

metro



I v dobových kostýmech



Zhruba **15 tisíc členů České obce sokolské** z celé republiky včera prošlo centrem Prahy při zahajovacím průvodu **17. všesokolského sletu**. Jeho účastníci vyrazili **z Václavského náměstí přes Smetanovo nábřeží a Pařížskou ulici na Staroměstské náměstí**. Slet **vyvrcholí hromadnými vystoupeními** cvičenců **4. a 5. července v Edenu**.



Generace X je v otázce financí konzervativnější

Pro čtvrtinu párů jsou peníze citlivé téma.

Mluvení o penězích či řešení jejich nedostatku nemusí být každému páru dvakrát příjemné. Podle výzkumu portálu Terapie.cz, který se zaměřil na vliv financí v partnerském soužití a celkovou spokojenost ve vztazích, je otázka peněz v každém čtvrtém vztahu senzitivní. Pro šest z deseti párů už někdy byla příčinou hádek, většina těchto rozepří se však odehrává spíše sporadicky.

Každý pátý vztah se rozpadl
Pocit, že se ve vztahu musí setrvat kvůli penězům, podle výzkumu zažilo 17 procent lidí. Nejvýrazněji se to projevilo u generace X, narozené mezi lety 1965 a 1980, kde se do této delikátní situace do-

stala skoro čtvrtina jejich zástupců. V minulosti nakonec přispělo téma peněz k rozpadu pětiny vztahů, u generace X dokonce v téměř 30 procentech případů.

„Generace X je druhou, ale kolikrát i první generací, která zažila zrovnoprávnění partnerů. Rodiny byly vystavené zcela nové situaci. S tímto souvisí i častý pocit závislosti na druhém, který částečně vycházel z ještě na tu dobu velmi nerovného postavení ženy na trhu práce a zároveň zastaralých vzorců chování v rodině,“ popisuje Olga Šerá, psychoterapeutka z portálu Terapie.cz.

Generace Z je otevřenější
Podle psychologa a psychoterapeuta ze stejného portálu Pavla Pařízka se ale generace X a Z, narozená po roce 1997, od sebe v přístupu k financím výrazně liší. „Výzkumy ukazují, že generace X a Z se

v mluvení o financích liší především v otevřenosti a přístupu k informacím. Generace Z je obecně ve finančních záležitostech otevřenější, sdílnější a preferuje transparentnost. Často diskutují o financích veřejně a na sociálních médiích. Naproti tomu generace X je konzervativnější, méně ochotná sdílet finanční informace veřejně a upřednostňuje tradiční finanční instituce a osobní konzultace,“ vysvětluje Pařízek.

Důležité je bourat stigma

Podle výzkumu se každý druhý pár o penězích baví až několikrát měsíčně. Lidé spolu tedy otázku financí probírají vcelku intenzivně, desetina by ji dokonce chtěla řešit častěji než dosud. Čtvrtina párů ale přitom vnímá toto téma jako citlivé. Podle Pařízky se někteří partneři bojí o financích mluvit otevřeně právě z toho důvodu, že jde o citlivé

téma dotýkající se základních potřeb a hodnot každého člověka. „Finance mohou odrážet hlubší osobnostní rozdíly a životní priority, což může vést ke konfliktům. Významně ovlivňují pocit bezpečí a stability ve vztahu, což z nich dělá emocionálně nabitou oblast diskuse. Rozdílné přístupy k nakládání s penězi a osobní nejistoty ohledně vlastní finanční situace mohou vyvolávat obavy z odhalení nesouladu mezi partnery,“ vysvětluje Pařízek a dodává, že cesta ke zbourání finančního stigma vyžaduje komplexní přístup. „Důležitou roli hraje sdílení osobních příběhů lidí, kteří úspěšně překonali finanční obtíže, což inspiruje ostatní a mění negativní stereotypy. Zapojení osob, které zažily finanční stigmatizaci, do tvorby osvětových kampaní zvyšuje jejich účinnost a relevanci,“ míní Pařízek. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

INZERCE

SKVĚLÉ JÍDL
ČESKÁ I SVĚTOVÁ KUCHYŇE

NETRADIČNÍ
PROHLÍDKY
PIVOVAREM

DOPROVODNÝ
PROGRAM

VSTUPNÉ 250 Kč
DEGUSTAČNÍ SKLENICE V CENĚ

SLÁVA
PIVU!

19. – 20.
ČERVENCE 2024
PIVOVAR
BUDĚJOVICKÝ BUDVAR

WWW.SLAVAPIVU.CZ

PŘEDNÍ ČESKÉ
MINIPIVOVARY

2. ROČNÍK
FESTIVALU

POŘÁDA
BUDĚJOVICKÝ
NÁRODNÍ PIVOVAR

Pro šťastné letní dny



Vincenz Priessnitz zná recept na bolesti kloubů

Namáhavá práce, nesprávné držení těla, ale i nevhodně zvolený pohyb se na vašem každodenním fungování negativně podepisují. Dopřejte si zaručenou úlevu a regeneraci a vaše tělo již nebude déle trádat.



Užívejte si život bez starostí o své namožené klouby díky přípravku **Priessnitz® Kloubní mazání De Luxe**. Ihned při první aplikaci pocítíte okamžitou úlevu, a to díky významnému obsahu boswellie, kafru, rozmarýnu a Transmitteru. Právě ten znásobuje sílu těchto látek a prodlužuje jejich účinnost. Příjemný chladivý efekt pak zajišťuje přítomnost mentolu. K dostání v lékárnách.



Zvedá se vám tlak? Sáhněte po konopí!

Nečekejte na neblahé následky vyššího krevního tlaku a doživotní užívání tablet s vedlejšími účinky. Sáhněte po konopném řešení!

Revoluční doplněk stravy **Hypetezin** využívá spojenou sílu konopí, hlohu a vinnou révu pro efektivní modulaci krevního tlaku a zachování dobrého stavu srdce, cév a celého kardiovaskulárního systému. Unikátní složení je navíc doplněno o šafrán, jenž omezuje nervové napětí a podrážděnost, které mohou vyšší tlak způsobovat. Funguje efektivně a bez vedlejších účinků.



Přípravky Cannamediq využívající aktivní konopí najdete ve své lékárně.



Ekzém? Řešte příčinu, nejen následky!



Trpíte atopickým ekzémem? Pak je neustálé promazávání suché a svědivé pokožky zřejmě vaším denním chlebem. Hydratace ekzematické pokožky uleví, neřeší však příčinu problému. Tou je nedostatečná funkce kožní bariéry.

Místo nekonečného mazání a mírnění atopických projevů redukovat skutečnou příčinu problému – podporu funkce kožní bariéry. K tomu pomůže přírodní látka! **Atopos ošetřující krém** díky složení s konopným olejem, rašelínou a panthenolem dlouhodobě hydratuje a zvláčňuje suchou a svědivou pokožku atopiků i lupénkářů.

Řešte ekzém v zárodku, předejdete obtížím.

Vyzkoušejte i další konopné přípravky Cannaderm dostupné v lékárnách a zdravých výživách.

Konec smutku, strachům a starostem

Už žádné trápení, starosti ani vnitřní neklid! Nastal čas přemoci psychickou nepohodu i občasné poruchy nálady, naladit se do pozitivna a opět se naplno radovat ze života! Poznejte recept, jak povznést svou náladu do plusu s jedinečným přípravkem z lékárny.



Vyzkoušejte tradici ověřený, originální přípravek **Therapill® L-Tryptofan**. Tento unikátní doplněk stravy obsahuje čistý a kvalitní L-tryptofan, jenž je přirozeným zdrojem hormonu štěstí (serotoninu), a vitamin B6, který přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání. Therapill L-Tryptofan vám proto pomůže navrátit duševní klid a ztracenou pohodu. Při jeho užívání se zároveň nebudete muset obávat nežádoucích účinků, jako je omezení bdělosti či návykovost.

Therapill L-Tryptofan, váš recept na dobrou náladu!

Vítejte v Netflixverzu

Reality show Perfect Match padne divákům i napodruhé jako ulitá.

Strategická seznamovací hra od Netflixu s názvem Jako ulití (v originále Perfect Match) je zpátky s druhou řadou. Akteři z jiných vztahových reality show z produkce této streamovací platformy v ní opět, pokud tomu chcete věřit, hledají osudovou lásku. Soutěží se přitom na televizní poměry o relativně malou a k tomu nepeněžitou výhru – titul dokonalého páru a dovolenou v tropech.

Má jít o jakousi předsvatební cestu, chcete-li. Poučený divák ale dobře ví, že je pro účastníky tím největším profitem i lákadlem zároveň fakt, že si opět budou moci prostřednictvím televizních obrazovek prožít svých pět minut slávy. A to jim následně udělá hezká čísla na sociálních sítích.

Královna vztahových show

Píšu to už potřilionté, ale je to nesporný fakt. Streamovací platforma Netflix je královnou vztahových reality show. Perfect Match je pak spolu s pořady Láska je slepá, neméně úspěšným Too Hot to Handle, Kruhem či Ultimátem ehm ultimátními vlajkovými loděmi tohoto streamovacího giganta. Premisa první jmenovaného pořadu je přitom stejně tak prostá jako funkční. Do havajských košil či triček s límečkem pravidelně odívaný strejcovský pocestný – moderátor Nick Lachey, který má odpradávnou kouzelnou schopnost vynořovat se mezi soutěžícími tak nešikovně, že se ho téměř všichni vždycky leknu – dává dohromady aktéry dřívějších pořadů Netflixu. Ti se musejí párovat a následně bojovat o titul nekompatibilnější dvojice.

V rámci univerza internetové televize, můžeme mu klidně od teď říkat Netflixverz, je vždycky kam sáhnout. Kromě mnoha ročníků



Do finále se dostalo pět párů.

3x NETFLIX



a spin-offů zmiňovaných pořadů Láska je slepá a Too Hot to Handle letos lovili castingoví režiséři především mezi pohrobky show Můj brácha má prima holku. Netflixem a následně pak sociálními sítěmi dotvořené pseudocelibrity se v této all-stars reality show navzájem seznamují, tvoří páry, pak tvoří jiné, dejme tomu lepší dvojice, soutěží, randí a tak dále, a tak dále. Prostě je to i napodruhé celkem příjemná, nikterak náročná zábava.

Avengers mezi reality show

Netflix druhou řadu Jako ulití nabídl divákům ve třech dávkách, přičemž závěrečného dílu se diváci dočkali minulý pátek 21. června. Pokud jste fandové, možná vám jména jako Alara (Můj brácha má prima holku), Bryton (Hra na oliheň: Výzva), Dom (Agent, Jako ulití 1), Dominique (Too Hot to Handle 4), Chris (Můj brácha má prima holku), Elys (Too Hot to Handle 5), Harry (Too Hot to Handle 1), Izzy (Láska je slepá 5), Jake (Ultimátum: Vztít se, nebo vztít roha?), Jessica (Láska je slepá 6), Kaz (Můj brácha má prima holku), Melinda (Too Hot to Handle 2, Můj brácha má prima holku), Micah (Láska je slepá 4), Stevan (Too Hot to Handle 3) či Xanthi (Kruh 5) něco řeknou či říkají. A pokud ne, je to vlastně celkem jedno.

Šikovné ruce střihačů

Nejsilnější stránkou Jako ulití je totiž fakt, že jsou charaktery hlavních „postav“ již vybudované předem. Divák většinu těch blbounů zná odjinud, a tak se může poklidně těšit, co zase budou ti uličníci tropit. Někteří účastníci se navíc znají hodně intimně již před samotnou soutěží, takže je na odmítavé či naopak feromony provoněné interakce zaděláno rovněž předem. A pokud si při koukání dotyčného influencera hned nezařadíte, taky to vůbec neva. Perfect Match je totiž nejen

dobře sestříhaný, ale nabízí i pěknou řádku různých flash-backů a prostrhů. Celkový kontext pak dotvářejí záběry z jakési zprůvodnice, v níž účastník sedí obličejem proti kameře a tlumočí, co si v které situaci před kamerou vlastně mysleli.

Když jsme u toho, točit tuhle záležitost musí dát poměrně dost práce a já to skutečně nezavídím ani tvůrcům pořadu, ani jeho účastníkům. Alkohol a izolace dělají své a to, zda se před objektivem stanete někým, kým být nechcete, se s každým dnem i skleničkou zvyšuje.

Démon Harry

Letošní ročník měl několik zajímavých momentů, které nemám prostor všechny jednotlivě probrat a hodnotit. Highlightem byla například domnělá „nevěra“ Harryho, který měl kultivované, plastické a pochybovačné Jessice zahrnout s moderátorkou pořadu Můj brácha má prima holku Melindou. Tuhle linku tvůrci právě díky důvtipným střihačům vytěžili, byť hlavně zpětně, na maximum. Co se naopak moc nepovedlo, je tentokrát celkové vyznění show. Nejenže by i pětiletému dítěti došlo, že se většina párů (nejen) kvůli vzdálenosti jejich bydlišť (buď bydlí každý na jiném konci státu, či rovnou na jiném kontinentu) hned po vypnutí kamer okamžitě rozejde.

Horší je, že o vítězi na konci hlasovala pomalu i uklízečka. Teď kecám, ale pokud se nepletu, minule o vítězném páru rozhodovali pouze ti soutěžící, kteří se na konci pořadu ocitli v párech.

V aktuální druhé řadě ale rozhodují i ti zhrzení, kteří tentokrát mnoho štěstí neudělali. A ano, mluvím o tobě, Trevore. I o tobě, Melindo.

FILIP JAROŠEVSKÝ



Jessica je pro Harryho Too hot to handle.



Moderátor Nick Lachey je s každým pořadem otravnější a otravnější.

U příležitosti oslav 3 000 000 prodaných balení ikonického přípravku na klouby je nyní k dispozici 100 produktů za pouhých 0 Kč!

BOLESTI KLOUBŮ, ZAD A KOLEN KONEČNĚ ZMIZELY

BALÍČKY ZA 0 CZK ČEKAJÍ NA ČÍSLE: **354 978 492**



Právě v této budově byl odborníky
vytvořen přípravek, který obnovuje
kloubní chrupavku.

Za svůj objev získali prestižní ocenění
Nejlepší lékařský objev roku 2022.

Toto je jediná příležitost, jak si vyzvednout inovativní prostředek na klouby, který odstraňuje bolest, necitlivost a otoky nohou, rukou a zad během okamžiku. Již více než 3 000 000 lidí po celém světě potvrzuje, že tato vynikající kúra odstraňuje bolesti po úrazech a problémy s artritidou již po 1. aplikaci. Specifický výrobek vyvinul významný odborník. Jak vznikl?



**„Chtěl jsem najít způsob,
jak se zbavit bolesti.“**

Dobrý den,, jmenuji se James Scott. Rád bych vám pověděl o produktu, který mě před několika měsíci zachránil a dnes pomáhá milionům lidí po celém světě. Pravdou je, že donedávna chyběla účinná léčba, která by si poradila s artritidou. Sám jsem si to vyzkoušel na vlastní kůži. Před několika lety jsem se potýkal s hroznými bolestmi páteře a necitlivostí končetin. Bolest byla tak nesnesitelná, že jsem se nemohl soustředit na práci. Upřímně řečeno, už jsem nebyl schopen ničeho, ale nemohl jsem se smířit s myšlenkou, že takový bude od nynějška můj život. Smutný, prázdný... mrtvý. Rozhodl jsem se bránit. Dal jsem dohromady tým špičkových vědců a společně jsme vyvinuli vzorec, který pomáhá doplnit deficit kloubní synovie. A to znamená, že se vaše klouby brzy přestanou o sebe třít, mikropoškození kloubní chrupavky se zregeneruje a bolest, otoky a záněty navždy zmizí. Přesně to se stalo v mém případě.

Dnes jsem zdravý, fit a aktivní muž, který si užívá života. Doufám, že náš vzorec bude dělat totéž i pro vás.

Věděli jste, že každý, kdo je starší 35 let, musel až dosud počítat s tím, že jeho klouby budou každým rokem tužší a méně odolné vůči zranění? Naštěstí se to změnilo. Lidé v nejlepších letech už nejsou odsouzeni k poklesu kondice. Ne nadarmo je jeho inovativní vzorec mnohými odborníky označován za zářný přípravek proti artritidě. A přestože od jeho uvedení na evropský trh uplynulo teprve několik měsíců, získal již řadu ocenění v oboru.

Jedná se o jednu z nekomplexnějších a nejdražších metod, které kdy byly vyvinuty. Donedávna byla dostupná pouze na soukromých klinikách v zahraničí. **Nyní se vám může dostat do rukou za pouhých 0 Kč.**

Nezáleží na tom, zda trpíte bolestmi zad, kyčlí, kolen nebo loktů - v každém případě můžete nepříjemnosti porazit působením „zevnitř“. To je velký krok vpřed v prevenci a boji proti problémům s klouby.

Jaké účinky můžete očekávat?

- Okamžitá úleva od bolesti kloubů, kolen a páteře
- Odstranění slzení, necitlivosti a tření kloubů
- Snížení otoků
- Rekonstrukce chrupavky
- Zvýšení produkce kolagenu v těle
- Úleva od revmatické a artritické bolesti
- Urychlení zotavení po úrazech, pohmožděninách a poraněních.
- Obnovení plné pohyblivosti nohou a rukou
- Eliminace vystřelování v kolenou a loktech při ohýbání

Pro koho je tato akce výhodná?

Každá osoba žijící v České republice, která zavolá na uvedené číslo a odkáže na tento článek. Nemusíte nic podepisovat ani posílat žádná potvrzení.

Do kdy je nabídka platná?

Tuto nabídku můžete využít do **22.07.2024** nebo do vyčerpání zásob propagačních přípravků. Proto je velmi důležité zavolat co nejdříve, abyste si mohli balení rezervovat.

Proč rozdáváme balení za 0 Kč?

Protože společnost výrobce letos slaví 20. narozeniny a minulý týden dosáhl prodej jejího nejoblíbenějšího přípravku (nejprodávanějšího přípravku na klouby) 3 000 000 balení! Nejlepším způsobem, jak tento úspěch oslavit, je uspořádat akci, v rámci které mohou ti, kteří ještě neměli tu čest konkrétní přípravek užívat, získat za 0 Kč.

Pozor na podvodníky! Na trhu je nyní mnoho padělků tohoto opatření. Nenechte se oklamat. V naší zemi si originální přípravek nekoupíte v žádné lékárně, získáte ho pouze prostřednictvím specializované infolinky.

Zavolejte a vyzvedněte si kloubní regenerátor - stojí jen 0 Kč!

Prvních 100 lidí, kteří zavolají na číslo **354 978 492**,
obdrží od výrobce exkluzivní refundaci.

V souladu s podmínkami akce platí omezení: 1 balení na domácnost.

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

*Následující produkt je doplněk stravy a není určen k diagnostikování, léčbě ani prevenci jakýchkoli nemocí. Předkládaný obsah nepředstavuje lékařskou radu a nemůže nahradit konzultaci s odborníkem. *Doplněk stravy je potravinu, jejímž cílem je doplnění běžné stravy. Doplněk stravy nemá léčivé vlastnosti. *Tento reklamní článek je založen na fikci a jakákoli podobnost se skutečnými osobami, místy nebo událostmi je čistě náhodná. *Účinky používání produktu závisí na individuálních dispozicích uživatelů a mohou se lišit. Informace uvedené v článku o účincích a rychlosti působení produktu nepředstavují záruku prodávajícího o jeho vlastnostech.

KULTURA

V Dolních Vítkovicích se brzy objeví známé hvězdy



Colours of Ostrava nabídne nejnabitější sobotní program ve své historii. Na stage dorazí známé hvězdy, jako je producent James Blake, písničkář Dennis Lloyd či kapela z brazilského Sao Paula Bixiga 70.



Na stage dorazí známé hvězdy, jako je producent James Blake, písničkář Dennis Lloyd či kapela z brazilského Sao Paula Bixiga 70. 2x COLOURS OF OSTRAVA

Ostrava v červenci nabídne 70 zahraničních hudebních kapel.

Multižánrový mezinárodní hudební festival každoročně pořádaný od roku 2002 v Ostravě. Colours of Ostrava se od roku 2012 se koná v úchvatném prostředí Dolních Vítkovic, v bývalém areálu hutí, dolů a železáren. Loňský dvacátý ročník nabídl přes 350 programových bodů na 19 otevřených i krytých scénách – koncerty, diskuse, divadla, filmy, workshopy i výtvarné aktivity. Colours of Ostrava je držitelem ceny Anděl za Hudební událost roku 2005 a 2006. Zároveň získal ocenění

za nejlepší hudební akci roku 2004, 2005 a 2006 v anketě ALMA v kategorii koncert/festival roku. V roce 2015, 2017 a 2018 se probojoval na shortlist Best Major Festivals v rámci European Festival Awards. Na domácí půdě získal ocenění Czech Superbrands 2015. V roce 2016 jej deník The Guardian zařadil mezi 10 nejlepších festivalů Evropy. Festival také pořádá Festival v ulicích v Porubě a předtím v centru Ostravy zdarma, hudební showcase konferenci Czech Music Crossroads a v roce 2015 se v rámci něj poprvé konalo mezinárodní diskusní fórum Meltingpot.

Objevování jmen

Letošní 21. ročník Colours of Ostrava proběhne

od 17. do 20. července v unikátní industriální oblasti ostravských Dolních Vítkovic.

Na sedmi hudebních scénách vystoupí více než 70 zahraničních kapel a přes 30 domácích jmen. Kromě množství zastoupených zemí je unikátní také výčet žánrů, mezi nimiž nechybí world music, rock, blues, pop, elektronika, neoklasika, punk, jazz, hip hop, soul, funk, reggae či dancehall.

„Baví nás objevovat zajímavá jména napříč různými hudebními žánry a obzvláště velkou radost máme z umělců, které uvádíme v Česku vůbec poprvé. Při pohledu na aktuální line-up je takových kapel více než polovina, z hvězd jsou to Sam Smith, Khruangbin, James Blake,

Bat for Lashes nebo Sean Paul,“ vypočítává dramaturg festivalu Filip Košťálek.

Nová stage

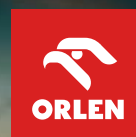
Festival nabídne hudební program na dvou hlavních open air scénách. Novinkou je T-Mobile stage pojmenovaná po novém generálním partnerovi. „Loni poprvé byl T-Mobile technologickým partnerem festivalu a je nám velkým potěšením oznámit, že se takto významná společnost teď stává partnerem generálním. Věřím, že díky tomuto propojení budeme moci dál zkvalitňovat nejen program festivalu,“ uvedl Jan Jírovec, investiční partner skupiny Rockaway Capital, která vstoupila do Colours of Ostrava v roce 2022. MET

INZERCE

ORLEN. Hrdý partner Colours of Ostrava.

Následujte kvalitu

Privážíme ty nejlepší kapely z celého světa na jedinečný festival ve Vítkovicích.



orlen.cz

Nová technologie z Tchaj-wanu ničí trh se sluchadly!

INTELIGENTNÍ SLUCHOVÝ ZESILOVAČ

Malý, diskrétní, pohodlný a cenově dostupný pro každého!

Kvalitou se neliší od nejlepších značkových sluchadel (v ceně 50 000-55 000 Kč) a můžete si ho pořídit **pouze za 499 Kč!**

Už vás nebaví neslyšet, co Vám lidé říkají?

S INTELIGENTNÍM SLUCHOVÝM ZESILOVAČEM:

- ✓ **neuslyšíte zbytečné zvuky na pozadí** a praskání (zařízení inteligentně zesiluje důležité zvuky a eliminuje hluk z dopravy a zbytečné zvuky, např. rachot příborů v restauraci, klapot podpatků, bouchání dveří, hluk lidské konverzace, hluk ulice nebo řev motoru);
- ✓ **snadno uslyšíte** lidskou řeč, zpěv, zvuk rádia a televize, zpěv ptáků a další zvuky přírody;
- ✓ budete **skvěle rozumět** i lidem, kteří mluví tiše a nevyrazně;
- ✓ **konečně uslyšíte všechno** a všechny kolem sebe, a to i z dálky!

A to vše díky nové technologii, která je **100krát levnější než nejmodernější sluchadla!**

Přístroj využívá nejnovější generaci mikrodigitální technologie, takže problém ztráty sluchu pro mnoho lidí již neexistuje. Pan Vojtěch z Prahy a paní Kristína

z Ostravy vyprávějí, jak jim inteligentní sluchový zesilovač změnil život:



„Stydl jsem se a zlobil, protože jsem si nemohl dovolit tradiční sluchadlo!“

Jsem v důchodu a nedoslýchavost u mně začala už dávno, možná ve 40 letech. Nakonec jsem se přestal setkávat s lidmi, protože kolik se můžete zeptat každého: „co? co?“. Začínal jsem být unavený, takže jsem stále častěji předstíral, že slyším, co říkají, přikyvoval jsem, usmíval se... Stydl jsem se a zlobil, protože jsem si nemohl dovolit tradiční sluchadlo. Nyní mám tento chytrý zesilovač sluchu. Slyším všechno jako předtím a můžu zase normálně mluvit s lidmi.

Vojtěch G. (67 let) z Prahy



„Toto malé zázračné zařízení mi zachránilo profesní život!“

Celý život jsem pracovala jako učitelka francouzštiny ve škole, takže ztráta sluchu v obou uších se pro mě stala obrovským problémem. Začala jsem se ptát, co mi děti říkají, a víte, ve třídě jeden často mluví přes druhého. Toto úžasné zařízení mi zachránilo profesní život!

Kristína Š. (58 let) z Ostravy

Pokud sníte o tom aby: 1) dobře slyšet šepot, konverzaci, hudbu, televizi a rádio; 2) rozumět všem lidem, kteří s vámi mluví; 3) chcete znovu získat schopnost slyšet nejtišší a nejvzdálenější zvuky (které jste měli, když vám bylo pár let

Nová mikrodigitální technologie 100krát levnější než nejlepší sluchadlo!

POUZE do 04.07. až 80% levněji!

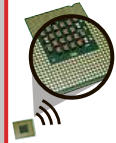


sedí na pravé i levé ucho



Je to malé jako 2 centy!

Má vestavěný audiální mikroprocesor XV-500, který inteligentně vylepšuje důležité zvuky a eliminuje hluk a šum.



Dostanete také 5 silikonových nástavců ve 4 velikostech, díky kterým si zesilovač dokonale přizpůsobíte k uchu a nebudete vůbec cítit, že jej v uchu máte.



Rychle se nabíjí elektřinou jako běžný mobilní telefon a nemusíte k němu kupovat baterie!



Kolik můžete ušetřit?

Běžné sluchadlo stojí mezi 12 500 a 55 000 Kč. K tomu se připočítávají náklady na drobné baterie (asi 4500 Kč ročně!), které lze zakoupit pouze ve speciálních obchodech a je třeba je často vyměňovat. Výběrem inteligentního sluchového zesilovače ušetříte několik tisíc korun najednou a téměř 5 tisíc korun ročně díky nabíječce!

nebo jako teenager), sáhněte po tomto dokonalém, multidimenzionálním, inteligentním zesilovači sluchu! **Toto chytré malé zařízení změní váš život k nepoznání, aniž by zruinovalo váš domácí rozpočet.**

Jak získat chytrý zesilovač sluchu?

Zařízení lze získat pouze prostřednictvím telefonického pro-

deje oficiálního distributora. (Jeho prodej není a nebude prováděn v prodejnách). Objednávka je snadná a bezpečná, protože nemusíte nic platit předem (poplatek se platí až při převzetí balíčku s produktem). Aktuálně probíhá akce pro prvních 60 lidí: **stačí zavolat na uvedené telefonní číslo a získat slevu 80%.**

PROMOAKCE

Znovu uslyšíte všechno a všechny – stejně jako předtím!



S RODINOU A PŘÁTELI

Začnete znovu slyšet, co vám říkají a o čem mluví blízcí.



DOMA

Uslyšíte každé slovo rozhlasových zpráv a oblíbených televizních seriálů, aniž byste museli zvyšovat hlasitost.



V PRODEJNĚ, NA POŠTĚ

Už nikdy nebudete muset žádat o opakování výše platby.

VELKÁ PROMOAKCE!

Prvních 60 lidí, kteří zavolají do **04.07.2024**, získá slevu **až 80%**! Díky ní dostanete **INTELIGENTNÍ SLUCHOVÝ ZESILOVAČ** místo 2500 Kč, **pouze za 499 Kč!**

Zavolejte dnes: 558 910 446

Po-Pá 8:00-20:00, So-Ne 9:00-18:00
(Běžný místní hovor bez příplatku)

Placeno společností App and Roll Sp. z o.o., ul. Stawy 5, 02-467 Warszawa

PLAY

Štamgasti

Být kdekoli na Starém Městě štamgast není snadné. V turisticky vyhledávaných hospodách štamgasty sice z dekorativních důvodů chovají, ale zatěžují je řadou povinností. Musí bodře promlouvat v televizních pořadech o staropražských pivnicích a ve zbylém čase pod trojúhelníkovými vlaječkami fotbalových klubů diskutovat o Janu Patočkově. V podnicích, do nichž se žádná kamera nezataoulá, se štamgasti obvykle nevykytují. U všech stolů se tu průtokově odbavují vyčerpaní turisté, kteří pěšky přešli celý Karlův most. Mně a kamarádu

„Vaše pivečka, pánové,“ řekla a znělo to trochu jako: Vítejte doma.

Slávkovi se přesto nějakým zázrakem podařilo tohle zakletí prolomit. Když jsme si před lety potřebovali na chvíli popovídat, zapadli jsme náhodně do hospody u Karlových lázní. Samozřejmě ji tu nemohu jmenovat, postačí, když budete vědět, že má úžasnou atmosféru. Podruhé jsme tam zašli už cíleně a od té doby pořád. Naše setkání mají dvoutýdenní rozestupy, přesto trvají tak dlouho, že už jsme tu zdomácnělý druh. Sedáváme u stejného stolu, jíme a pijeme pořád totéž, končíme týmiž dvěma panáky, které tu nabízejí jenom velké, ale pro nás ho rozlijí do dvou menších. Posledně, sotva jsme dosedli, přitancila servírka, a než jsme mohli cokoli říct, postavila před nás dva zamlžené püllitry. „Vaše pivečka, pánové,“ řekla a znělo to trochu jako: Vítejte doma. Napili jsme se beze slova, málem posvátně, protože jsme poznali, že naše proměna ze dvou starších pánů, co se tu občas zastaví, ve štamgasty byla dokonána.

PETR KUKAL
OKRESNÍ BÁSNÍK



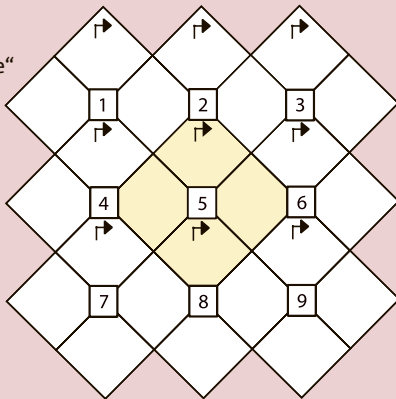
4	6	3	7	1	5	8	2	9
9	5	8	6	2	3	1	7	4
2	7	1	9	4	8	5	6	3
7	4	2	8	6	9	3	1	5
3	9	5	2	7	1	6	4	8
1	8	6	3	5	4	7	9	2
6	3	4	5	9	7	2	8	1
5	2	9	1	8	6	4	3	7
8	1	7	4	3	2	9	5	6
9	3	1	8	7	2	6	4	5
4	8	2	5	9	6	1	7	3
7	6	5	3	1	4	9	2	8
8	9	7	4	3	1	5	6	2
6	5	3	7	2	8	4	1	9
2	1	4	6	5	9	3	8	7
1	2	8	9	4	5	7	3	6
5	7	6	1	8	3	2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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: PÁRA

LUŠTĚNKA

Slova vpisujte okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

1. kruh
2. vozovna
3. opak „nahoře“
4. potřeba kovboje
5. tajenka
6. opak „pravá“
7. dezinfekční přípravek
8. ranní vlaha
9. poklop



@mojemetro



První červencový příspěvek v rubrice @mojemetro nemůže být jiný! Zatímco v horní části Václavského náměstí se začala budovat staronová tramvajová trať, v dolní části náměstí to žije jinak. Důkazem je fotka od @miroslav.kopriva.prague. Děkujeme za hashtag #mojemetro.

#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!



Benátská! s Impulsem

ON AIR

25.
narozeniny
Rádia Impuls

čtvrtek 25. 7. 2024

JELLEN ★ YO YO BAND
O5 A RADEČEK
MICHAL PROKOP & FRAMUS 5
VYPSANÁ FIXA ★ ŽLUTÝ PES

a další

benatska.cz

 **IMPULS**
Rááááadio

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



„Vyrábím moderní adventní kalendář – od Vánoc do Vánoc.“

JIŘÍ PETROUŠEK
Facebook

POČASÍ



DNES

20/24 °C



ZÍTRA

18/22 °C



STŘEDA

16/20 °C



ČTVRTEK

19/23 °C

Teplotní rekordy:  8,8 °C (1969)  35,3 °C (2019) Bio:   



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

ČT1



20.15 Svět pod hlavou (1/10)
Stín kapradiny. Mysteriózní krimiseriál (ČR, 2017). Hrají: I. Trojan, V. Neuzil, J. Bárdošová

21.10 Neviditelní (2/13)
Komedijní seriál (ČR, 2014)

22.04 Výsledky losování Šťastných 10 a Extra Renty

22.05 Trpaslík (2/6)
Seriál (ČR, 2017)

22.45 Sisi (5/6)
Seriál (N/Rak., 2021)

23.40 Angličanka (1/6)
Seriál (USA/VB, 2022)

ČT2



20.00 Válka Roseových
Komedijní drama (USA, 1989). Civilizovaný rozvod je absolutně nemožný. Hrají: M. Douglas, K. Turnerová, D. DeVito. Režie D. DeVito

22.00 15 Minut
Krimithriller (USA, 2001). Kam až jste schopni zajít pro svých 15 minut slávy? Hrají: R. De Niro, K. Roden, E. Burns, O. Taktarov. Režie J. Herzfeld

00.00 Ve jménu otce
Drama (Irs., 1993). Hrají: D. Day-Lewis, P. Postlethwaite

02.10 Vzkaz Ludvíka Kundery

NOVA



20.20 Specialisté (15)
Staré hříchy. Krimiseriál (ČR, 2017). Nad rámem je na hřbitově nalezena mrtvá mladá žena, zemřela na vykrvácení z bodné rány. Hrají: D. Prachař, J. Štáfek, Z. Kajnarová, J. Zadražil

21.30 Specialisté (16)
Desetiboj

22.35 Kriminálka Las Vegas V (15)
Krimiseriál (USA, 2004)

23.35 Kriminálka Miami IX (1)
Krimiseriál (USA, 2010)

00.35 Kriminálka Miami IX (2)

PRIMA



20.15 Malý pítaval z velkého města (1)
Aranžér. Krimiseriál (ČR, 1982). Pražská kriminálka pátrá po rafinovaném zloději, který v přestrojení za aranžéra výloh vykrádá pokladny vitropinových obchodů. Hrají: L. Frej, J. Krampol, P. Zedníček

21.30 Vinaři (1)
Narozeniny. Komedijní seriál (ČR, 2014). Hrají: V. Postránecký, J. Smutná, T. Kostková

22.40 Vinaři (2)
Kladeňáci

23.55 Ano, šéfe!

ÓČKO



06.00 Ranní fresh

09.00 Óčko hity

15.00 New Music Radar

15.30 Óčko hity

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction Poland
Polská verze nahé seznamky

22.30 Virtuální svět TV
Vydějte se na cestu kolem světa

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy

STOP utrpení!

Starý čínský způsob boje proti bolesti nohou a kloubů, migréně, nespavosti a hypertenzi

Kvůli ztuhlým kloubům sotva chodíte? Každý váš krok působí bolest v patách? Nebo Vám možná otékají nohy, trápí vás vbočené palce nebo puchýře? Pokud ano, určitě čtěte dál!

První zmínka o turmalínové analgetické metodě byla nalezena v poznámkách Cai Shinju, velkého lékaře prvního čínského císaře. Vládce trpěl **silnými bolestmi kloubů a nespavostí**. Cai Shinju doporučil svému vznešenému pacientovi, aby měl nohy ve váčcích naplněných himalájským turmalínem. Kúra přinesla okamžité výsledky a vděčný vládce zaspal Shinju drahokamy a poctami.

Starověká metoda se dodnes používá v celé Asii. Nedávno se o něj začali zajímat vědci ze Švýcarského institutu zdraví v Lucernu. Během výzkumu kúry Shinju byly potvrzeny tepelné a magnetické vlastnosti turmalínu. Je to **jediný minerál na Zemi, který má konstantní piezoelektrické pole bez jakýchkoli zdrojů energie**.

Nezáleží na tom, zda je problémem bolest kloubů, špatný krevní oběh, vbočený palec, křečové žíly, nespavost nebo migréna. Klinické testy provedené na 343 dobrovolnicích prokázaly, že tato metoda boje proti chronické bolesti a onemocnění nohou je **účinná v každém případě**. Bolest a zánět byly odstraněny u každého z účastníků studie, bez ohledu na věk, pohlaví, závažnost onemocnění nebo užívané léky.

Zdravý od hlavy až k patě

Tým profesora Adamse s využitím nejmodernějších technologií jako první na světě získal nanokrystaly turmalínu. Byly umístěny do výpustí na spodní straně terapeutických ponožek. Stimulují **2800 reflexních bodů** na vašich chodidlech. Tyto body jsou nervová zakončení, která vedou ke každému orgánu a tkáni ve vašem těle. Stimulace těchto bodů vytváří zdraví prospěšné mikroproudy, které pronikají hluboko do tkání a **vypínají pocit bolesti**.

Díky mikroproudům dostává tělo impulsy pro rychlou samoopravu a regeneraci kloubů, svalů a nervů. Zdraví prospěšná vlna prochází celým tělem jako tsunami. **Čistí tkáň od toxinů, uvolňuje krevní cévy a čistí tok energie**. To způsobí, že okysličená krev správně cirkuluje, záněty a degenerace zmizí.

Originální metoda Shinju **odstraňuje příznaky** artrózy, poruchy spojené se špatnou cirkulací a pomalým metabolismem. Díky tomu se rychle **zbavíte bolestí kloubů a páteře**. Osvobodíte se také od **nespavosti, stresu, hypertenze, migrény, problémů s pamětí**

a **koncentrací**. Díky terapeutickým turmalínovým ponožkám překonáte své nemoci zcela bezpečně a 100% přirozeně. Bez rehabilitací, léků, drahých procedur nebo nejistých operací.

Terapie za pár okamžiků!

Jakmile si ponožky obléknete, začnou turmalínové nanokrystaly **vysazovat bezpečné infračervené záření a prospěšné záporné ionty**. Zdravá energie proniká do hlubokých vrstev pokožky a ničí volné radikály a další škodlivé látky. Během několika okamžiků také začnete pociťovat **příjemné, uklidňující**

Zdraví prospěšné vlastnosti turmalínu, akupresury a termoterapie



Samozahřívání



Nanokrystaly turmalínu



Prodyšné bambusové vlákno



Univerzální velikost



Na den i noc

cí teplo, které zahřeje vaše studené chodidla. Bolesti chodidel a záněty kloubů zmizí, svaly se uvolní a stres jednoduše zmizí!

Samozahřívací turmalínové ponožky Shinju odstraňují nejen příznaky nedyhů, ale především jejich příčiny. Jejich účinek se neomezuje pouze na chodidla. **Blahodárné účinky turmalínu se rozšiřují na celé tělo:** výrazně zvyšují odolnost proti infekcím, snižují stres, zlepšují spánek, snižují opotřebení kloubů, odstraňují svalové napětí, posilují a dodávají tělu energii.

Perfektně přizpůsobené vašim chodidlům

Patentovaná vazba bambusového vlákna s turmalínovými částicemi má **antibakteriální, hypoalergenní a absorpční vlastnosti**. Mezi vlákna se vytvářejí mikroprostory, které jsou zodpovědné za zvýšenou savost tkaniny. Ponožky Shinju jsou vysoce prodyšné a působí proti nadměrnému pocení. Materiál je měkký a netlačí.

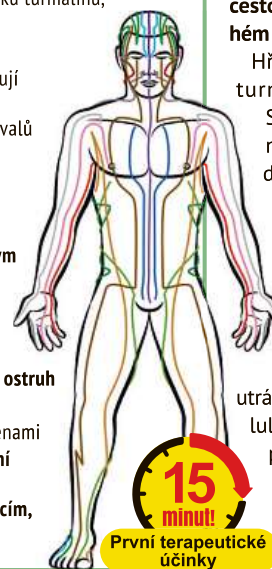
Turmalínové ponožky se dokonale přizpůsobí tvaru a velikosti vašich chodidel. Jsou neuvěřitelně flexibilní, takže je mohou nosit ženy i muži. Protože zabraňují bolesti a otokům nohou, **jsou nepostradatelné při cestování nebo při dlouhém sezení**.

Hřejivě a analgeticky turmalínové ponožky Shinju se doporučují nosit až 8-10 hodin denně, ale **terapeutického účinku dosáhnete již za 15 minut**. Snadno tak dosáhnete **dlouhodobých účinků podporujících zdraví**, aniž byste museli utrácet tisíce korun za pilulky, injekce nebo jiné procedury. Ponožky můžete nosit i večer, abyste si rychle zahřáli nohy a dobře se vyspali.

Samozahřívací turmalínové ponožky Shinju působí na celé tělo!

Kombinací terapeutickým účinků turmalínu, akupresury a termoterapie:

- ✓ zlepšují **krevní oběh**
- ✓ zahřívají chodidla a zabraňují **křečím nohou**
- ✓ zmírňují **bolesti kloubů** a svalů
- ✓ odstraňují pocit **únavy a tíhy v nohou**
- ✓ snižují **nečitlivost a otoky nohou**
- ✓ jsou prevencí proti **křečovým žilám** a pavoučím žilám
- ✓ snižují **náchylnost na vbočené palce a puchýře**
- ✓ zvyšují elasticitu fascie a **zabraňují vzniku patních ostruh**
- ✓ **relaxují** a uvolňují
- ✓ **bojují s nespavostí** a migrénami
- ✓ odstraňují **nadměrné pocení** a zápach nohou
- ✓ zvyšují **odolnost vůči infekcím**, zklidňují alergie



15 minut! První terapeutické účinky

SHINJU SAMOOHŘÍVACÍ TURMALÍNOVÉ PONOŽKY!

Využijte SUPER AKCI ještě dnes!

Zavolejte HNED a máte zaručenou **100% slevu**, což znamená, že dostanete 1 pár samozahřívacích turmalínových ponožek **ZDARMA!**

Nabídka se vztahuje pouze na 130 párů ponožek.

Zavolejte: 296 330 859

Po-pá 8:00-20:00, so-ne 9:00-18:00. (Místní připojení bez příplatku)

Akce pouze do 01.07.2024.

PÁR ZDARMA ZA 0 Kč!

„Všichni si zasloužíme žít bez bolesti“ říká Hannes Adams z Lucernského institutu. „Inspirováni starou čínskou přírodní medicinou jsme proto vyvinuli bezpečnou domácí formu termoterapie. Nyní se **každý může snadno osvobodit od chronické bolesti**.

Tajemstvím účinnosti metody Shinju je spojení terapeutických účinků turmalínu, akupresury a termoterapie. Díky tomu stačí 15 minut denně ke zmírnění bolesti a tíhy v nohou, relaxaci a snížení stresu“.



Trenér Dánů si vzpomněl na zásah hráče bleskem

Osmifinálový zápas ME mezi fotbalisty Německa a Dánska přerušila bouřka.

Podobně jako v letech 2012 a 2016 se na fotbalovém mistrovství Evropy stalo, že do zápasu zasáhla nepřízeň počasí. V osmifinále mezi domácími Německem a Dánskem anglický rozhodčí Michael Oliver zastavil utkání na zhruba 25 minut kvůli bouři a bleskům. Trenérovi Seveřanů Kasperu Hjulmandovi se přitom vybavila tragédie z roku 2009, kdy na vlastní oči zažil, jak jednoho hráče blesk zasáhl.

V červenci před 15 lety hráč Nordsjaellandu Jonathan Richter skončil po zásahu v kómatu. Z něho se probíral po 11 dnech, lékaři mu však museli amputovat levou



Rozhodčí Michael Oliver (vlevo) kvůli nepříznivému počasí přerušuje zápas osmifinále fotbalového Eura mezi Německem a Dánskem. AP

nohu pod kolenem. Hjulmand tehdy v Nordsjaellandu působil jako asistent. Proto nyní uvítal, že osmifinále v Dortmundu sudí v 35. minutě přerušil.

„Nebál jsem se, šlo mi hlavně o bezpečnost hráčů. Ano, tenkrát jsem byl u toho, když blesk zasáhl jednoho z našich hráčů. Teď se blesk objevil přímo nad stadionem

UŽ SE TO STALO

Nebylo to poprvé, co nepříznivé počasí narušilo utkání na fotbalovém Euru.

- Před 12 lety hlavní sudí Björn Kuipers kvůli silnému dešti přerušil zápas domácí Ukrajiny s Francií už po pěti minutách hry. Pauza trvala asi hodinu.
- Na šampionátu ve Francii o čtyři roky později krupobití na chvíli přerušilo duel opět mezi Ukrajinou a Severním Irskem. Tehdy ho řídil český rozhodčí Pavel Královec. **ČTK**

Překvapení na úvod

Fotbalisté Itálie titul mistra Evropy neobhájí. V prvním osmifinále letošního Eura nestačili na Švýcarsko a po porážce 0:2 pro ně turnaj skončil nejhorším výsledkem za posledních 20 let. Naopak Švýcaři díky brankám Rema Freulera a Rubéna Vargase vyrovnali své maximum v historii evropských šampionátů. Navíc přerušili 31 let dlouhé čekání na výhru nad italským týmem. Ve čtvrtfinále se utkají s vítězem včerejšího duelu mezi Anglií a Slovenskem, který skončil po uzávěrcce vydání. Stejně jako druhý včerejší zápas mezi Španělskem a Gruzii. Dnes jsou na programu osmifinále ME zápasy mezi Francií a Belgií (18.00) a od 21 hodin se utká Portugalsko se Slovinskem. **SIM**



KRÁTCE

Různé výsledky

S kombinovanými sestavami, ale s různými výsledky vstoupila pražská „S“ do přípravných zápasů. Sláviští fotbalisté ve svém úvodním utkání v letní přípravě mířili k porážce, ale ve třetí minutě nastavení se proti Pardubicím prosadil Jurečka a vyrovnal na 1:1. Sparta si doma na Letné poradila s AIK Stockholm 3:1.

Pomohla kolize

Velkou cenu Rakouska formule 1 vyhrál překvapivě Brit George Russell, který si dojel pro druhé vítězství v kariéře. Stáji Mercedes k nečekanému triumfu pomohla kolize vedoucího jezdce seriálu Nizozemce Maxe Verstappena s Britem Landem Norrisem. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990. T. 734843403

Procházka schytl kop na hlavu, prohrál

Český MMA bojovník Jiří Procházka světový titul UFC v polotěžké váhové kategorii podruhé nezískal. V Las Vegas prohrál i v odvetě s Brazilcem Alexem Pereirou, který jej

na začátku druhého kola stejně jako loni v listopadu v New Yorku knokautoval.

Obhájce titulu Pereira jedenáctiletého soupeře nejprve tvrdě zasáhl levým hákem

v závěru jinak vyrovnaného prvního kola, hned na začátku druhého kola pak Brazilec zápas kopem na hlavu a následnými údery na zemi rychle ukončil.

Procházka si ve 35. souboji připsal pátou porážku. V elitní světové organizaci neuspěl podruhé z šesti pokusů. „Děkuji všem za podporu. Alex byl lepší,“ řekl Procházka. **ČTK**