

metro 

U Pinkasů jako první
v Praze narazili sudy
s plzeňským pivem.
Jak hospodskou legendu
vidí Pavel Maurer?

STRANA 8



Čeští fanoušci urbexu zachraňují památky

Zájem o **objevování zpustlých zámků**, továren a dalších památek u některých nadšenců do urbexu přerostl ve snahu tyto stavby **rekonstruovat**. Příkladem je Miloš Dempír. **STRANA 4**

Smrtící jezy

Pod dohledem Vodácké školy záchrany absolvovali o víkendu vodáckí kurz záchrany z nebezpečného jezu na řece Úpě nedaleko Zvole na Náchodsku. I pro zkušené profesionály jde o velice náročnou a nebezpečnou disciplínu. Jak už dříve uvedl jeden ze zkušených instruktorů Tomáš Otruba, například pro hasiče se jedná o jeden z nejvíce rizikových zásahů vůbec. „Jde o sekundy, je to nebezpečné, každá drobnost může záchranu ztížit, roli hraje i teplota vody, na závažná rozhodnutí máme jen minimum času. Zhruba po minutě, co stráví tonoucí v jezu bojem o život, je fyzicky tak vyčerpaný, že už většinou není dalšího výkonu schopen. Proto je zásadní prvotní laická pomoc,“ vysvětlil. Na vodu každoročně vyrazí přes 800 tisíc Čechů, přičemž podle serveru iDNES.cz okolo dvou stovek jich zemře. Právě jezy jsou nejrizikovějšími místy, dle databáze www.nebezpecnejezy.cz je těch nejvíce nebezpečných 157. Hrozbou jsou především pro takzvané sváteční vodáky, kterých je ovšem na jaře a zvláště v létě většina.

MET



Rarita mezi světovou flórou

Odborníkům z liberecké botanické zahrady se podaří rozmnožit obtížně pěstovatelnou jedinečnou stolistou rostlinu žlutokap sedý. Měří na výšku skoro šest metrů, ve volné přírodě se vyskytuje jen v Austrálii, kde vydrží růst až po tři staletí.

STRANA 2

V grilovací škole ohně a kouře

Jak vymazlit steaky tak, že to hosty na párty pošle do kolen? Redaktoři deníku Metro si nechali poradit od finalisty první řady MasterChefa Jiřího Hilgarta. „Bílá drůbež by měla mít 82 stupňů, vepřové tak 72 a hovězí jako medium 56 stupňů,“ doporučuje.

STRANA 6

Trend: Firemní pobyty s dětmi

V Česku se konečně objevuje v zahraničí už běžná záležitost, teambuildingy i s dětmi zaměstnanců. Zkouší to také v Krkonoších. Návštěva Sněžky či následný sjezd na koloběžkách v programu doplňují například rodinné kvízy či třeba karaoke.

STRANA 7

„Očko“, které nerado mlátí lidi

Jmenuje se John Sugar, je to soukromý detektiv takřka noirového stříhu a má tvář s lety víc a víc vyzrálého Colina Farrella. Potřebujete vědět ještě něco navíc, abyste na osmidílné seriálové dobrodružství Sugar se zmiňovaným irským rodákem chtěli začít koukat?

STRANA 12

Žlutokap vydal semena

Stoletou šestimetrovou rostlinu pocházející z Austrálie se v Liberci podaří rozmnožit.

Úspěšného výsledku se po roce dočkala Botanická zahrada Liberec u stoletého žlutokapu šedého, který museli zahradníci loni na jaře ručně opylit. Z obtížně pěstované rostliny, jež má na výšku skoro šest metrů, se jim podařilo sebrat letos na jaře několik desítek semen.

Rostlina se v přírodě vyskytuje jen v Austrálii. Liberecký exemplář se do Evropy dostal na sklonku 20. století díky tomu, že se v Austrálii stavěla silnice a stavbaři dostali zvláštní povolení ji vykopat a prodat mimo kontinent. V botanické zahradě ji mají od roku 2002 a za tu dobu jen třikrát vykvetla, naposledy loni na jaře. „Aby se podařilo z rostliny získat semena, bylo zapotřebí ji opylit. Jelikož roste ve skleníku, kde se hmyz



V liberecké botanické zahradě poprvé vykvetl žlutokap (na snímku z 29. února). Rostlina se ve volné přírodě vyskytuje jen v Austrálii.

PROFIMEDIA

přírozně nenachází, museli se o tento proces postarat sami zahradníci. Na konci března 2023 rostlinu ručně opylili a celý rok se čekalo na výsledek,“ uvádí Jan Mikulíčka z botanické zahrady a dodává, že získaná semena nabídne zahrada dalším botanickým institucím.

Žlutokap nebo také Xanthorrhoea je schopný ve volné přírodě růst až 300 let. V přírodě kvete hlavně po požárech, kdy je jeho kmínek zčernalý. Od toho je odvozen také jeden z jeho lidových názvů – Black Boy. „Český název vznikl překladem původního názvu, rostli-

na totiž při poranění roní žlutou pryskyřici. Dalším lidovým názvem, se kterým se lze setkat, je stromová tráva, což zjednodušeně popisuje vzhled rostliny,“ dodává Mikulíčka. Zajímavostí je podle něj to, že v minulosti se vylouhovaná květenství používala k přípravě nápojů. **ČTK**

INZERCE

NOVÉ BYDLENÍ BEZ KOMPROMISU

- vzorový byt 2+kk k nastěhování
- finální dokončení povrchů dle vlastního vkusu



- cenově dostupné byty
- 2+kk až 3+kk, terasa
- Praha 5, ulice Ke Koulce

www.city-home.cz

CityHome



Opuštěná za plotem

Pelhřimov našel využití pro kapličku, která desítky let stála opuštěná u plotu v jednom místním areálu soukromé firmy. Drobnou stavbu, typickou pro moravskou krajinu, se podařilo opravit a umístit k nové cyklostezce, která vede podél řeky Bělá. **ČTK**



Dejte červenou ZDRAVOTNÍM KOMPLIKACÍM!



Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



Celodenní komfort bez vysychání, mžčení a řezání v očích.

Pro ČISTÉ A JASNÉ vidění

Nosíte kontaktní čočky? Pak jistě víte, že výběr roztoku ovlivňuje kvalitu nejen kontaktních čoček, ale i vašeho vidění. Zapomene na nepříjemné řezání, pálení či suchost očí a vyberte si ten správný roztok na kontaktní čočky.

Celodenní komfort při nošení kontaktních čoček vám zajistí nový zdravotnický prostředek **OCUTEIN SENSITIVE roztok na kontaktní čočky**, který díky jedinečné kombinaci hyaluronanu sodného a hypromelózy zaručí čočkám celodenní lubrikaci a hydrataci. Při jejich nošení tak budete cítit maximální pohodlí po celý den, zároveň se zlepši komfort vidění i pro velmi citlivé či suché oči. Víceúčelový roztok vysoké lékařské kvality čočky účinně čistí a dezinfikuje, takže je uchová v dokonalém stavu a zajistí jejich nezbytnou hydrataci i lubrikaci. U každého balení je navíc pouzdro na kontaktní čočky zdarma. K dostání pouze v lékárnách.

Rychlá úleva při zažívacích potížích!

Trápí vás nadýmání, plynatost, pálení žáhy, pocit plnosti nebo těžký žaludek? Pak právě pro vás je v lékárnách k dostání novinka, která zklidní váš zažívací trakt a podpoří trávení.

Vsadte na doplněk stravy **GastroMed®**, který obsahuje unikátní GastroActive komplex pro správnou činnost zažívacího systému. Díky kombinaci 8 tradičních bylin, mimo jiné kmínu, máty peprné a anýzu, tak podpoří vaše trávení, zklidní pohyby střev a zažívání bez těžkého žaludku. Přípravek je navíc vhodný pro diabetiky a také těhotné a kojící ženy.

NOVINKA



Boj proti svědivé a suché pokožce hlavy

Při seboře, lupénce a atopii ve vlasech nejčastěji bojujeme s nepříjemným a vytrvalým svěděním. K tomu se přidávají i nevzhledná suchá, začervenalá místa a lupy. Jak se toho všeho co nejrychleji zbavit?

Vyzkoušejte konopí! **Capillus šampon seboře** pomáhá k rychlému zklidnění svědivé a podrážděné pokožky hlavy a zmírňuje tvorbu lupů a zarudlých míst. Kombinace konopného oleje a extraktu pomáhá k přirozené obnově vlasové pokožky, ať už se jedná o seboreu, lupénku nebo atopický ekzém. Sůl z Mrtvého moře společně s grepovými semínky ničí přemnožené kvasinky a tím zabraňují opětovnému návratu potíží. K dostání v lékárnách.

CPK – certifikovaná přírodní kosmetika se zárukou šetrného přírodního složení.



Stop karpálnímu tunelům!

Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



LIMITOVANÁ EDICE



Neustálé opakování stereotypních pohybů způsobuje utlačování nervů v úzkém místě přední strany zápěstí. To vede k nepříjemnému mravenčení, pálení, trnutí a bolesti v konečcích prstů a zápěstí ruky.

Naštěstí existuje účinné řešení z lékárny. Osvědčený zdravotnický prostředek **KARPAL AKUT FORTE** ve formě mazání potlačuje otoky, posiluje nervy ruky, omezuje bolestivost a zlepšuje citlivost prstů.

Pro dlouhodobé posílení utlačovaných nervů ruky je nyní k dostání **speciální balení s 30 tobolekami doplňku stravy KARPA-L AKUT ZDARMA.**

Češi zachraňují památky i méně známé ruiny. A jsou úspěšní

Zdevastovaných zámků, hradů, fabrik i kapliček je u nás obrovské množství. Některé fanoušky urbexu to nenechá v klidu.

Fenomén urbexu, který v Česku začal někdy na přelomu tisíciletí, se postupně přetavuje v činy, v nichž jde o záchranu takových staveb. Urbex je fenoménem objevování zpustlých objektů. Jejich návštěva je doprovázena adrenalinem, ale také touhou podívat se někam, kde nikdo nebyl desítky let. Nebo alespoň svou návštěvou další urbexáky nechat při tomto vědomí. Kodex urbexáků je totiž jasně daný – podívej, nafoť, ale nic neodnášej, nech vše tak, jako když jsi přišel.

Další kapitolou nadšení pro staré, léta opuštěné stavby je jejich obnova. Za tím stojí neuvěřitelné množství práce, zřejmě mnohem větší, než jen to se do takových míst dostat a bez úhony, tedy ve zdraví, případně bez chybné ochrany je opustit.



Miloš Dempír prodal byt a koupil zdevastovaný zámek. Opravy ho zatím stály 10 milionů. Financuje je z úspor i pomocí dotací. 2x MILOŠ DEMPÍR

Ačkoli kompletní statistiku opravovaných zdevastovaných památek nemá například Národní památkový ústav k dispozici, dá se odhadovat, že v Česku jsou desítky nadšenců. A to jak z řad jednotlivých lidí, tak měst nebo obcí.

„Jistý trend zaznamenávám. Raději opravovat zajímavé stavby s příběhem než stavět na zelené louce. Majitelé to přináší i zajímavou formu propagace, když se lidé cíleně chodí dívat na tyto počiny, zajímají se. Taková propagace má kolikrát jak regionální dosah, tak za hranice,“ říká pro deník Metro Radomír Kočí z iniciativy Poznej Kočí z projektu Poznej domy. V jeho databázi najde-

me desítky objektů, které rekonstrukcemi prošly, i ty, jež na záchranu teprve čekají.

Jedním z lidí, kteří se nebáli a šli do oprav historicky cenného objektu, je i Miloš Dempír, kastelán hradu Svojanov, jenž před čtyřmi lety zakoupil zdevastovaný zámek Poláky. „Zakoupil jsem ho proto, aby mi do života přinesl náplň a radost. Starosti se snažím si příliš nepřipouštět, i když někdy jsou velké. K jeho obnově čerpám dotace a velmi si cením pomoci všech zapojených lidí,“ uvádí Dempír, který před měsícem oslavil 44. narozeniny.

A na co vlastně musí myslet „páni“, kteří se snaží z ruin vykřesat jejich původ-



ní krásu? „Je toho hodně. Musí se zhodnotit vlastní možnosti, i samozřejmě finanční. Ideálně načerpat inspiraci, zkušenosti, informace u majitelů podobných již zachráněných nebo zachraňovaných staveb, mnoho z nich se rádo o zkušenosti podělí,“ podotýká Kočí, který se na mapování málo známých památek a nejen jich zaměřuje. Podle něj je třeba sejít se s místním příslušným památkářem, který má oblast na starosti, a probrat s ním plány a jeho pohled na situaci. „Ohledně památkářů panují občas obavy, ale zažil jsem již řadu z nich, kteří ochotně poradili i dali například doporučení na osvědčené společnosti, na-

směřovali ohledně možnosti financování, získávání dotací,“ přibližuje začátek prací.

Dempír tvrdí, že mu pomáhají dotace od Ústeckého kraje, do jehož katastru zámek spadá, Ministerstva kultury ČR nebo od různých nadací. Důležití jsou i návštěvníci či dobrovolníci na brigádách. „Pokud by si člověk myslel, že si koupí památku a opraví ji z dotací, je to představa velmi mylná. Musí být připraven vložit do záchran zejména své vlastní prostředky a obrovské množství energie, v opačném případě bude jeho snaha odsouzena k neúspěchu,“ říká Dempír. Zachránců, jako je on, je v Česku více (viz box). **MAREK PEŠKA**

FILM ŠARLATÁN VE ZCHÁTRALÉ VELKOSTATKÁŘOVĚ VILE

Další, kteří zachraňují nebo zachránili historické objekty:

- Nadšenci z Klubu Ladislava Lábků, který je základní orga-



Zámek Čechovice PROFIMEDIA

nizací Českého svazu ochránců památek, zachraňují zámek v Čechovicích na Domažlicku. Konají se tam různé akce.

- Velkou proměnou prošel také zámek Mirošovice nedaleko Mostu. Ve 14. století byl prvním panským sídlem rytířů Mirošovských. Poté ho vlastnil Šternberkové nebo Lobkowiczové. Během komunismu zchátral, v roce 2019 ho koupila obec a dala dohromady. Od loňského června tu funguje komunitní centrum, pořádají se zde akce.
- U Bílé lílie, tak se jmenuje dům, který léta hyzdil Malou Stranu v Praze. Od roku 1989 se jeho majitelé měnili, před 10 lety se z něj stal dům hrůzy. Nová majitelka ho zrekonstruovala a od roku 2017 část domu funguje jako hotel.

- Dvacet let na svou záchranu čekal kdysi ikonický obchodní dům v centru Ostravy. Památkově chráněný objekt Ostravice se právě otevírá kultuře, společenskému dění a také mladým firmám.

- V malé obci Lichoceves na západ od Prahy stojí krásná vila. V roce 2017 ji zdevastovanou koupil Pavel Španko. Ještě před opravami tady filmáři natočili snímek Šarlatán. Před třemi lety byla vila, kterou postavil ve 40. letech minulého století Josef Mrázek a po únoru 1948 sloužila JZD, zrekonstruována. V její části jsou prostory pro aktivity místních obyvatel.

Ceny za opravy už jsou lepší

Jak zafinancovat opravy památek? Ideálně z vlastních zdrojů, kdy majitel není příliš vázán byrokracií při žádání o dotace. Nebo například z provozu objektu. Přesně tak, jak to dělá Dempír, který

zámek Poláky poprvé otevře 27. dubna. Existují ale i nejrozumnější subjekty, kde se dají získat dotace. „V tomto mám například zkušenosti, že velmi dobře pomohou třeba různé agentury regionálního roz-

voje,“ říká pro deník Metro Kočí. Uklidňuje se také situace okolo cen materiálu. Ten v době ekonomické krize dramaticky zdražoval. Ještě před krizí šly nahoru ceny za lidskou práci. **MAP**

INZERCE

SOUTĚŽ DENÍKU

metro

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

VYHRAJTE

3 DÁRKOVÉ BALÍČKY S NOVOU ČESKOU KOMEDIÍ PRÁZDNINY S BROUČEKEM

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Kdo nebo co je ve filmu Brouček?

A) Postava v hlavní roli
B) Domácí mazlíček
C) Obytnák

ODPOVĚDI zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, PŘÍJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Brouček. 3 výherci získají dárkový balíček k nové české komedii Prázdniny s Broučkem. Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

KRÁTCE

Pulčinské ledopády

Do některých přírodních rezervací v Beskydech není vstup mimo turistické stezky povolen. Zákaz platí i pro hojně využívané Andělské schody v přírodní rezervaci Smrk na Frýdecku-Místecku. Míst s omezenou možností pohybu je v Beskydech více. Informuje o nich na svých webových stránkách Agentura ochrany přírody a krajiny. Posledním sezonně uzavřeným místem je přístup k ledopádům v NPR Pulcín-Hradisko. Cesta po modré značce k nim se po zimě uzavírá, což se stalo i letos v dubnu. Uzavřená zůstane do 1. ledna. **IDNES.cz**

Írán varuje

Írán zaútočil na Izrael a zároveň varuje, aby se Izrael neuchyloval k odplatě. Stejně tak by se podle Íránu měly držet zpátky Spojené státy. Írán vyslání 300 dronů a raket, které byly Izraelci z 99 procent zneškodněny, reagoval na „opakované zločiny“ židovského státu. Hnutí Hamás, palestinská islamistická politická strana a teroristická organizace, útok pochválil a dodal, že je to přirozené právo a zaslužená odpověď na izraelské zločiny. Většina států EU a také například Spojené arabské emiráty vyzývají k maximální zdrženlivosti a k řešení konfliktů prostřednictvím dialogu a diplomacie. Eskalace na Blízkém východě také zvyšuje cenu ropy. **ČTK**

Zážitek!

Hlas držitelky tří Grammy Samary Joy v sobotu rozezněl brněnské Sono Centrum. Čtyřicetiletá umělkyně tam vystoupila na festivalu JazzFestBrno. Koncert byl vyprodaný. Nadšení posluchači aplaudovali vestoje a dvakrát si vyžádali přídavky. Joy je následovnicí slavnějších kolegyně Billie Holiday nebo Elly Fitzgerald. Na festival dorazí další hvězdná jména jako třeba další držitel prestižních cen Grammy Chris Botti, který je dvorním trumpetistou Stinga. **ČTK**



INZERCE

„Péče o vlasy je můj oblíbený rituál“

Elseve
Glycolic Gloss
šampon na vlasy
200 ml

199 Kč

99,50 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 16.12.2023 199 Kč



Elseve
Glycolic Gloss
balzám na vlasy
150 ml

199 Kč

132,67 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 16.12.2023 199 Kč

Moje dm-app
dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Glamping dál láká více Čechů

V České republice roste zájem o takzvané glampování, tedy luxusní formu klasického kempování pod stanem, širým nebem a v odlehklých oblastech. Glampaři by proto rádi do budoucna založili vlastní asociaci, která by jim pomohla pojem lépe právně definovat a zároveň přispěla k dalšímu rozvoji. Vznik asociace je zatím spíše ve fázi přípravy a momentálně se dává její dohromady odborníci. **ČTK**

DALEKO OD LIDÍ

Glamping je luxusní forma kempování v přírodě, nabízí vybavení, jako je kuchyň, toalety nebo elektřina.

- Jde například o stany, maringotky, karavany či speciálně upravené ubytování, třeba v korunách stromů. Kombinuje v sobě klasické kempování a využití předností hotelů a apartmánů. Ubytovaní je často umístěno v odlehklých částech. **ČTK**

Skiareály mají sníh ve skladech

Globální oteplování ohrožuje lyžařské dovolené.

Některá zimní střediska ožívají starodávný trik: šetří si sníh přes léto. Ve finském lyžařském středisku Ruka začíná sníh obvykle tát v dubnu. Vytipovali tam místa, kde vyrostou obří mohyly sněhu, které budou přes léto přikryty bílou polystyrenovou de-

kou. Každá pojme asi 30 tisíc metrů krychlových sněhu. Až budou tyto mohyly v říjnu odkryty, zůstane podle odhadů z minulých let asi 80 až 90 procent sněhu, což stačí na rozprostření na třech nebo čtyřech sjezdovkách a ve snowparku.

V posledních desetiletích, kdy lyžařský průmysl experimentoval se způsoby, jak uchovat sníh pro podzimní nebo časně zimní akce či otevření, střediska soustředila

sníh na hromady a pak je pokrývala organickým materiálem, jako jsou piliny, štěpky nebo sláma. Tyto metody mohou být překvapivě účinné. Jeden výzkumný článek zjistil, že se díky nim podařilo uchovat 72 až 85 procent sněhové hmoty během léta. Tato technologie je v současnosti mnohem pokročilejší.

Například finský systém zahrnuje bílé polystyrenové deky o tloušťce 50 nebo 70 milimetrů, které jsou navrženy

tak, aby přesně kopírovaly kopce sněhu. Takhle to dělají například ve finském Levi, kde se konají slavné závody.

Mnoho středisek je závislých na umělém zasněžování. Ale to, kolik sněhu mohou vyrobit, závisí na podmínkách. Při kombinaci velmi nízkých teplot, suchého vzduchu a mírného větru je tento proces nejúčinnější. Provozovatelé se stále snaží vyrábět sníh, kdykoli to jde. A to včetně října nebo listopadu, kdy jsou

ještě areály uzavřeny, ale už se chystá příprava na další lyžařskou sezonu, a to i v případě, že ještě nemrzne. Díky skladování sněhu se střediska jako Ruka mohou místo toho zaměřit na neefektivnější období pro výrobu sněhu, například v lednu. Stále se však jedná o proces, který vyžaduje energii, varují odborníci z laboratoře sněhových sportů ve švýcarském Institutu pro výzkum sněhu a lavin. **ČTK**



Jiří Hilgart vlevo, uprostřed Petr Holeček a vpravo Filip Jaroševský z deníku Metro. Právě probíhá hodina steakové akademie.



Že nevidíte červené maso a krev? To je dobře, nakrájeli jsme vepřový steak, ten by měl zůstat pouze růžový. Sůl a bylinky nechybí.



Povídáme si o masu. Jak například poznat v obchodě, že jde o čerstvý kus. 3x METRO

Ve škole ohně a kouře

Jak vymazlit steak tak, že to hosty na párty pošle do kolen? Zapište se jako my do Smoke & Fire Academy.

Motor zaburácí. Zvonek u vrátka. Štěká pes. Před domem zaparkoval obrovský americký pick-up. Dveře. Pohorka na silnici. Je tu Jirka Hilgart. V kšiltovce, košili a džínách.

Původně kontrabasista Českého národního symfonického orchestru, později finalista první řady MasterChefa, dneska gastronom, privátní kuchař a zejména rádce grilmasterů – tedy i nás, kluků z deníku Metro. Proto jsme si ho taky pozvali na soukromou párty. Jsme mistři grilu, zejména toho s kulatou ocelovou plotnou tlustou 12 mm a ohništěm uvnitř. Ve stea-

cích ale trochu plaveme, tak jsme se zapsali do jeho akademie. „Gastro je můj koníček od chvíle, kdy jsem prvně viděl Zdenka Pohlreicha. Ale nebojte, takhle vestrej na vás nebudu,“ směje se sympáťák, který utratil celé stavební spoření od táty za restaurace, aby ochutnal to nejlepší.

„Kluci, vezu kachní prsa, taky vepřové kotlety s kostí, hovězí roštěnec a highlight dnešního dne, steak tomahawk z argentinského bejčka, který připomíná tradiční indiánskou sekeru, koukejte,“ napřáhne se Jirka. Tenhle luxusní kus masa se krájí z vysokého roštěnce stejně jako rib-eye steak, jenže na něm zůstává žebro.

Jak vybrat a připravit steakové maso, zvolit tu nejlepší techniku přípravy i grilování, to je podstatou kurzů Smoke & Fire Academy, které budou probíhat pod širým nebem na zahradě pražského dealerství motorek Harley-David-

son v ulici K Měchurce v Praze 5. Účastníci vypsanych kurzů dostanou také vstupenky na festival Smoke & Fire, který bude součástí přehlídky americké kultury Prague Harley Days od 30. srpna do 1. září na Výstavišti v Praze.

Ale to už Jirka okrájel ananas, který se griluje mezi steakky. „Sladká tečka, ogrilujeme ho a pak na závěr prohodíme v hrnci s kokosovým mlékem,“ dělá nám chutě.

Tajemství správně připraveného steaku je teploměr, který vpícháme do masa a měříme teplotu uvnitř. „Bílá drůbež by měla mít 82 stupňů, vepřové tak 72 a hovězí, máme-li rádi přípravu medium, 56 stupňů,“ říká Jirka, který ale nevyučuje pouze steakky, má i „hodičky“ hamburgerů, domácích majonéz, pečiva nebo geniální přílohy, kterou nám ukázal rovněž: kukuřič přelitých máslem a posypaných parmazánem.

PETR HOLEČEK

OSLAVA GRILMANIE

Nový festival zaměřený na BBQ, grilování, přípravu jídel kouřem a ohněm pod širým nebem vstupuje do Česka. V zahraničí je velmi oblíbený.

- Za Smoke & Fire Food Festem stojí kuchař a finalista soutěže MasterChef Jiří Hilgart. Akce se spojila se zavedeným eventem All American Fest/Prague Harley Days, jehož se stává součástí. Ten proběhne na konci srpna.

- Byly také spuštěny kurzy grilování Smoke & Fire Academy, navíc Jiří Hilgart ve spolupráci s pražskou pobočkou Hard Rock Cafe připravil speciální menu. Ochutnat tak můžete třeba zauzené trhané kuře s langoší.

MET

KANCI V AKCI

Filip rád měří teplotu a Petr neumí krájet natenko. Jak si vedli redaktoři deníku Metro na speciální soukromé hodině grilování s Jiřím Hilgarem? Naskenujte mobilem QR kód dole a nechte se unášet na kouřovém obláčku ze dřeva našeho grilu. Pokud budete sledovat pozorně, zjistíte, že není třeba složitých příloh. Stačí například grilované papriky. A sledujte prosím náš Instagram @mojemetro!



INZERCE

NAKOUPILI JSTE U NÁS?

Zlatá investiční mince Wiener Philharmoniker 1 Oz v průběhu let

ROK 2022

PRODEJNÍ CENA:

42 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA:

41 000 Kč

ROK 2023

PRODEJNÍ CENA:

47 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA:

45 000 Kč

ROK 2024

PRODEJNÍ CENA BŘEZEN:

51 000 Kč DUBEN 54 700 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA BŘEZEN:

48 900 Kč DUBEN 52 900 Kč



VÝBORNĚ. DOSTANETE VÍC...
www.zlataky.cz



Firemní pobyt i s dětmi? Trend

V Česku se objevuje v zahraničí už běžná věc, teambuildingy i s dětmi zaměstnanců. Zkouší to také v Krkonoších.

Horská městečka s dobrou časovou dostupností z metropole v zahraničí jsou oblíbeným místem pro firemní akce. Trend pořádání akcí mimo město, kde firma působí, vzrůstá už od covidu. A vidět je to i na českých horách.

„Důvody jsou jasné v zahraničí i u nás. Hlavně proto, že v průběhu roku spolu lidé častěji komunikují pouze on-line. A tady mají čas na práci v týmu, na zpevnování vazeb a koneckonců i třeba na

svou rodinu,“ říká deníku Metro ředitel Aparthotelu Svatý Vavřinec Martin Venglář.

Jenže jak jde rodina a pracovní výjezd s firmou dohromady? Prý docela dobře. V cizině je to podle hoteliérů běžné. „U nás taky. Firemky s rodinami, to je naše specialita hlavně v létě,“ říká k tomu Venglář a dodává, že tento model trávení času s firmou i rodinou je na vzestupu. „Vidíme to na rezervacích. Výhodou je, že máte dopoledne práci, odpoledne výlet. Víc vás to stmělí. Díky dětské a teenagerovské herně, bezplatnému hlídání a třeba

i wellness jsou spokojeni všichni. Apartmány mají obývací pokoj s plně vybavenou kuchyní, jednu či dvě oddělené ložnice, někdy finskou saunu či vířivku. S takovou pak tahle koexistence není problém, ani když s sebou na hory s firmou vezmete partnera či partnerku a vaše děti,“ pokračuje.

Při pohledu na nabídky zahraničních hotelů je běžné, že nabízejí pro tyto typy pracovních pobytů speciální balíčky. Například společné vaření nebo pečení, kde se setkávají jak kolegové z práce, tak jejich rodiny.

Výhodu mají přitom hotely s vlastními konferenčními prostorami. Ve zmíněném krkonošském Aparthotelu je místo pro tři stovky lidí. A pro konferenční účely je zde k dispozici stylový sál se stejnou kapacitou.

„Jenže my tu přemýšlíme a jdeme ještě dál. Jako hoteliéři spolupracujeme mezi sebou. Takže sem do Pece pod Sněžkou může přijet i firma s vyšším počtem účastníků akce. Konferenční hotely jsou od sebe vzdálené maximálně pět minut chůze, takže lze část lidí ubytovat ve Vavřinci a další část v okol-

ních čtyřhvězdičkových hotelech,“ dodává Venglář.

Pokud se tedy firmy rozhodnou pro takový netradiční pracovní pobyt nebo také teambuilding, je dobré sledovat, jaké aktivity hoteliéři nabízejí pro děti.

Například agentura OMT Group pořádá v Krkonoších Rybrcoul tour. Úkolem týmu je dojít do cíle ve stanoveném čase a během túry získat co nejvíce bodů. Ty dostávají týmy za zábavné týmové úkoly, ale i drobné kvízy. Vyrázejí s mapou, kde jsou zakreslená jednotlivá stanoviště. Bodové hodnocení se navíc mění podle podmínek.

„Outdoor je velice oblíbený,“ potvrzuje Venglář. „Highlight je návštěva Sněžky a sjezd na koloběžkách, východ slunce se snídaní na Sněžce, kurz přežití v horách, únikovka, letní psí spřežení, výlet do pivovaru na elektrokolech s exkurzí nebo grilovačka s výhledem na hřebeny,“ dodává.

A když přejít? Vyzkoušet můžete s firmou nebo rodinou karaoke, kvízy, jukebox i diskokouli, takže si lze pozvat i vlastního dýdžeje. To pak budou firemní výlety mílovat i teenagery. **HOP**

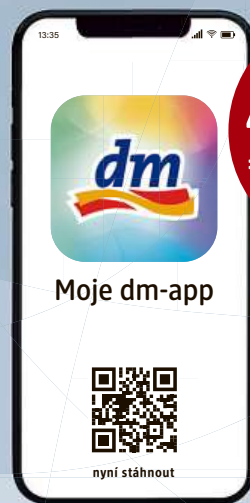
Často lidi překvapí, že cenově jsme na tom lépe než v Praze, ubytování je tu řádově až o polovinu nižší. Stejně tak cena konferenčních prostor je o půlku nižší.

MARTIN VENGLÁŘ
HOTELIÉR Z PECE POD SNĚŽKOU

INZERCE

„Moje dm,
s tebou si
nákupy
užívám“

Stáhněte si nyní aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadněte si nakupování.



**400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA***

* Po prvním stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší dm active beauty kartou získáte ekupon na 400 extra bodů. Ekupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. Ekupon lze uplatnit pouze jednou. Ekupon lze kombinovat s produktovými kupony a ekupy, nelze kombinovat s kupony, ekupy či aktivitami na celý nákup. Sběrání a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vrátě obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu dle zákona č. 40/1995 Sb., O regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

Moje dm-app
dm.cz



**ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI**



Designový Vavřinec posbíral řadu ocenění za svou podobu.



Novinkou je konferenční sál pojmenovaný Sněžka. **2x ASV**

Golf oslavil padesátiny

Pro značku Volkswagen to byl velký večer. Uplynulý čtvrtek v pražském Foru Karlín uspořádala párty Big Night, během níž legendární model značky Golf oslavil padesáté narozeniny. Ale to nebylo všechno, poprvé se před českým publikem ukázala modernizovaná verze tohoto modelu a také nový elektrický ID. Buzz Long. **HOP**



2x VW

LEKTVAR U PINKASŮ

Oblíbenec štamgastů

Seznamte se s Tomášem Babícou, výčepní legendou hospody, kde pivo „hejčká“. U Pinkasů jsou hrdí na svůj primát, vždyť právě tady, kousek od Můstku, byli první, kteří v metropoli narážili sudy s plzeňským prazdrojem. Moudré rozhodnutí učinil roku 1843 Jakub Pinkas, „otec zakladatel“. Právě v těchto dnech hospoda slaví 181. výročí a na to připila řada znalců dobrého piva. Jedním z nich je i Karel Doubek, jenž praví: „U Pinkasů se vystřídaly celé generace znamenitých výčepních, třeba pan Podhorský, který běžně vynesl 15 půllitrů s načepovaným pivem ze sklepa do prvního patra s úsměvem na tváři. Totéž dokáže současná výčepní legenda Tomáš Babica, jehož si oblíbili naprosto všichni štamgasti.“ Škoda že profíka Babicu už nemohli zažít Jan Werich, Pepi Bican, Bohumil Hrabal ani další plejáda štamgastů.



Přisedněte si k Pepimu Bicanovi i Janu Werichovi



Dej Bůh štěstí

Zakladatel hospody Jakub Pinkas byl původně krejčí, jenž dokonce šil roucha pro františkánský klášter přímo sousedící s hospodou. Spolupráce s františkány žije dál, při slavnostním otevření nového výčepu tak nemohl chybět farář Filip, jenž připojil své požehání.



Gotická klimatizace

Nejkouzelnějším místem hospody U Pinkasů je zahrádka uveleбенá v nedostavěné lodi gotického chrámu Panny Marie Sněžné. Pavel Maurer, milovník skvělého jídla i zlatavého moku, si lebedil: „Pivo tu konstantně mají ve velmi příjemné teplotě, pátého schodu.“ Jediné, co by gastronom Maurer vytkl, je až přílišný magnetismus onoho místa. „Mají tu jakýsi virtuální zpomalovač času,“ libuje si stálý spolupracovník deníku Metro, jehož sloupky můžete hlíst každou druhou středu v měsíci. Ostatně, právě u šnypu plzně od Tomáše Babice probral s autorem tohoto textu chutnou náplň nejbližších sloupků.

TEXT, FOTO: DAVID HALATKA

INZERCE

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej
rodinného domu, bytu nebo
chaty. Vyřešíme právní
vady, dluhy nebo exekuce.
Okamžitá výplata zálohy!
Již 23 let zkušeností.

Volejte
zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

Podpořili napadený Izrael

Metropolí prošel průvod stovek lidí, kteří odmítají antisemitismus.

Akci s názvem Kulturou proti antisemitismu zorganizovala Česká pobočka humanitární organizace Mezinárodní křesťanské velvyslanectví Jeruzalém. Průvod se večer po poledni shromáždil u kostela sv. Mikuláše na Staroměstském náměstí, účastníci dorazili vybaveni izraelskými vlajkami.

Následoval pochod na náměstí Jana Palacha, kde sboristky zazpívaly židovské písně. Z náměstí poté průvod zamířil přes řeku na Malou Stranu do Valdštejnské zahrady.

Doutnající antisemitismus

Předseda české pobočky Mezinárodního křesťanského velvyslanectví Jeruzalém Mojmir Kallus uvedl, že se v Praze akce koná podvacáté. Letošní se nesla ve znamení uctění obětí loňských útoků Hamásu na Izrael. Kallus připomněl také aktuální raketový útok Íránu na židovský stát. „Je to velké memento, že být solidární s Izraelem je dnes důležitější než kdy jindy,“ řekl. V podobném duchu



Demonstranti zahalení do izraelských vlajek míří přes Mánesův most na Malou Stranu.

ČTK

promluvil i místopředseda Senátu Jiří Drahoš, který zdůraznil nutnost podpory Izraele. Dodal, že útoky Hamásu v řadě evropských zemí odkrýly doutnající antisemitismus. „Antisemitismus nesmí být omluvitelný, či dokonce ospravedlnitelný, za žádných okolností,“ uvedl senátor.

Hrůzy ve Svaté zemi

Hostem shromáždění byla přímá svědkyně loňského masakru na izraelském hudebním festivalu Jenny Sividyová.

Na akci přijela se svým partnerem a mladším bratrem, kterého i s jeho partnerkou teroristé zavraždili. „Asi hodinu a půl běželi o život, ale nakonec je teroristé dostihli a na jejich cestě domů je zavraždili,“ řekla. „Všude kolem nás bylo plno mrtvých těl, vůbec jsme nevěděli, co se děje,“ popsala vlastní hrůznou zkušenost.

Válku v Gaze rozpoutal 7. října teroristický útok hnutí Hamás na Izrael, při němž palestínští ozbrojenci zabili

téměř 1200 lidí a asi 250 osob unesli do Gazy. Z toho zhruba polovinu stále zadržují. Izraelské odvetné bombardování a pozemní operace si kromě více než 33 545 mrtvých Palestinců vyžádaly podle úřadů kontrolovaných Hamásem přes 76 tisíc zraněných a způsobily humanitární krizi, jež v některých místech zřejmě začíná přerůstat v hladomor. Údaje Hamásu nelze nezávisle ověřit, ale podle některých expertů víceméně odpovídají skutečnosti.

ČTK

ŽALUZIE ROLETY
DODACÍ LHŮTA 2-3 dny
 SÍTĚ PROTI HMYZU
 MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVY
Nabízíme 50% slevu z ceny montáže
ZÁRUKA 5 LET
tel.: 728 863 201
 ŽALUZIE SUCHÝ
www.zaluzie-suchy.cz

Jan Trejbal má workshopy

Jak můžeme pracovat s nevyužitými veřejnými prostory? Dokážeme jim dát dočasnou funkci zvyšující kulturní, sociální či ekonomické přínosy místa? Nejen na tyto otázky chce odpovědět projekt Public Space Lab. Autorem konceptu je výtvarník a urbanista Jan Trejbal, jenž společně se svým týmem pořádá v Galerii Jaroslava Fragnera tříhodinové workshopy, během nichž účastníci načerpají novinky a čerstvou inspiraci z oblasti taktického a temporálního urbanismu. Více na publicspacelab.cz.

HAL

Nelahozeves navštíví hrnčíři, šermíři i kejklíři



Renesanční Nelahozeves MAFRA

O nadcházejícím víkendu se otevrou brány zámku v Nelahozevsi veřejnosti. Renesanční skvost ze 16. století ožije již 19. ročníkem Hrnčířských slavností pro celou rodinu. Čeští mistři hrnčíři předvedou své umění i keramické výrobky. Doplní je také další zruční řemeslníci, kteří předvedou umění tlučení másla, zakládání ohně křesadlem nebo ražbu mincí. Návštěvníci budou mít šanci ukázat svoje schopnosti v lukostřelbě nebo se naučit dobové tance či šermířské dovednosti. Nebude chybět dobová hudba ani živá vystoupení.

HAL

Staň se superhrdinou pražských ulic!

Aktuálně hledáme hrdiny na pozici popelář.

Kontaktujte nás na:
 email: liidskezdroje@psas.cz
 tel.: 705 809 151
 web: psas.jobs.cz





Nová éra PC gamingu.



 smarty.cz

Více se dozvíš
na **smarty.cz**

Oblíbené kategorie...

 TIGO

Prohloubí tvou
lásku k hraní



Monitory

Rozšiř svůj
prostor pro hru

Komponenty

Ukážou
tu **pravou sílu**



POPCORN

Sugar a bič. Soukromé očko nerado mlátí lidi

Tmavovlasý sympaták Colin Farrell září v osmidílné detektivce Sugar.

Jmenuje se John Sugar, je to soukromý detektiv takřka noirového stříhu a má tvář s lety víc a víc vyzrálého Colina Farrella. Potřebujete vědět ještě něco navíc, abyste na osmidílné seriálové dobrodružství Sugar se zmiňovaným irským rodákem chtěli okamžitě začít koukat? Já jsem nepotřeboval. A vám, jak doufám, v rozhodování pomůže tento článek. Seriály z dílny streamovací platformy Apple TV+ totiž stále nedostávají v médiích tolik prostoru, kolik by si v porovnání třeba s původními počiny konkurenční platformy s velkým červeným písmenem N ve znaku mnohdy zasloužily.

Seriálový spin-off Batmana The Penguin alias Tučňák, ve kterém rovněž ztvárňuje ústřední úlohu v tomto případě k nepoznání namaskovaný Irčan Farrell, se divákům na malých obrazovkách představí až letos na podzim. A to i přesto, že Batman režiséra Matta Reevesa s Robertem Pattinsonem v hlavní roli se podíval do kin už v roce 2022. A že spin-off jako takový byl oznámen už rok před tímto premiérovým datem.

Proto je více než příhodné, když si mohou fanoušci tohotohle charizmatického tmavovlasého sympatáka zkrátit čekání jinou seriálovou jednohubkou. Možná se v ní dozvíme i to, proč má tenhle borec



Sugar. Kriminální seriál s Colinem Farrellem v titulní roli.

APPLE TV+

nadlidskou toleranci vůči alkoholu. A zda se bude, stejně jako doposud, i nadále tak málo chovat v rozporu se svým přesvědčením. Tedy že



ze srdce nerad mlátí lidi. Sugar nesměl chybět v naší internetové rubrice Strážce streamu.

Seriálový Farrell

Colinu Farrellovi se na seriálovém poli nejen líbí, ale také daří. Hodně se mezi „koukači“ zapomíná na druhý Temný případ, kde byl jeho výkon v roli kompromitovaného kníratého detektiva Raye Velcora z fiktivního průmyslového městečka Vinci více než vynikající. O předloňském temném survivalu Severní vody, kde Farrell ztvárnil zabijáckého harpunáře Henryho Draxe, nemluvě.

Když k tomu připočteme výše zmiňovaného komiksového gangstera Tučňáka, je jasné, že je uhlazený John Sugar, který se projíždí ulicemi Los Angeles v corvettě, oblečený v perfektně střiženém obleku a s ulíznutými vlasy dozadu, na první pohled méně vrstevnatou roličkou. Ale zdání v tomto případě hodně klame.

Cukr, noir a bič

Osmidílnou detektivku s noirovými prvky nevymyslel a nevytvořil v dílně Apple TV+ nikdo menší než spolutvůrce scénáře Thora či snímku Já, legenda Mark Protosevich. Režisérského dohledu se pak chopil převážně Fernando Meirelles, autor drsného oscarového snímku z roku 2002 – Města bohů. Děj se dá popsat poměrně jednoduše. Ztratila se vnučka proslulého filmového producenta Jonathana Siegela (James Cromwell) a Sugar ji má coby vyhlášený pátrač najít a přivést domů. Aby

se mu to však mohlo podařit, musí se ponořit hluboko do pohnuté historie nejen slavné producentské rodiny, ale i hrdiny samotného. Ten je příhodně fanouškem noirových detektivek, takže nám tu tvůrci bez okolků servírují nejen příběh jako vystřižený z klasické noirovky, ale také archivní prostřihy ze snímků s Humphreym Bogartem či Ritou Hayworth v hlavních rolích.

Jak to bude dál?

Po prvních třech odvysíláních epizodách by se mohlo zdát, že seriál i nadále pojedě v nastavených a tak nějak obvyklých žánrových kolejích. John Sugar má ale nejspíš v plánu ucházet se o pozici nejzajímavějšího soukromého detektiva, jakého jste v posledních letech mohli na malých obrazovkách vidět. Ono je to totiž trochu složitější. Podle toho, co se šušká mezi zahraničními kritiky, kteří sérii zhlédli přednostně, má přijít ve zhruba půlce seriálu docela brutální zvrat. Bude údajně tak velký, že má dokonce ambice rozdělít fanoušky na dvě ohromené či trošku naštvané půlky. Zároveň má onen zvrat dát doposud viděnému malinko jiný význam. Všechny fámy naznačují, že nejspíš půjde o fenomén nespolehlivého vypravěče. Tím se ale zatím není třeba stresovat. Pojďme si tuhle noirovou jednohubku užít bez zbytečného drbání se na bradě.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

Seriál naplní město turisty

Městečko Atrani na jihozápadním pobřeží Itálie se připravuje na příliv turistů poté, co ho tento měsíc ukázal seriál Ripley na platformě Netflix. Služba Airbnb uvedla, že po uvedení seriálu zaznamenala v Atrani a okolí 93procentní nárůst rezervací ubytování. Provozovatelé místních podniků a ubytování se nárůstu turismu obávají. Hosty naplněné město není příjemné pro místní obyvatele. **ČTK**

INZERCE

PENZION ADÉLKA JÁNSKÉ LÁZNĚ

tel.: 774 60 20 20



- Velmi útulné pokoje v horském stylu v Krkonoších
- Luxusní snídaně formou bufetu
- Herna, bazén, sauna, vířivka, ping-pong, šipky



- Jsme 400 m od lanovky
- Dvojice, rodiny s dětmi, školní pobyty, důchodci
- 1 hodina sauny ZDARMA
- Parkoviště pro 20 aut

3.899 Kč
3 dny / 2 osoby
s polopenzí

PENZION ADÉLKA
Černohorská 160
542 25 Janské Lázně
e-mail: recepc@penzionadelka.cz
tel.: 774 60 20 20, 495 49 84 46

www.penzionadelka.cz

NÁPRAVU chrupavek ZDARMA pro lidi, kteří se nemohou hýbat

12 minut a zapomenete, že vás kdy bolely klouby, páteř nebo svaly.

MOHU VÁM POSLAT VZOREK ZDARMA

přípravek, který **obnovuje celou** kostru,
a **obnovuje kondici**, chcete se o tom přesvědčit?

Jmenuji se profesor Thomas Edgar Adamsky. Rozhodl jsem se zveřejnit tuto zprávu, protože už nemohu skrývat pravdu. Vytvořil jsem a nechal si patentovat revoluční recepturu, která zachraňuje i těžce trpící lidi před invaliditou a o 98 % zvrátí mnohaletou degeneraci kloubů. To vše se děje mimo nemocnici, bezpečně a bez horentních nákladů.

Jsem přesvědčen, že jen s mým receptem budou artritida, ischias nebo vyhrězlá ploténka vyškrt-nuty ze seznamu nemocí do konce roku 2030. Jednoduše zmizí! A vy můžete být jedni z prvních, kteří tyto a další neduhy překonají jednou provždy. A nemusí vás to stát ani korunu. → Právě teď se s vámi chci podělit o svůj všelék na bolest a degeneraci zcela ZDARMA. Jako vědec s více než 30letou ortopedickou praxí mohu s jistotou přiznat: můj přípravek na regeneraci chrupavky **předčí všechny konkurenční** kolagenové nebo steroidní přípravky. A léky proti bolesti se mu prostě nemohou rovnat!

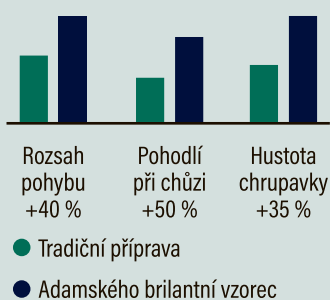
Domácí a bezplatná náprava páteře a kloubů

Bolí vás klouby? Vrzají vám kolena? Trápí vás ischias? V důsledku artritidy se vám kroutí páteř? Věnujte mému receptu 12 minut a pak navždy zapomeňte na praskání, křupání a „rachocení“ v kostech. Dáte také sbohem otokům,

nepříjemnému teplu na ohýbačích prstů a svalové ztuhlosti. Revmatické nádory se u vás vstřebají přesně tak, jako u **45 722 lidí, kteří tento prostředek již vyzkoušeli.**

V lidském těle je téměř 200 kloubů a já jsem na svém objevu pracoval téměř 10 let, aby dokázal obnovit a posílit úplně všechny vazy, pouzdra, ploténky nebo kosti. Výsledkem je, že právě teď můžete získat zpět 100% pohybový komfort a zachránit se před nemohoucností. S mou léčbou toho dosáhnete za pro vás nejlepších možných podmínek – doma.

Při mém specializovaném ošetření bude oprava kloubů probíhat takto:



1 dávka odstraňuje bolest - plná kúra zajistí nezničitelné klouby

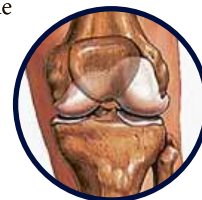
Už žádné fronty v ordinaci. Už žádné tisíce korun měsíčně v lékárně. Od nynějška už žádné otravování se chemikáliemi nebo bolestivé opichování jehličkami od felčarů,

abyste si až čtyřikrát zvětšili rozsah pohybu. Bylo vám řečeno, že váš problém je příliš pokročilý? Že se „v tomto věku“ musíte smířit s opotřebením svých kloubů? U mého vzorce je to úplně jedno!

Od první dávky tlumí zánět v kloubech, který pocítíte jako ústup bolesti. Celý tento proces by neměl trvat déle než 12 minut. Pokud podstoupíte celou kúru, získáte výhodu, která vám zůstane po celý život – **fit, dobře promazané a hladce se pohybující klouby a silnou páteř.**

Regenerátor chrupavek - záchrana pro vaši kondici

Každý dobrý ortoped vám řekne: pro zdraví kloubů je chrupavka naprosto zásadní. Rozhoduje o tom, zda všechny „panty“, „tlumiče“ a „páky“ budou fungovat tak, jak mají. Chrupavka se bohužel nedokáže sama obnovovat. Její poškození dosud znamenalo nevratnou ztrátu pohyblivosti a narůstající bolest v celém pohybovém aparátu. Zde se můj vzorec ukázal být spásou, na kterou medicína čekala velmi dlouho. Během pouhých 24 hodin vyčistí kloubní chrupavku od toxinů a těžkých kovů a **vyplní defekty** v chrupavce jako **přírodní, fyziologické lepídllo.**



**Defekty
chrupavky zmizí
do 24 hodin.**

Prof. Thomas Edgar Adamsky,
tvůrce dvoustupňové léčby pro
zotavení kloubů, páteře a svalů.
**Vítěz prestižní ceny
Medical Prometheus Award,**
udělované hlasy pacientů
a čtenářů vědeckého časopisu
MedicReporters.

BEZ RISKANTNÍCH ZÁKROKŮ A BEZ ZÁSAHU CHIRURGA. Napravte si klouby a páteř, aniž byste opustili svůj domov.

Pouhých 12 minut stačí k tomu, abyste nadobro překonali bolesti kloubů a znovu získali radost z pohybu. Jako vědec jsem o tom hluboce přesvědčen, ale **nemusíte mě brát za slovo!** Neuvěřitelnou účinnost mého receptu si můžete vyzkoušet sami. Stačí, když mi zavoláte na uvedené telefonní číslo a požádáte o vzorek kúry ZDARMA. Nehrozí vám žádné riziko. Distributorovi vzorce plně důvěrujeme! **Nic za to od vás neočekávám.** Stačí, když o mém objevu řeknete všem, kterým přejete, aby se měli dobře. To také umožní vašim blízkým konečně normálně fungovat - bez bolesti, kloubních bloků a omezení pohybu. Přesně jako vy. Souhlasíte?

ČEKÁ NA VÁS VZOREK ZDARMA – ZAVOLEJTE

Zavolejte mému distributorovi a požádejte ho, aby vám **ZDARMA** poslal **vzorek brilantního kloubního přípravku profesora Adamského.** Zásoby bezplatných vzorků léčby jsou dostatečné pouze pro dalších 100 osob.

Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku.

VOLEJTE ihned:

354 978 956

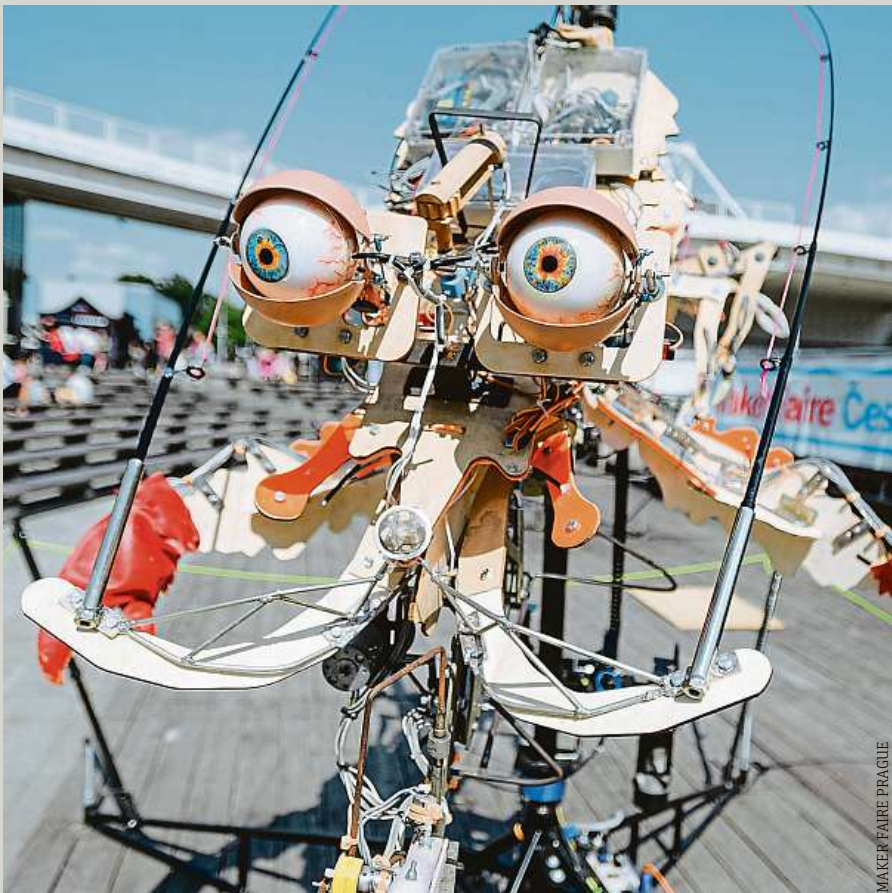
Nabídka platí do: 29.04.2024



Novodobí vynálezci

Do Křižíkových pavilonů na Výstaviště Praha o víkendu 11. a 12. května opět zavítají rodiny s dětmi, technologií nadšenci i profesionální inovátoři v byznysu a vzdělávání. Uskuteční se zde totiž největší přehlídka inovací, vynálezů a kreativity v Česku – Festival Maker Faire Prague. Organizátoři slibují nejméně 130 expozic. „Chystáme opět mnoho workshopů v oblasti digitální výroby, elektroniky a 3D tisku, dále expozice českých aerospace projektů, ale také například divadelní představení s kinetickými objekty nizozemské skupiny Abacus Theater,“ uvedl koordinátor Maker Faire Prague Vojtěch Kolařík z organizace Make More. Vystavovat může každý, kdo má nějakou inovaci či kreativní projekt ke sdílení. Organizátoři proto vyhlašují takzvaný Call for Makers, výzvu, do níž se můžete přihlásit, chcete-li své téma v rámci festivalu prezentovat. Letos se výzva uzavírá 21. dubna. Vstupenky jsou k dostání v síti GoOut.

MET



MAKER FAIRE PRAGUE

INZERCE

KDY pondělí 22. 4., úterý 23. 4. 2024 od 10 do 17 h.

KDE **Národní dům na Vinohradech,**
(bývalý dům železničářů - 1. mezipatro),
Náměstí Míru 820/9,
P-2 Vinohrady, metro stanice A

**VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA,
STAROŽITNOSTÍ
a obrazů 17. až 20. stol.**

ZLATO:
zubní zlato i (nečištěné)
šperky mince a zlomkové

STŘÍBRO:
přibory, tabatěrky
a technické stříbro

ŠPERKY:
granátové a brilantové šperky

HODINKY:
náramkové, kapesní
až do roku 1990

200 Kč
z vykoupeného předmětu
při předložení vydání.

firm H&Š tel.: 776 150 222, 603 505 686

Studie varuje: Blízké okolí Prahy se zalidní

Až čtvrt milionu dalších obyvatel může Středočeskému kraji přibýt do roku 2050, a to hlavně ve městech a obcích v blízkosti Prahy, především u Brandýsa nad Labem, Říčán, Hostivice či Roztok.

Infrastruktura předpokládanému strmému nárůstu obyvatel nebude stačit, proto kraj zvažuje hlubší propoje-

ní s hlavním městem. Přibývání obyvatel potvrzuje studie, kterou si nechalo udělat středočeské hejtmanství. Podle jejího autora Tomáše Soukupa by v regionu žilo v té době až 1,66 milionu lidí. Studie zdůrazňuje, že na takový stav není dostatek škol, ještě více bude přetížena doprava a budou chybět byty pro mladé.

IDNES.cz

**NAŠI MILÍ
ČTENÁŘI,
PROSÍME,
DO KOŠE
NEPATŘÍME!**

metr

Služby - nabídka

HODINOVÝ MANŽEL
BĚŽNÁ CENA 500,-Kč/1h.
NABÍZÍME V AKCI ZA CENU
299 Kč/1h.

email: schranky@fise.cz
Tel.: 775 423 423
www.fise.cz

ÚDRŽBA VAŠEHO DOMU, BYTU..

BRZY VYDÁME

ZDARMA až 100 kusů

Nejnovější generace Trojmagnetických Opasků KNEE REGENERATION
proti bolestem kolen a všem ostatním bolestem
s nimi spojenými!

Akce začíná příští týden, takže ještě máte čas
se přihlásit do seznamu příjemců na čísle:

588 118 826

POKUD jste se narodili
před rokem 1973 a:

jste unaveni z dlouhodobých
bolestí kolen, nohou a zad,
kterých se chcete nadobro zbavit,

trpíte artritidou,
revmatismem, chronickou
degenerací a otoky kolen,

stěžujete si na problémy
s pohybem a prováděním
nejjednodušších činností,

trápí vás pocit tření, píchání
a křupání kolen

nebo trpíte jinými neduhy...

...získejte svůj Trojmagnetický Opasek KNEE REGENERATION
proti bolestem kolen a souvisejícím bolestem, bojuje proti všem
zánětům a prospívá zdraví při degeneraci, artritidě a revmatismu.

100 kusů nejnovějšího modelu Trojmagnetického Opasku KNEE REGENERATION čeká skladem na odeslání! Každému, kdo zavolá do 18.04.2024, je rozdána ZCELA ZDARMA – kdo dřív přijde, ten dřív mele. Datum narození je nutné potvrdit ústně po telefonu.

Nechirurgická, beztabletová kúra Trojmagnetickým Opaskem trvale odstraňuje bolesti kolen jakéhokoli druhu, což je prokázáno a podpořeno desítkami studií

a odborných názorů. K úlevě od bolesti ho stačí nasadit na koleno a nosit minimálně 60-90 minut denně. 4 sektory naplněné špičkovými biomagnety hlubokého buněčného dopadu s celkovou silou až 2000 gauss stimuluji receptory v kloubech a obnovují přirozenou hustotu synoviální tekutiny. Přirozené magnetické a infračervené pole generované opaskem působí na bolavý mezikloubní prostor, odstraňuje záněty a nenávratně a trvale uleví od bolesti.

Tento absolutní favorit a bestseller vyrábí přední výrobce rehabilitačních a analgetických produktů proti bolesti s celosvětovou působností. Během pár sekund můžete nasadit i na velmi bolavé a oteklé koleno. Díky odolným a příjemným materiálům té nejvyšší kvality vám bude sloužit roky.

**Proč ROZDÁVÁME
Trojmagnetický
Analgetický Opasek
KNEE REGENERATION?**

Nejsme charita. Nehodou a nedbalostí přepravní společnosti máme celou paletu opasků KNEE REGENERATION v poškozených obalech. Jejich obsah je nezávadný a neporušený, přesto však podle předpisů nejsou výrobky v poškozených obalech vhodné k prodeji. To je důvod, proč bylo rozhodnuto darovat tyto vysoce kvalitní Trojmagnetické Opasky KNEE REGENERATION – ZCELA ZDARMA v náhradním balení.

Tato nabídka je garantována pouze do: 18.04.2024

ROZHODUJE POŘADÍ PŘIHLÁŠEK. Doporučujeme vám, abyste si pospíšili a zavolali na číslo:



588 118 826

hned teď, abyste to stihli, než dojdou zásoby **ZDARMA**.
! POZOR: limit je 1 kus na domácnost.

PLAY

Síla zvuku

Je zajímavé, jak v nás různé zvuky vyvolávají různé emoce. Nemyslím tím hudbu, protože ta je vybuzuje programově. Teď myslím reálné, tedy „nevymyšlené“ zvuky, které máme kolem sebe a vyvolávají v nás rozličné pocity. Jsou zvuky strašidelné. Jsou zvuky legrační. Zvuky uklidňující, odporné, tajemné nebo rozčilující. (Poznámka pro mladší: pokud někoho něco rozčiluje, tak rozhodně nechilluje!) Pro mě je jeden z nejprotivnějších zvuků takové to jemné pobouchávání nedovřených dveří v průvanu. Pro někoho je představa mučení, že ho například nutí poslouchat skřípání ostrého předmětu na skle. To mě by zase pomučilo, kdybych musel poslouchat, jak dveře co chvíli jen zlehka narazí na futro, ale zase se („ideálně“ ještě s mírným zavrzáním) otevrou. Asi bych si vzpomněl i na horší zvuky, ale žádný z nich by nebyl takhle banálně protivný. O zvuku píší také proto, že žijeme v extrémně vizuální době. Zrak, který má zřejmě u mozku nějakou protekci, protože tomuto smyslu dává při vnímání největší prostor, je neustále zaplavován spoustou „nevyžádaného vizuálního obsahu“. I když je jeho většina ve skutečnosti audiovizuální, obraz to zvuku vždycky natře. Moc ho nevnímáme. Chtěl bych tedy zvuk – ovšem pomocí slov, která čteme očima – trochu vypíchnout. Zkusme na chvíli zavřít oči – pokud zrovna neřídíte! – a „podívat“ se na svět přes zvuk. Můžeme zjistit, že jsme toho dosud spoustu neviděli!

Mě by zase pomučilo, kdybych musel poslouchat, jak dveře co chvíli narazí na futro.

MARDOŠA
ČLEN KAPELY TATA BOJS



4	7	3	6	8	2	5	9	1
6	9	8	1	5	7	2	3	4
1	2	5	3	4	9	6	8	7
8	1	4	7	2	6	3	5	9
7	3	2	5	9	4	8	1	6
5	6	9	8	3	1	7	4	2
9	8	6	4	7	3	1	2	5
2	5	7	9	1	8	4	6	3
3	4	1	2	6	5	9	7	8
2	8	7	4	3	3	6	5	1
6	1	5	2	8	9	7	4	3
3	4	9	7	1	5	8	6	2
4	6	8	1	9	2	3	5	7
7	5	2	3	4	8	6	9	1
1	9	3	5	6	7	2	8	4
5	7	6	9	2	4	1	3	8
9	2	1	8	5	3	4	7	6
8	3	4	6	7	1	9	2	5

LUŠTĚNKA: SIGNALIZOVAT
ŘEŠENÍ SUDOKU:

LUŠTĚNKA

1. odskočení

2. Dálný východ

3. části těl s určitou funkcí

4. peněžní částky

5. řemen u kalhot

6. omluvení

7. stopy po prstech

8. horizonty

9. pásek na krku psa

10. nebojácnost

11. obyvatel Opavy

12. hanba

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

@mojemetro



„TulipÁNI hrdě drží stráž po celé Praze. Všichni kolemjdoucí tak hned vědí, že je zde všudypřítomné jaro. Stejně jako tady na Malé Straně!“ libuje si @thedanielkrauz. A my s ním. #praha #prague #praga #prag #metro #mojemetro #metrotag #denikmetro #tulipany #tulipani #malastrana

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na mms@metro.cz. Váš výtvar dáme do novin!

F POHODĚ
:-D

Inspirace

A. Židkova



SUDOKU

	3	4	6	7		9		5
	2	1	8	5	3	4		
		6		2	4		3	
	9				7		8	4
7	5		3	4	8		9	1
4	6		1				5	
	4		7	1		8		
		5	2	8	9	7	4	
2		7		3	6	5	1	

	4		2	6	5			
		7		1			6	
9	8							5
5						7	4	
				9				
	1	4						9
1							8	7
	9			5		2		
			6	8	2		9	



„Mažeme domů, tati!
To není míč, ale
prošláplé vosí hnízdo!“

VLADIMÍR ČEKOTA
Facebook

POČASÍ

DNES

14/18 °C

ZÍTRA

8/12 °C

STŘEDA

7/11 °C

ČTVRTEK

7/11 °C

Teplotní rekordy:

↓ -3,3 °C (1775)

↑ 24,0 °C (1952)

Bio: ❤️❤️❤️

NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

ČT1

720.10 **Stíny v mlze II (2/12)**
Poslední naděje. Krimiseriál (ČR, 2023). Hrají: P. Špalková, J. Vyorálek, J. Plesl, B. Bočková

21.25 **Reportéři ČT**

22.05 **Plné hnízdo v Plzeňském kraji 2**
Štěpánovi nás pozvali na svatbu!

22.35 **Marie Antoinetta (2/8)**
Seriál (Fr., 2022)

23.30 **Vigil (1/6)**
Krimiseriál (VB, 2021). Hrají: S. Jones, R. Leslie

00.35 **AZ-kvíz**

ČT2

20.00 **Hrabě Monte Christo (2/4)**
Navrátilcec. Seriál (Fr., 1979). Jeden z nejkrásnějších příběhů všech dob o lásce, zradě a pomstě. Hrají: J. Weber, C. Romanelliová, J.-F. Poron

21.35 **Žert**
Komedie. Komedie (ČR, 1968). Křivdu spáchanou na člověku nelze tak snadno smýt. Hrají: J. Somr, J. Ditětová, L. Munzar

22.55 **Milý Johne**
Romantické drama (USA, 2010). Hrají: Ch. Tatum, A. Seyfriedová, R. Jenkins, H. Thomas

00.40 **Věk válečných lodí**

NOVA

20.20 **Specialisté (219)**
Vedlejší účinky. Krimiseriál (ČR, 2024). Hrají: M. Dejdar, J. Hána, Z. Kajnarová, V. Vodochodský

21.25 **Specialisté (2)**
Vražda taxikáře. Krimiseriál (ČR, 2017). Hrají: D. Prachař, J. Štáfek, Z. Kajnarová, M. Adamczyk

22.30 **Víkend**
Příběhy štěstí, proher a objevů

23.10 **Kriminálka Las Vegas V (2)**
Krimiseriál (USA, 2004)

00.05 **Kriminálka Miami IV (11, 12)**

PRIMA

20.15 **Lež na pláži (3)**
Barmanská soutěž. Seriál (ČR, 2024). Hrají: S. Nováková, M. Trnavský, J. V. Prachařová, R. A. Prachařová

21.30 **Tátové na tahu (7)**
Komedie. Komedie (ČR, 2018). Hrají: Š. Benoni, A. Geislerová, K. Dobrý, E. Josefíková

22.35 **Tloušťáci**
Petr Fek po letech vypátral svou třídní učitelku a životní love story byla na světě

23.40 **Receptář prima nápadů**

00.20 **Policie v akci**

ÓČKO

15.00 **New Music Radar**

16.00 **Óčko hity**

19.00 **Party ride**
Příprava na dnešní mejdan

21.00 **Hot hity**
Žhavé klipy

22.00 **Naked Attraction**
Seznamka na tělo

22.30 **Virtuální svět TV**
Vydějte se na cestu kolem světa z pohodlí domova

0.00 **Óčko flirt**
Proud klípů a sexy vzkazy

Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY

zaplatíme á
2000,- Kč
za každou
banánovou
krabici knih,
které od Vás
koupíme.

Bibliofile
a cenné
knihy
oceníme
každou
zvlášť.

Telefon:
773 735 939

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy. Děkuji za nabídky. Dyn. Tel. 702401621

• KOUPIŤ OBRAZY - krajinky, portréty atd. v jakémkoliv stavu a jiné starožitnosti. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel: 602218721

Finance - nabídka

• Půjčka do 24hod, konsolidace půjček, vyplacení exekucí, zajištění výhodného financování. Vše jen se zástavou nemovitosti. Tel: 777 216 867

Nemovitosti - poptávka

KOUPIŤ CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoďuje. Předem děkuji za nabídku. Tel: 725 911 070

KOUPIŤ DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonos, Krusné, Orlické, Jizerský, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel: 773 117 381

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
737 352 730

• IHNEDE VYKOUPIME Váš byt, rodinný dům, činž. dům, pozemek. Hotovost do 3 dnů. Vyřešíme cokoli - privatizaci, právní vadu, dluhy, exekuce. 800662222.

Pronájmy - nabídka

• Dlouhodobý pronájem pokojů ve Zdičech na severním okraji Prahy. 10 minut autobusem 371 a 374 na metro Kobylisy. Cena od 7.000 Kč/měsíc. Tel. 607126568

Byty - poptávka

KOUPIŤ BYT V PRAZE

jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Realitní kanceláře prosím nevolat. Tel: 601 522 292

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s příteklým hledám ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkuje za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu. Okamžitá platba v hotovosti. Tel/Sms: 777 269 462 .RK nevolat

Pronájmy - poptávka

• Hledáme byt k dlouhodobému pronájmu pro své prověřené klienty. Provisi neplatíme. Tel: 274784428

• Hledám pronájem pro 2os - pár bez zvířete. Nábytek nerozhoduje, dlouhodobě, dobrý stav. Podmínkou blízkost MHD. Děkuji. RK nevolat. T: 777615730

Hobby - nabídka

SBĚRATELSKÝ KABINET

Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKOUPIME IHNEDE ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bižuterii, český granát, nábytek do r.1975. **Šavle**, bodáky a uniformy, rádia a tranzistory, **vánoční ozdoby**, formičky na vánoční cukroví, **betlémy, housle** a hudební nástroje. Kufry, textilie, veškeré nádobí, šicí a psací stroje, obrazy a grafika, lampy a lustry, hmoždíře, žehličky, konvice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, **parožní**, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, **přístroje**, kabelky, kufry a staré uhláky. **Staré rybářské potřeby (pruty, navijáky, podběráky)**. Papírové peníze - v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.

VÝKUP KNIH!!!

2 000 Kč za každých 10 knih, které od Vás vykoupieme

Cenné knihy ohodnotíme zvlášť. Vykoupíme také POHLEDNICE A MAPY!

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.

Návštěvy u nás až po tel. domluvě. Likvidujeme též celé pozůstalosti.

Tel.: 602 229 348

sberatelskykabinet@post.cz

Práce - nabídka

• Přijmeme pracovníci na kancelářskou práci v samostatné kanceláři v Praze Bohnicích, po-pá 4 hod. denně vhodné i pro důchodce s trochou praxe - ne učtárna - 16 000 Kč, zkrác. smlouva. Tel: 602123958, 777255267, mail: G2.garaze@seznam.cz

PRÁCE V OBLASTI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY



Získejte pozici jako **STRÁŽNÝ, RECEPČNÍ** nebo jako **OSTRAHA** ve značkových prodejnách. Hledáme **VEDOUČÍ OSTRAHY** pro střežené objekty.

Dáme Vám **služební oblečení**. Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**. A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.

VOLEJTE ZDARMA
800 108 111
nabor@abasco.cz



ADESTRA security, spol. s r. o.

Přijme nové kolegy na pozici:

STRÁŽNÝ/SECURITY

Nabízíme:

- Mzda 130 - 150 Kč/hod.
- Možnost ubytování
- Náborový příspěvek
- Možnost záloh

Požadujeme:

- Certifikát strážný výhodou
- Spolehlivost

Kontakt:
tel.: 775 718 509
e-mail: personalni@adestra.cz
www.adestra.cz

Konkursní řízení na místo ředitele/ky ZŠ Montessori

MČ Praha 12 hledá do nové zřizované školy s programem Montessori vhodného kandidáta/ku na funkci ředitele/ky.

Předpokládáný nástup 1. 7. 2024. Termín pro podání přihlášky: 3. 5. 2024 do 12.00 hod.

Podrobnosti na www.praha12.cz/Školství/Volná pracovní místa ve školách.

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce referenta/referentky DO PRAVNÍCH PŘESTUPKŮ. Blíže informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 30.04.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Mgr. Ripa, DiS., tel. 220 189 761 a p. Kadlec, DiS., tel. 220 189 981.

• ZŠ Vybíralova Praha 9 přijme učitele pro 1. i 2. stupeň (zejména chemie) a asistenta pedagoga. Pokud máte o práci zájem, zašlete své CV na: reditel@zsvybiralova.cz.

• Chcete 200 Kč/hod? Jste invalidní důchodce? Pojďte k nám uklízet kanceláře v Praze. Volejte 774510686

Byty - nabídka

Konkursní řízení na místo ředitele/ky ZŠ a MŠ Smolkova.

MČ Praha 12 hledá do kvalitní školy vhodného kandidáta/ku na funkci ředitele/ky.

Předpokládáný nástup 1. 8. 2024. Termín pro podání přihlášky: 19. 4. 2024 do 12.00 hod.

Podrobnosti na www.praha12.cz/Školství/Volná pracovní místa ve školách.

Přijmeme invalidní důchodce na pozici RECEPCE A OSTRAHA

• mzda od 125 Kč/hod.
• náborový bonus 10.000 Kč, výplata denně

Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka) Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

• TSK hl.m. Prahy hledá sčítače automobil. dopravy na duben-červen a září-listopad, práce venku, út-čt 7-11 + 15-19 hod., DPČ, 140 Kč/hod. T.: 725423834

• Pokladní v týdnu i o víkend 165-213,60 Kč/hod i bez praxe - zaškolíme, směny pomocí ONLINE REZERVACE, Praha a okolí, denní zálohy. Tel.: 222534534

• NOČNÍ INVENTURA zboží 21.4. - 169 Kč/hod + zákonný příplatek za noční směnu. Zálohy druhý den. Více na tel: 222534534, www.creditzech.cz

• Přijmeme IHNEDE na HPP pracovníci na úklid VŠ kolejí v P4. Pracovní doba 7-15.30 hod. Občasně víkendy na 3-4 hod. Plat 22.500-31.500 Kč. Tel. 792263364

• Bezpečnostní agentura nabízí prac. místa v Praze pro ZTP, studenty a důchodce. Info při osobním pohovoru. Tel: 601533524.

HLEDÁME METAŘE PRO CELOU PRAHU

další pozice na www.psas.jobs.cz

BENEFITY PRO VÁS:
5 TÝDNŮ DOVOLENÉ, MHD ZDARMA, STRAVENKY, MULTISPORT KARTA, FLEXI PASSY, LÉKAŘ, příspěvek na PENZIJNÍ POJIŠTĚNÍ ATD...

psas.job.cz **704 657 974**
705 809 151
Pod Šancemi
444/1
Praha 9

NEPŘEKONATELNÝ SERVIS

• KOMWAG přijme metaře, DPP 900-1000 čistého Kč/den - výplata 1x týdně, Vol. zdarma 800566924

• Drutěva P7 přijme prodavačku na příjem zakázek pro opravnou oděvu a prodej výrobků. Chráněné prac. místo pro inval. důch. Žiková, tel.: 601507053

• Prestige Photo přijme brigádníky na knihařskou práci. Kompletace, laminace, kroučková vazba. Pracoviště Praha 5 Stodůlky, Blatného. Tel. 775056699

• Přijmeme pracovníci na kancelářskou práci v samostatné kanceláři c Praze Bohnicích na 4 hodiny denně. Po - Pá vhodné pro důchodce. 14000 Kč čistého na ŽL. Tel. 602123958, 777255267, mail: g2.garaze@seznam.cz

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce PŘESTUPKÁŘE/PŘESTUPKÁŘKY. Blíže informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 03.05.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Mgr. Ripa, DiS., tel. 220 189 761 nebo Mgr. Bc. Milada Fricová, tel. 220 189 973.

• Přijmeme ihned pracovníci do skladu na Prahu 6. Více pozic na výběr. Zálohy týdně + ubytování. Hartigova 208, zvoněk nábor, každé Po, St či Čt 10-14h. Tel: 776001640

• Přijmeme montážníka na výměny vodoměrů v Praze a střední Čechy. Požadujeme výuční list instalatér a ŽL. Tel. 605775509, e-mail: renemares@email.cz

• Přijmeme: Mechanik - silniční stavební stroje. Plný/zkrácený úvazek pro zkušené i absolventy. Praha Západ - Středokluky, tel. 720823928, PORR a.s.

• Vydělávejte až 35.000 Kč čistého u bezpečnostní služby. Ostraha objektů v Praze a okolí. Týdenní zálohy. Možnost ubytování. Info 724596648, 800100286

• KOMWAG přijme závozníky, DPP 1000-1300 Kč čistého/den - výplata 1x týdně, Vol. zdarma 800566924

• Hledáme uchazeče s invalidním důchodem na pracovní pozice obsluha nákladní váhy a obsluha recepcie v Praze 10 Malešicích. Práce na HPP, mzda od 119 Kč / hod, nutná základní znalost práce s PC, vhodné pro muže i ženy. Info na tel. 775414900, e-mail: hoskova@scsgrgroup.cz

• Autokemp v J. Čechách přijme na sezonu kuchaře(ku), pomocnou sílu do kuchyně a pracovníky na úklidové práce a údržbu. Ubytování a strava zajištěna. Email: olgaholcova@seznam.cz, tel. 602464901

Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme
(pro více než 300 ks)
zaplatíme odvezeme

Celá ČR

tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariety.cz

ČESKÉ REALITNÍ CENTRUM

NABÍDNĚTE VAŠI NEMOVITOST K PRODEJI ČI PRONÁJMU Vlastníci nehradí provizi + právní servis ZDARMA

www.ceskerealitnicentrum.cz **731 115 273**

SPORT



Další trofej pro Vítkovice a Střešovice

Florbalistky Vítkovic porazily v nedělním superfinále extraligy v pražské O2 areně Chodov 5:3, obhájily tak titul a celkově osmým triumfem vyrovnaly Herbadent. Hned dva góly vítězek zaznamenala před téměř 11 tisíci diváky kapitánka Sára Seevaldová. Následné mužské finále mezi Tatranem Střešovice a Mladou Boleslaví sledovalo ještě o dvě tisícovky fanoušků více. Ti byli svědky dramatické podívané, kdy vítěze určilo až prodloužení. V něm v čase 62:55 rozhodl střešovický Tomáš Hanák o výhře svého týmu 5:4, Tatran tak potvrdil pozici nejlepšího tuzemského klubu v historii. Na svém kontě už má 18 titulů. **MET**

ČÍSLA DNE

3

Tři čeští fotbaloví reprezentanti Patrik Schick, Adam Hložek a Matěj Kovář se večera stali s Leverkusenem mistry německé ligy. Bayer porazil doma Brémy 5:0, získal první titul ve stovacetileté historii a ukončil jedenáctiletou nadvládu Bayernu Mnichov.

4.

Nepopulární „bramborové“ medaile nakonec zbyly na české hokejistky, které ve včerejším klání o bronz na mistrovství světa podlehly Finsku 2:3 po samostatných nájezdech. Na české straně se při nich dokázala prosadit pouze Hymálová, brankářku Peslarovou překonaly Karvinenová a Nieminenová. České hokejistky tedy skončily čtvrté, třetí bronzovou medaili z MS v řadě nezískaly. **IDNES.cz**

Slavia padla v Plzni, Sparta v čele

Zatímco úřadující mistr z Letné vyhrál, Slavia ve šlágru kola klopýtla s Viktorií.

Fotbalová Plzeň prokázala, že to na pražskou Slavii tuto sezonu umí. Ve včerejším večerním duelu ve Štruncových sadech porazila sešivaného riva-

la podruhé za sebou, tentokrát gólem útočníka Pavla Šulce z 87. minuty.

Výhra Viktoriánů je skvělou zprávou pro úřadující šampióny z Letné, protože Sparta už v sobotu otočila nepříznivě se vyvíjející malé pražské derby na Bohemians a vyhrála 3:1. Na čele ligového pelotonu má tak nyní náskok dvou bodů.

„Na tak velký zápas to od nás bylo hodně málo v ofenzivě. Plzeň hraje dozadu skvěle, není kam dát míč, my navíc hráli pomalu. A pak dostaneme gól ze situace, na kterou jsme se chystali,“ řekl slávistický kouč Jindřich Trpišovský. Na domácích postupu času bylo znát, že v týdu hráli čtvrtfinále Konferenční ligy proti Fiorentině

(0:0), kdy běhali především bez míče. Jejich pohyb nebyl svěží, což nepřekvapilo. Ale překvapilo, že slávisté na tom fyzicky nebyli líp.

To Sparta se v sobotu popasovala nejen s jednobrankovým vedením soupeře, ale také s faktem, že kvůli čtyřem žlutým kartám nemohl tým z lavičky vést trenér Brian Priske. **MET**

VÝSLEDKY 28. KOLA

Bohemians – Sparta	1:3
Č. Budějovice – Liberec	3:2
Mladá Boleslav – Teplice	1:2
H. Králové – Slovácko	1:0
Baník – Karviná	2:2
Olomouc – Jablonec	1:0
Zlín – Pardubice	1:1
Plzeň – Slavia	1:0

Češi našťvali Crosbyho

Pavel Zacha přispěl v NHL gólem a přihrávkou k nedělní výhře Bostonu 6:4 v Pittsburghu a stal se první hvězdou zápasu. Vítězství podpořili další čeští hokejisté: David Pastrňák přihrál na dvě branky a Jakub Lauko na jednu. Boston si udržel v čele Atlantické divize jednobodový náskok a stále je ve hře o Prezidentský pohár za vítězství v základní části. Naopak Pittsburgh kapitána Sidneye Crosbyho vypadal ve Východní konferenci v postupové osmičce a klesl až na 11. příčku. **ČTK**



Rozhodne finále extraligy únava, nebo euforie?

Finálová série hokejové extraligy začne psát svou první kapitolu už zítra od 18 hodin. Favorizované Pardubice se na domácím ledě představí v souboji s třineckými Oceláři. Ti musí do té doby „vydýchat“ únavu ze sedmizápasové semifinálové bitvy se Spartou, když v Praze v sobotu rozhodl gól až v čase 121:46. Šlo o druhý nejdelší zápas historie soutěže. „O kolik odpočatější budou Pardubice? O milion procent?“ krčil rameny třinecký kouč Zdeněk Moták po euforickém triumfu. Pardubice měly volno už od 5. dubna, když v semifinále srazily Litvínov jasně 4:0 na zápasy. **MET**

KRÁTCE

USK Praha slaví bronz

Basketbalistky ZVVZ USK Praha vybojovaly po pěti letech v Evropské lize bronz. V nedělním utkání o třetí místo deklasovaly na závěrečném turnaji v Turecku domácí Mersin 95:67. Při sedmé účasti ve Final Four v historii získaly potřetí medaili. Vedle bronzu v sezoně 2018/19 soutěž před devíti lety vyhrály. Nejlepší střelkyně českých šampionek včera byla s 21 body Valérie Ayayiová. **ČTK**

Bonusovka

Akční nabídka na všechny modely Suzuki



Právě teď Vitara a S-Cross s bonusy až 88 000 Kč



Přijďte si k nám pro svůj **akční bonus** bez háčeků a nesplnitelných podmínek a odveďte si nový vůz Suzuki i s **pětiletou zárukou**.*

www.suzuki.cz facebook.com/suzukimotorczech Instagram.com/suzuki_czech



Emise CO₂ v g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba v l/100 km – Suzuki Vitara 1.4: 119–121 g/km, 5,3 l/100 km. Suzuki S-Cross 1.4: 119–120 g/km, 5,3 l/100 km. Fotografie jsou pouze ilustrativní. Nabídka platí do vyprodání zásob. * Pět let garance se skládá z tovární záruky (3 roky / 100 000 km) a následně ze smluvní záruky Suzuki Premium (2 roky / 150 000 km), která je poskytována podle záručních podmínek společnosti Real Garant Versicherung AG.

