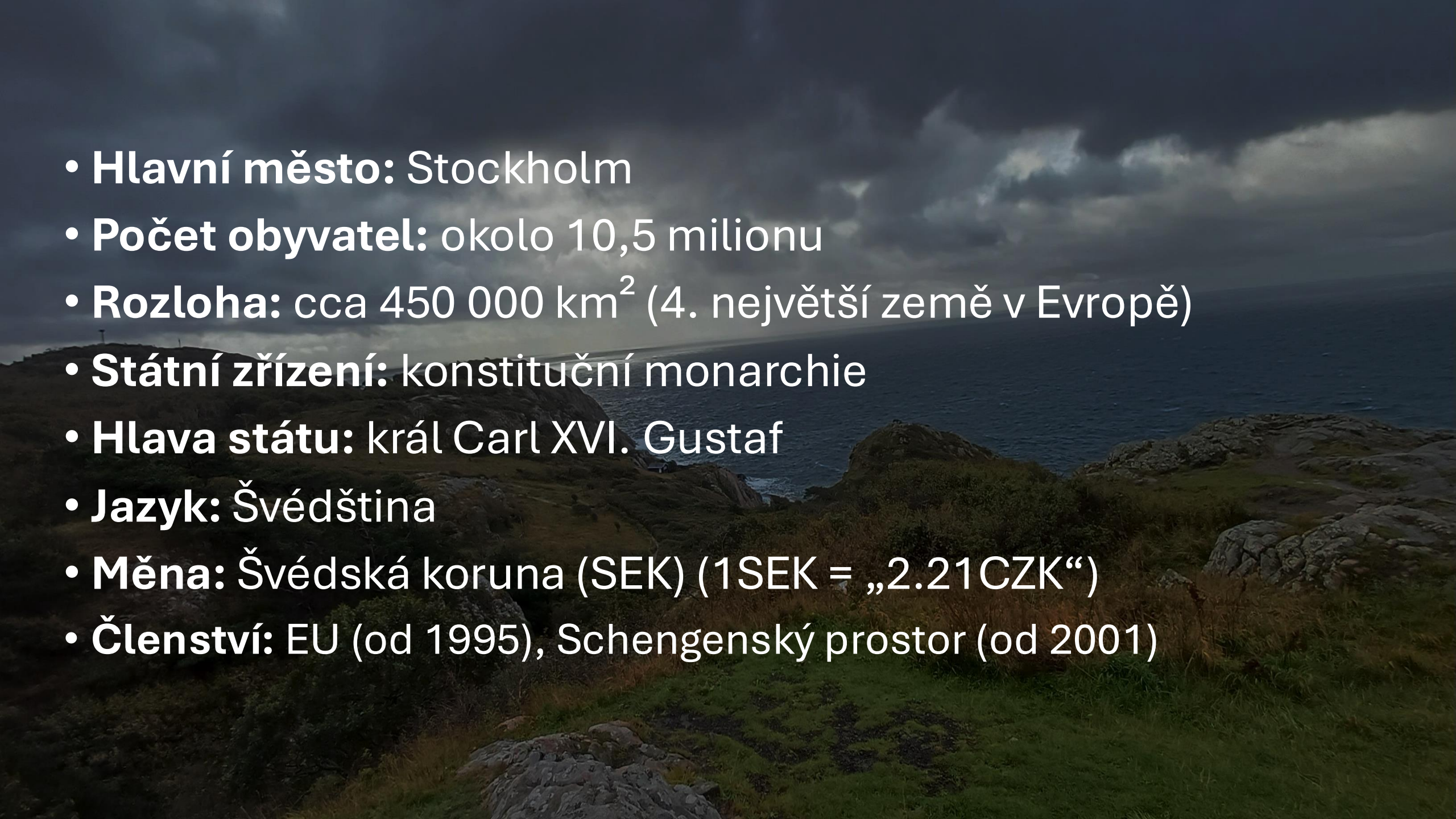


Švédsko



- 
- **Hlavní město:** Stockholm
 - **Počet obyvatel:** okolo 10,5 milionu
 - **Rozloha:** cca 450 000 km² (4. největší země v Evropě)
 - **Státní zřízení:** konstituční monarchie
 - **Hlava státu:** král Carl XVI. Gustaf
 - **Jazyk:** Švédština
 - **Měna:** Švédská koruna (SEK) (1 SEK = „2.21 CZK“)
 - **Členství:** EU (od 1995), Schengenský prostor (od 2001)

- **Geografie:**

- Nachází se v severní Evropě na Skandinávském poloostrově.
- Sousedí s Norskem a Finskem, omývá ho Baltské moře a Botnický záliv.
- Podnebí je na jihu mírné, na severu subarktické. Zimy jsou dlouhé a studené, léta krátká.

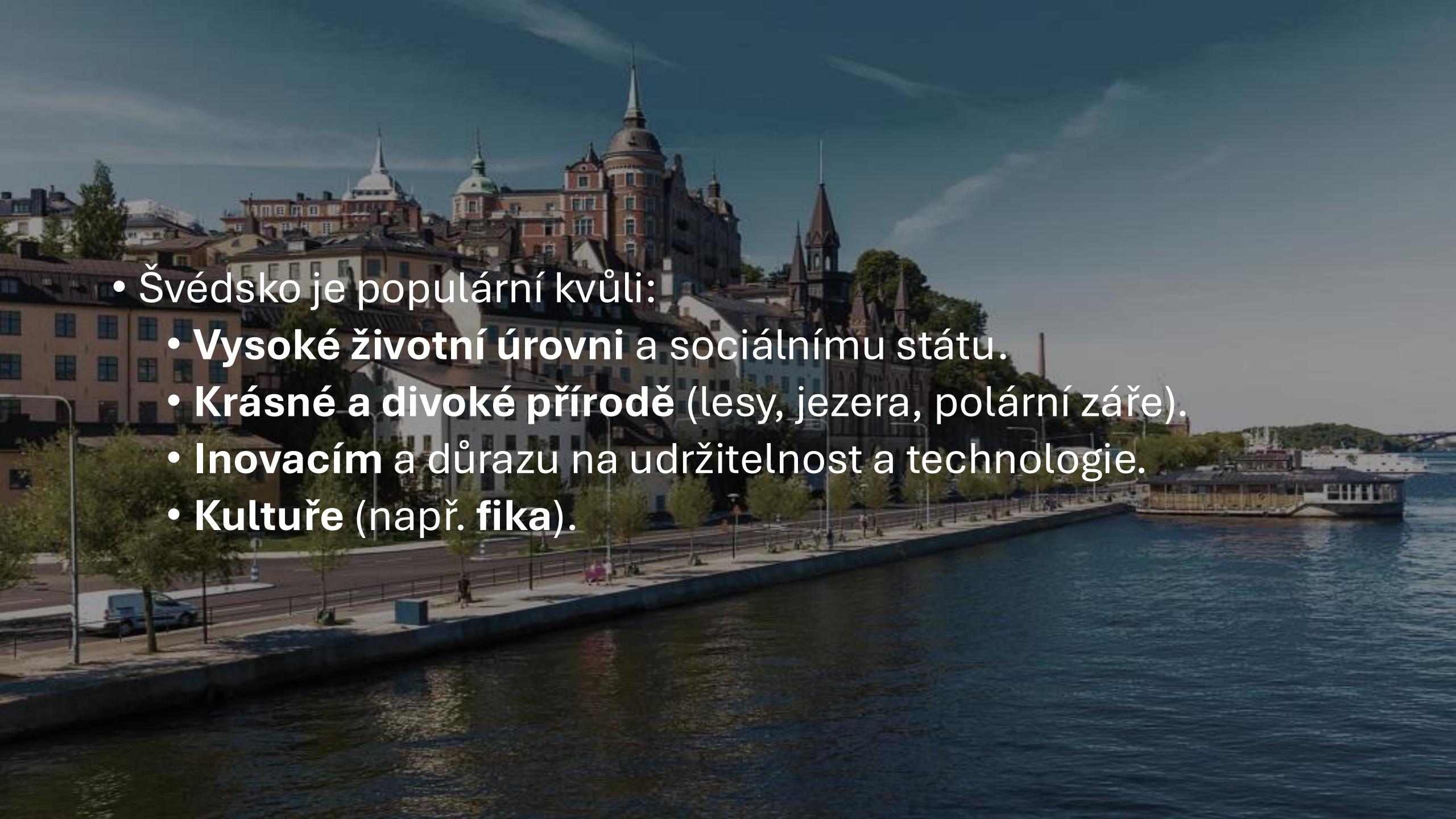
- **Ekonomika:**

- Vyspělá ekonomika, zaměřená na průmysl, technologii a export.
- Vysoká životní úroveň a důraz na ekologii a vzdělání.

- **Známé firmy: Volvo, IKEA, Spotify.**

- **Populární sporty ve Švédsku:**

- Lední hokej
- Fotbal
- Běžecké lyžování a biatlon
- Zimní sporty celkově – bruslení, hokej, lyžování, snowboarding

- 
- Švédsko je populární kvůli:
 - **Vysoké životní úrovni** a sociálnímu státu.
 - **Krásné a divoké přírodě** (lesy, jezera, polární záře).
 - **Inovacím** a důrazu na udržitelnost a technologie.
 - **Kultuře** (např. **fika**).

Stockholm

- **Počet obyvatel:** přibližně 1 milion
- **Poloha:** rozkládá se na **14 ostrovech** propojených více než 50 mosty.
- **Zajímavosti:**
 - Historické jádro **Gamla stan** (staré město) s úzkými uličkami a královským palácem.
 - Sídli zde vláda, parlament a královská rodina.

Most přes Öresund



Drottningholmský palác



Gamla Stan



Malmö

Marek Zelingr

Úvod



Třetí největší město Švédska



Leží na jihu země, v provincii Skåne



Spojeno s Kodaní Øresundským mostem



Počet obyvatel: cca 350 000



Multikulturní město s bohatou historií

Historie

- Založeno ve 13. století jako rybářská osada
- Dlouho pod dánskou nadvládou (až do 1658)
- Průmyslový rozvoj v 19.–20. století (loděnice, výroba)
- Krize průmyslu v 80. letech → přeměna na moderní centrum technologií a vzdělání

Zajímavé místa v Malmö

- **Turning Torso** – nejvyšší budova ve Skandinávii (190 m), její tvar se otáčí o 90° od základny k vrcholu.
- **Øresundský most** – spojuje Švédsko s Dánskem; je kombinací mostu, umělého ostrova a tunelu.
- **Multikulturní město** – žije tu více než 170 národností a mluví se přes 150 jazyky.
- **Ekologická čtvrť Västra Hamnen** – první oblast v Evropě zcela napájená z obnovitelných zdrojů.
- **Město cyklistů** – má přes 500 km cyklostezek; kolo je hlavní dopravní prostředek mnoha obyvatel.
- **Malmöfestivalen** – největší městský festival ve Skandinávii, koná se každoročně od roku 1985.
- **Malmöhus slott** – nejstarší dochovaný renesanční hrad ve Skandinávii, dnes muzeum.
- **Film „Bron/Broen“ (Most)** – slavný skandinávský krimiseriál se odehrává právě mezi Malmö a Kodaní.



Cesta do prahy

- Ráno v 9:00 jsme vyrazili vlakem z Golčova Jeníkova 🚆
- Dojeli jsme do Prahy a cestovali městskou hromadnou dopravou na letiště 🚊
- Na letišti jsme měli dost času, tak jsme si došli na oběd 🍽️
- Potom jsme vyčkali na otevření odbavování zavazadel 🧳



✈️ Let do Kodaně

- Letěli jsme z Prahy do Kodaně ✈️ (let trval asi 30 minut)
- Z letadla byl krásný výhled na moře
- V Kodaně jsme přestoupili na vlak do Malmö 🚆
- Cesta vlakem trvala asi 30 minut
- Překročili jsme most Öresund, který spojuje Dánsko a Švédsko
- Po příjezdu jsme se šli ubytovat



Cesta zpět do Česka



- Zpět jsme jeli FlixBusem 🚌
- Cesta byla dlouhá a bez zastávek
- Součástí cesty byl i trajekt přes moře 🚢
- Po cestě jsme si povídali, poslouchali hudbu nebo spali
- Dorazili jsme unavení, ale plní zážitků 💬

Joiners: Daniel Horák, Matoušek Kryštof

3.HB Daniel Horák



Pobyť ve Švédsku: Malmö – Naše pokoje

- **Hotel: Forenom Aparthotel Malmö Varvstaden**
- **Interiér:** Pokoje – každý pokoj má jinou velikost. V pokoji jsou dvě postele, plně vybavená kuchyň, televize a koupelna.
- **Vstup do hotelu a do pokoje:** Oba vstupy fungují na stejný kód, který obdržíte



Pobyt ve Švédsku: Malmö – Po městě

- **Okolí v Malmö:** Čisté ulice, mnoho obchodů, obchodní centrum, více kol než aut, staré i moderní budovy, muzeum nechutných jídel, kanály pro menší lodě a jachty vedoucí skrz město, hezká a zajímavá kultura.



- **Köttbullar (švédské masové kuličky):**
 - Pravděpodobně nejslavnější švédské jídlo – podává se s krémovou omáčkou, brusinkovou omáčkou a bramborovou kaší nebo vařenými bramborami.
- **Gravlax:**
 - Nakládaný losos s koprem, cukrem a solí, často podávaný s hořčičnou omáčkou a křupavým chlebem.
- **Smörgåsbord:**
 - Bufetový způsob podávání jídla s různými druhy ryb (zejména sledě), studenými masnými plátky, sýry, saláty a chlebem.
- **Sill (nakládaný sledě):**
 - Velmi oblíbené, zejména během svátků jako je Letní slunovrat, Vánoce a Velikonoce – podává se v mnoha příchutích (hořčice, cibule, kopr atd.).
- **Prinsesstårta (Princeznový dort):**
 - Oblíbený dezert z piškotového těsta, krému, šlehačky a zeleného marcipánu.

Stay in Sweden: Malmö - best places to visit

1. **Turning Torso (Västra Hamnen)** – ikonická moderní věž v Malmö, známá svým točitým designem.
2. **Malmöhus Castle (Malmöhus Slott)** – historický zámek z 16. století s muzei a expozicemi.
3. **Kungsparken / Slottsparken** – starší parky s krásnými stromy, vodními kanály a příjemným prostředím k procházkám.
4. **Folkets Park** – živý městský park s atrakcemi, kulturními akcemi a místní atmosférou.
5. **Ribersborgsstranden (pláž)** – písčná pláž u moře, ideální pro relaxaci, procházky a výhledy na město.

STRAVA

KRYŠTOF
MATOUŠEK





ŠVÉDSKÁ KUCHYNĚ

- Jednoduchost a přirozenost
- Lokální a sezónní suroviny
- Vliv klimatu a historie
- Kombinace sladkého a slaného
- Společenský rozměr

TRADIČNÍ POKRMY

- Köttbullar
- Gravad lax
- Raggmunk
- Smörgåsbord
- Kanelbulle





ŠVÉDSKÉ STOLY

- (Smörgåsbord)
- vznikly ve Švédsku v 16. století
- Rozšíření: v 19. století
- Představují pohostinnost, rozmanitost a společenské sdílení
- Tradičně se jídla podávají v určitém pořadí:
 1. Ryby
 2. Maso
 3. Teplé pokrmy
 4. Sýry a dezerty

FIKA

- švédský zvyk udělat si pauzu na kávu, něco sladkého a společnost ostatních
- Fika probíhá v práci, i doma s přáteli
- Není to jen o jídle, ale o odpočinku a sdílení s ostatními
- Typicky se podává káva a skořicový šnek (kanelbulle)



- Slaná lékořice
- Surströmming
- Lutfisk
- Blodpudding
- Filmjöl



Zvláštní speciality



Co jsme jedli



ERIKSHJÄLPEN

SECOND HAND

—Truhláři—

-Kryštof Matoušek-

-Daniel
Horák-





PŘEHLED FIRMY

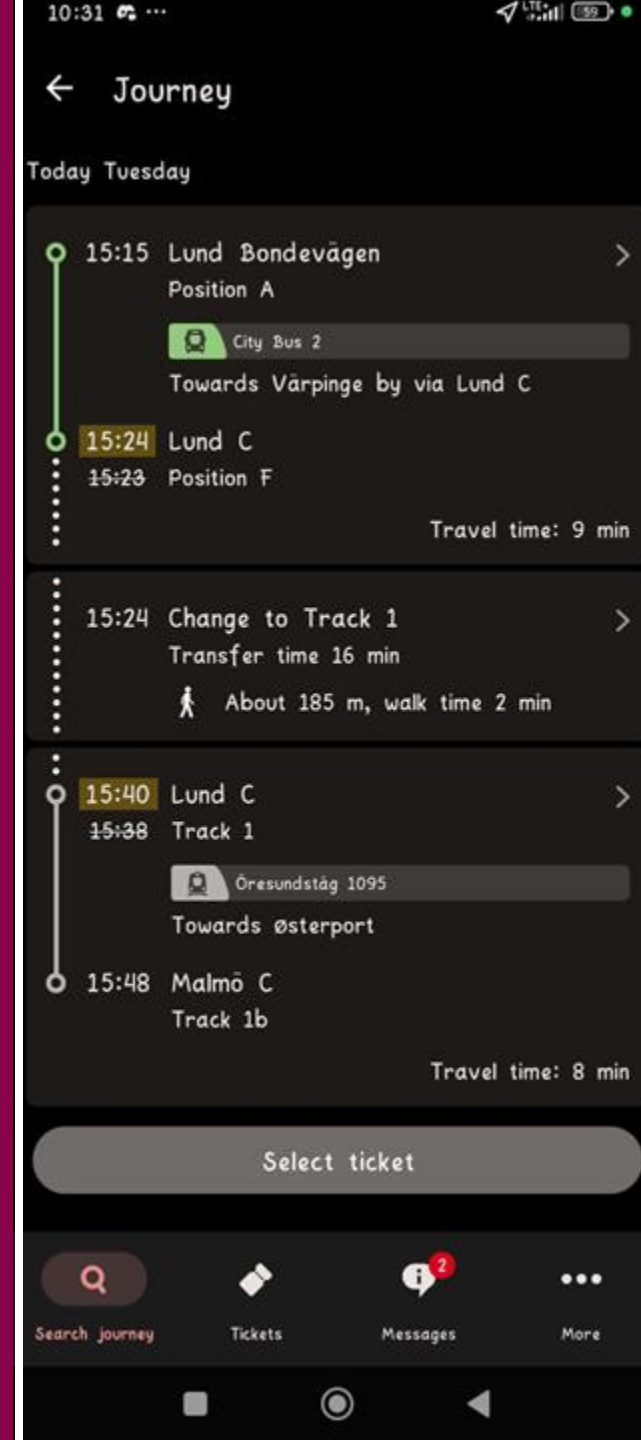
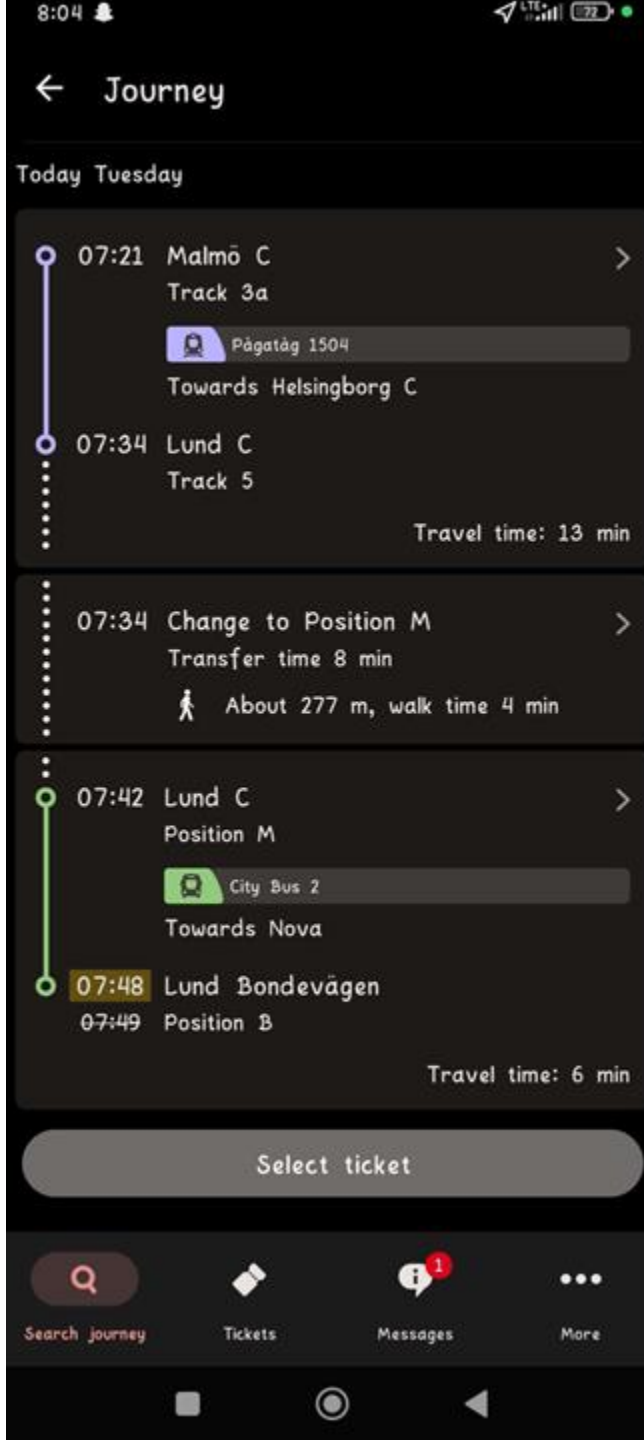
- Jedná se o neziskovou organizaci
- Sídlí v Lundu
- Prodej darovaných věcí
- Důraz na komunitu a ekologické myšlení
- Zisky často směřují na charitativní účely nebo místní komunitní projekty

- Oprava nábytku
- Převážení věcí mezi skladem a prodejnou
- Skládání a připravování nábytku na prodejně
- Oceňování zboží
- Složení dětského domečku (držícího na snech a nadějích)

NÁPLŇ PRÁCE



Doprava



Plusy

- Pracovní kolektiv
- Ping-pongový stůl
- Snadná domluva

Mínusy

- Doprava



ERIKSHJÄLPEN

Jejich služby a činnosti:

Prodej second-hand věcí

Darování a přímání věcí

Sociální a zaměstnanecké programy

Ekologické zaměření a udržitelnost

Pomoc dětem

Co jsem dělali

- Cenili jsme věci
- Umývali a čistili spotřebiče
- Zkoušeli jestli fungují



Klady a zápory

- Klady:
- Ping pong
- Dlouhé přestávky
- Spolupracovníci
- Spousta věcí
- Zápory:
- Doba práce
- Dojíždění
- Spolupracovníci
- Práce (pořád to samé)





ZENTROX
EL&VENT

En servicepartner för livet

Zentrox el vent

- Firma se zabývá:
- Instalace a údržba ventilace
- Elektro instalace
- Bezpečnost střechy
- Měření elektrické energie



Popis práce

- Domlouvání zakázek
- Čištění ventilace
- Drobné elektro instalace
- Instalace ventilace



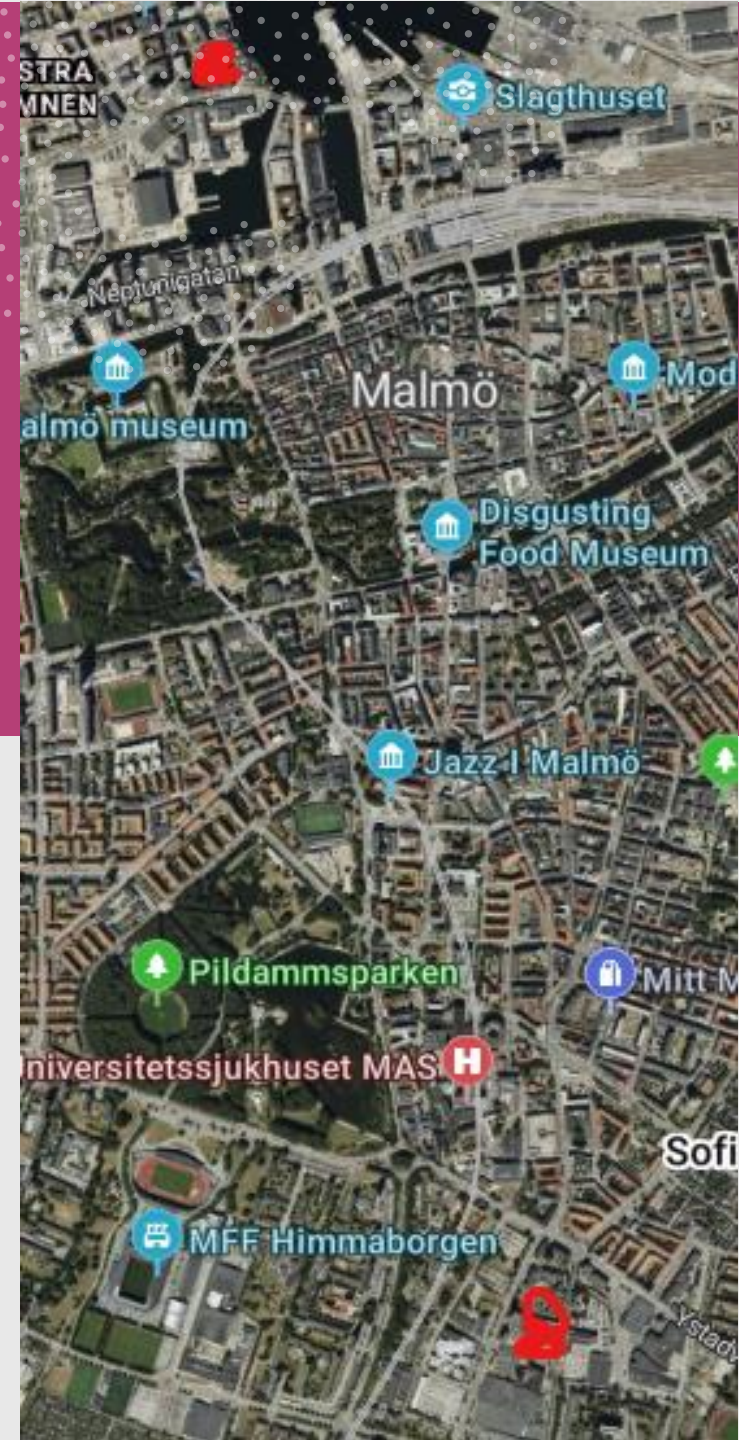


Moje pocity

- Kolegové - jonas (mentor)
- Dorozumívání
- Pracovní hodiny

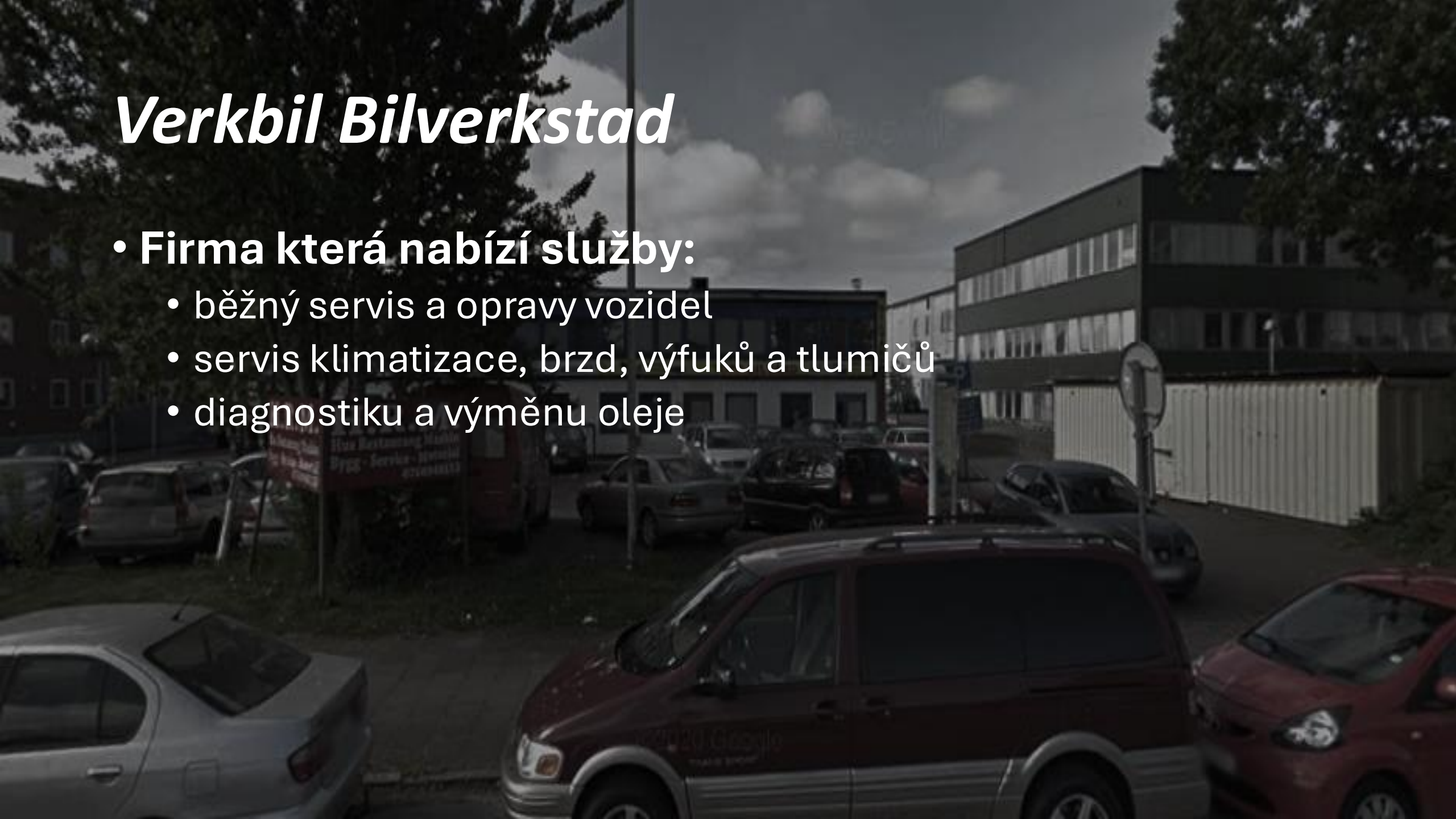
Doprava

- Stanice Mobilita
- Autobus tak 40 minut
- Lime koloběžky tak 20 minut



Verkbil Bilverkstad

- **Firma která nabízí služby:**
 - běžný servis a opravy vozidel
 - servis klimatizace, brzd, výfuků a tlumičů
 - diagnostiku a výměnu oleje



Klady a Zápory

Klady

- Většinou jenom 2-3 hodiny k odpracování
- Polský zaměstnanci
- Dobrá komunita

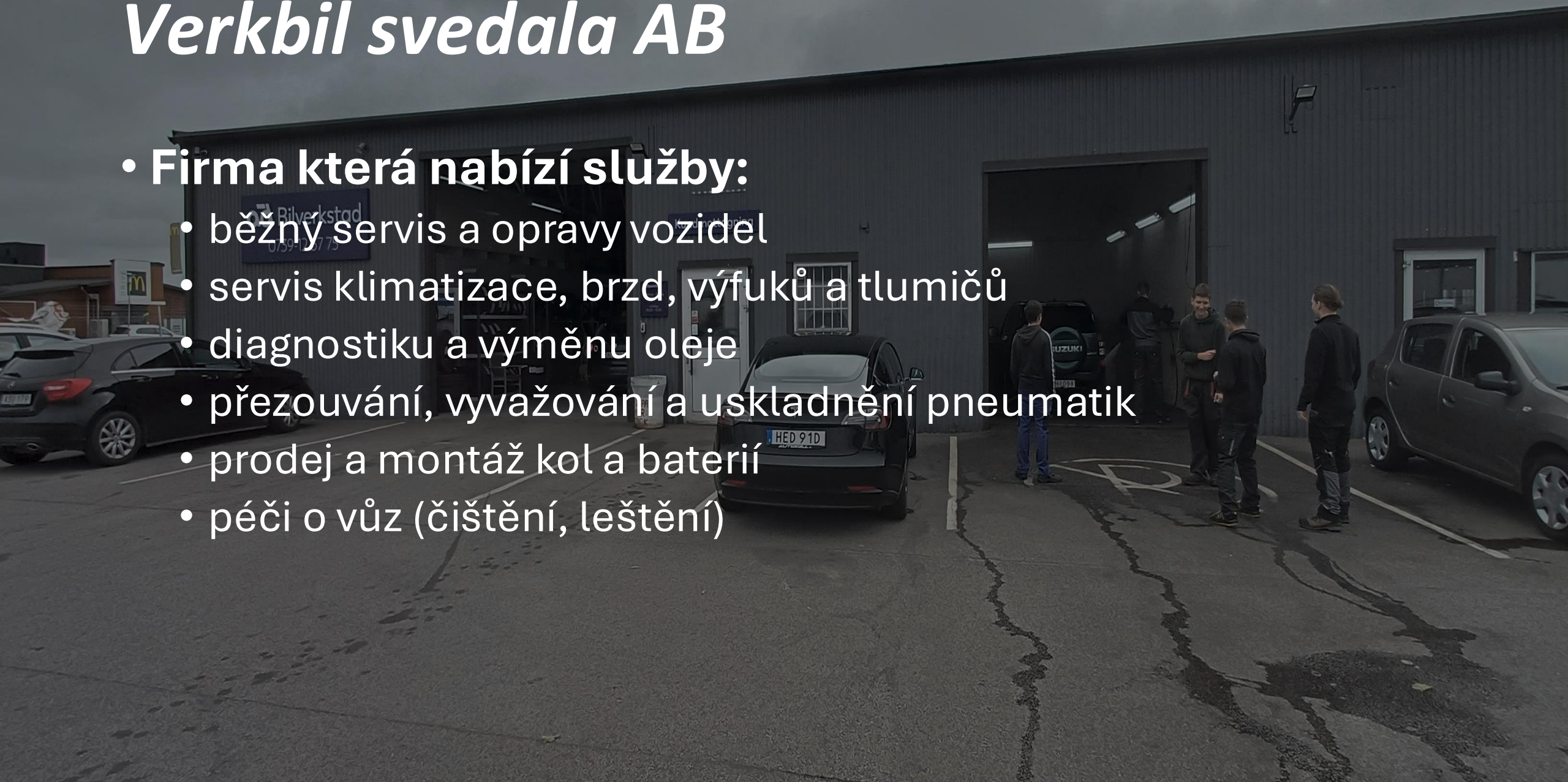
Zápory

- Nic ohledně Elektro oboru
- Většinou nuda
- Málo práce (složité zakázky)

Verkbil svedala AB

- **Firma která nabízí služby:**

- běžný servis a opravy vozidel
- servis klimatizace, brzd, výfuků a tlumičů
- diagnostiku a výměnu oleje
- přezouvání, vyvažování a uskladnění pneumatik
- prodej a montáž kol a baterií
- péči o vůz (čištění, leštění)



Pracovní úkoly

- Výměna oleje
- Výměna motorových, olejových a vzduchových filtrů
- Údržba budovy (zametání a mytí podlahy)
- Údržba auta (mytí, čištění)

Klady a Zápory

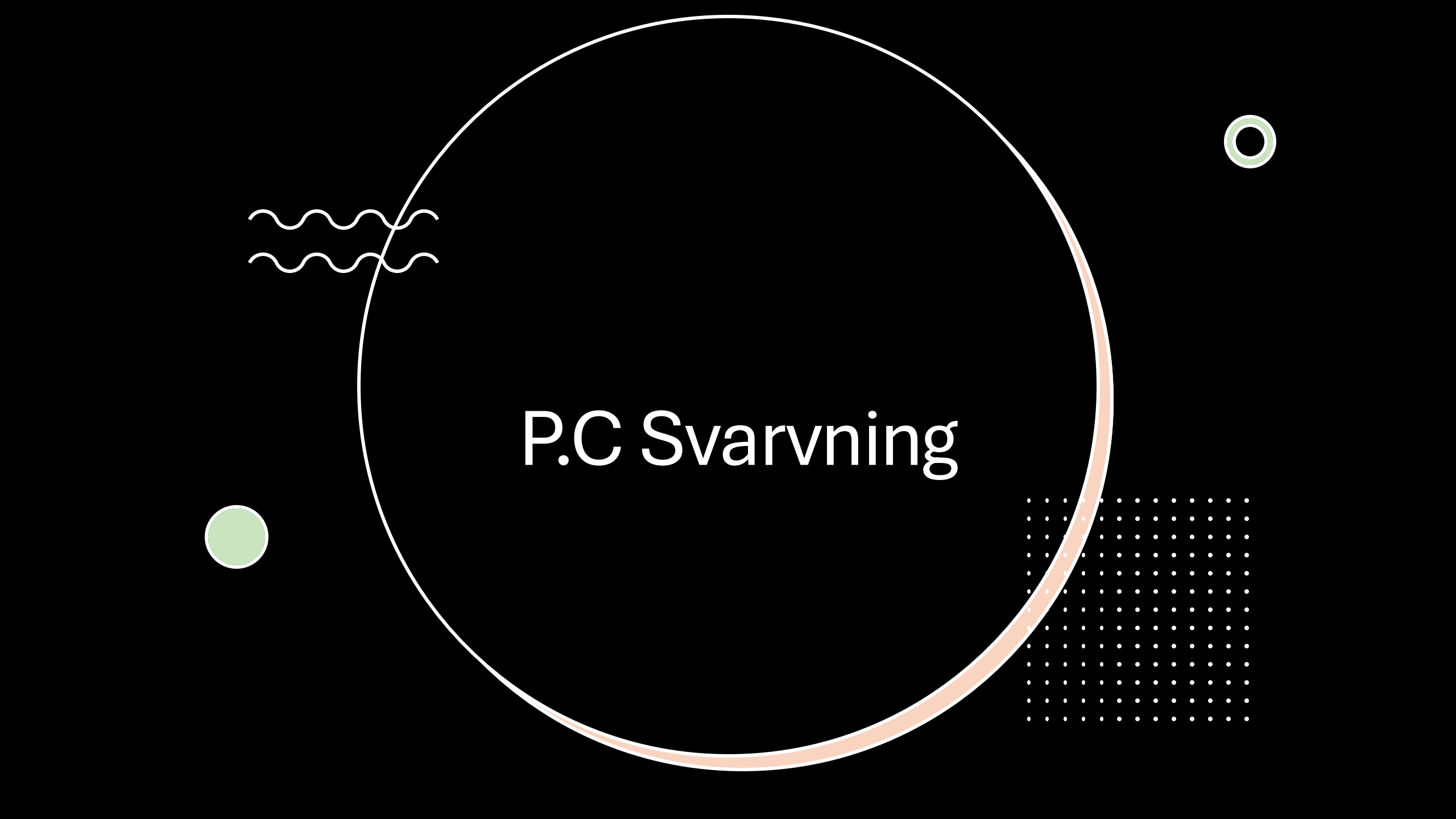
Klady

- Dobrá komunita
- Lepší práce

Zápory

- Nic ohledně Elektro oboru
- Horší komunikace





P.C Svarvning



P.C Svarvning

- Adresa: Industrigatan 24-26, 212 14 Malmö
- Zaměření výroby: Kovy, neželezné kovy, plasty



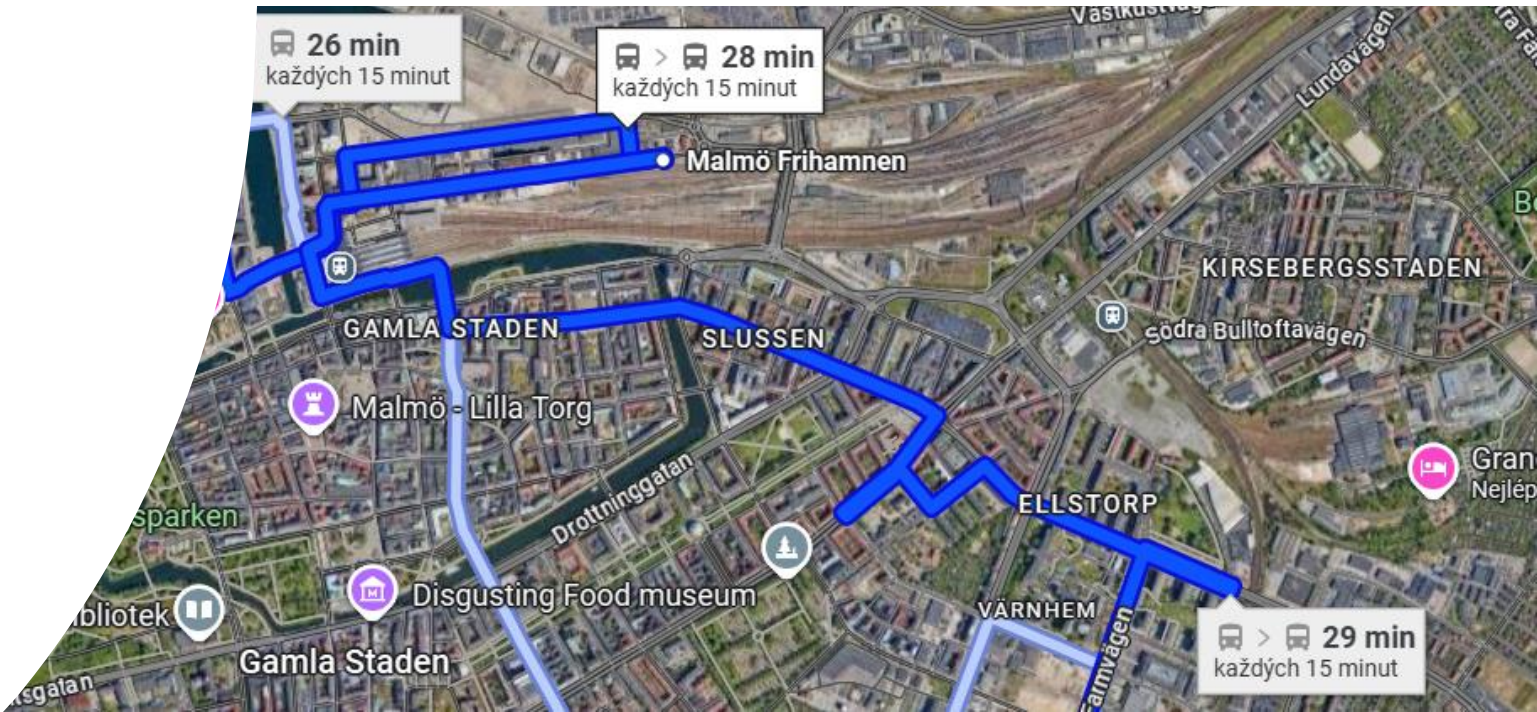
Výbava

- Firma disponuje CNC obráběcími soustruhy a frézkami
- Konvenční obrábění - soustruhy,
- Broušení - dokončující úprava povrchu



Doprava

- Díky autobusu linky 3 a 9
- Dostavení na pracoviště v 9:00, konec v 15:00



Kolektiv

-
- Příjemný, veselý
 - S sebou: dobrou náladu, úsměv a chuť do práce :)

Volnočasové aktivity



BBQ

Lokace: Öresundslekplatsen





Disgusting Food Museum

- Lokace: Södra Förstadsgatan





Kullaberg trip







Mölle





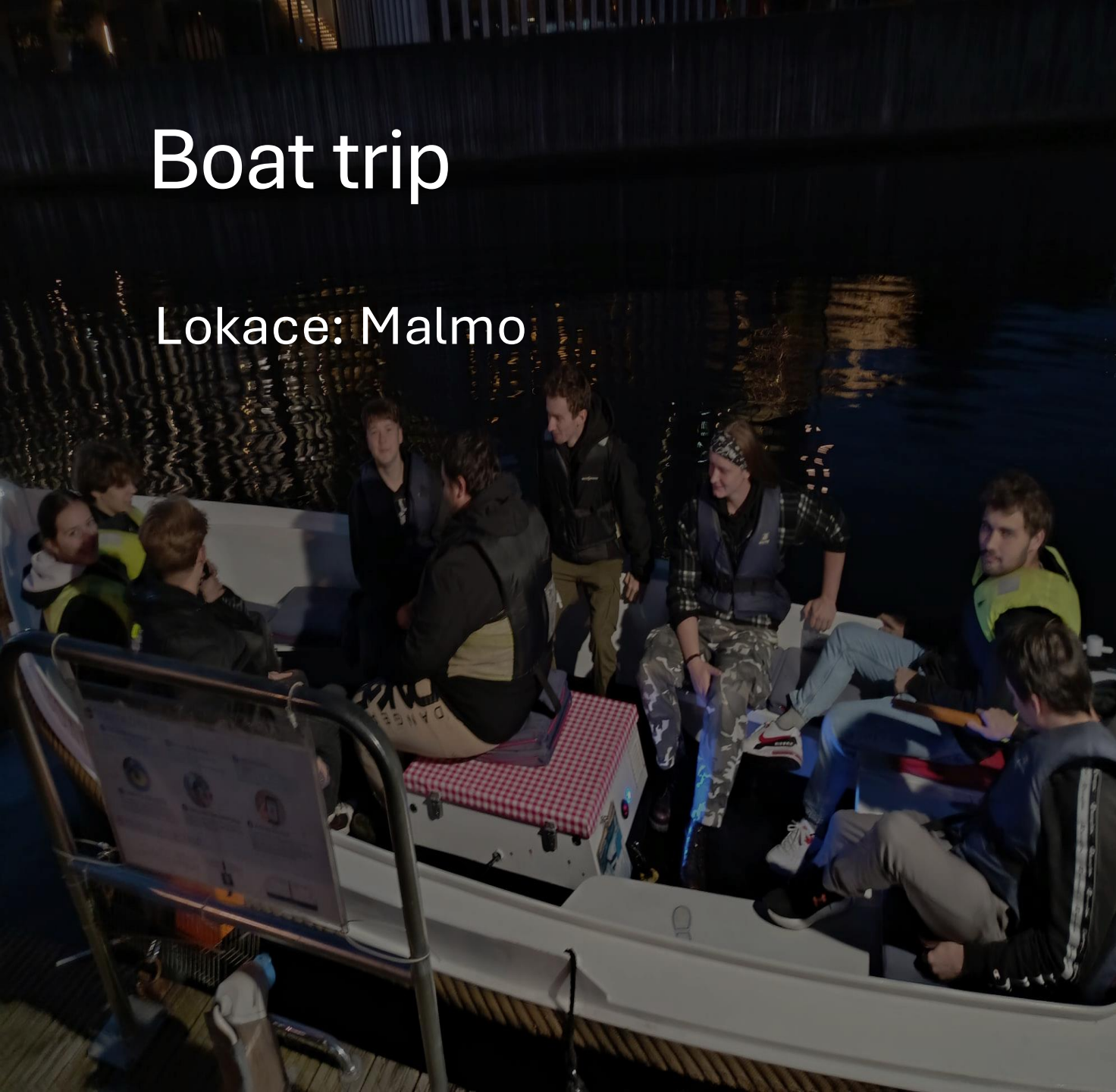
Helsingborg





Boat trip

Lokace: Malmö





Malmö Museum



#malmömuseer



