



ČTVRTEK 1. SRPNA 2024 Č. 145 • WWW.METRO.CZ



Přijď s kódem

LETOSKFC

do **KFC** a ušetři!

CHEESEBURGER

+ malý shake

**SLEVA
21%**



69 Kč

Nevztahuje se na **Bubble Shakes**. Platnost **1.–15. 8. 2024**

Exkluzivně pouze **pro objednávky na kiosku.**

Více kupónů najdeš v **aplikaci KFC CZ**. S tímto kódem můžeš ale rovnou běžet **do restaurace KFC i bez aplikace!**



Aplikace
KFC CZ



Nemovitosti - poptávka

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizersky, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 731 117 381

Vyplatíme Vaše dluhy!

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

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

Byty - poptávka

BYT/DŮM POPTÁVKA

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

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

Pronájmy - poptávka

• Pro lékařku hledáme pronájem bytu v Praze. Dlouhodobě, dobrý stav. Podmínkou je do 30 minut na Prahu 5. Děkuji. RK nevolat. T.: 605888494

Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY

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

Bibliofilie a cenné knihy oceníme každou zvlášť.

Telefon: 773 735 939

• Sběratel koupí staré vzduchovky, vzduchové pistole, vojenské a hasičské odznaky. Tel.: 602343563, email: alesla@centrum.cz

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

Práce - nabídka

CHCETE STABILNÍ PRÁCI? HLEDÁME METAŘE/KY DO CELÉ PRAHY

JAKÉ BENEFITY DOSTANETE:
5 TÝDNŮ DOVOLENÉ, ROČNÍ BONUSY, MHD ZDARMA, STRAVENKY, MULTISPORT KARTU, PROPLACENÉ PŘESČASY, FLEXI PASSY, PŘÍSPĚVKY NA PENZIJNÍ PŘIPOJIŠTĚNÍ ATD...

KONTAKTUJTE NÁS:

f facebook.com/prazske.sluzby.prace
704 657 974
705 809 151 **www** psas.jobs.cz
PRAŽSKÉ SLUŽBY, a.s.
Pod Šancemi 444/1, Praha 9, 190 00

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 - Ceskomoravská)

• Přijmeme IHNEDE na HPP pracovníci na úklid VŠ kolejí v P-4. Pracovní doba 7-15.30 hod. Občasné víkendy na 4-6 hod. Plat 24.500-38.500 Kč. T. 774771103

• Amboseli přijme POPELÁŘE v Praze na HPP/DPČ, pravidelné zálohy, odměny a příspěvek na bydlení. Volejte pouze Po až Pá 9 - 15 hod. mob.: 724438833

• Gymnázium, Praha 6, Arabská 14 přijme uklízeče na 1/2 úvazku. Nabídky posílejte na adresu ga@gyarab.cz .

PŘIJMEME

pracovnice pro skupinu denního úklidu na HPP.

- Moderní kancelářská budova v centru, dostupná MHD
- Základní mzda 30.000 Kč + pravidelné přémie 5.000 až 10.000 Kč
- Nabízíme Multisportkارتu
- Prac. doba 40 hodin týdně od 6:00
- Stabilitní kolektiv
- Požadujeme bezúhonnost a občanství členské země EU

Životopis zasílejte na:
info@generalprovider.eu

• Nabízíme 165-213,60 Kč/hod za práci na pokladně, Praha a okolí i BEZ PRAXE - zaškolení, online rezervace směn, denní zálohy. Více na tel.: 222534534

• OSTRAHA objektu v Praze, mzda až 27 tis. Kč., možnost ubytování, zálohy na mzdu., dostupné MHD! Více info na tel. 608605788 Š-PROFIT



CO SE DĚJE U VÁS DOMA?

Nehledejte zprávy za horami, za lesy, stačí vám jen

metro.cz /okresy



Portmonka

Věrnostní karty a kupóny v mobilu



Download on the **App Store** GET IT ON **Google Play**

metro

Tenistka Barbora Krejčíková vypadla na OH v Paříži ze singlu, ve dvojici s Kateřinou Siniakovou jde dál. **STRANA 10**



Teplo si každý užívá po svém

Vysoké teploty posledních dní **některé přilákaly k vodě, jiní naopak vyrazili do hor**, třeba na Medvědin. Následující dny **doprovodí bouřky a srážky**, místy mohou být i silné. **Dnes se objeví v jihozápadní polovině Česka** a při opakovaných bouřkách tam může **výjimečně napršet kolem 60 milimetrů**. Zítra se mohou intenzivnější srážky vyskytnout **zejména v severovýchodní polovině republiky**.

Upsali se ďáblu?

Olympiáda v Paříži je v plném proudu a s ní se pojí také možné přihazování do košíku některého z jejích oficiálních merchandingu. Existuje i takový, který je považován za takzvané oficiální olympijský. Jeho prodejcem je módní společnost Trendyol, se kterou Mezinárodní olympijský výbor podepsal smlouvu. **STRANA 7**

Nebezpečné obecné pravdy

Časopis TÉMA slaví desáté narozeniny. Kromě soutěže o předplatné budeme celý týden přinášet zajímavé rozhovory, které v něm vyšly. Dnes s expertem na výživu Petrem Havlíčkem, který mimo jiné radí, abychom jedli jídla z rodného regionu. **STRANA 4**



Hudba bez hranic

Už dnes začíná v Mílovicích největší drum & bassový festival světa Let It Roll, který potrvá do soboty. Posledních deset let se na přípravě Opening Ceremony akce podílí producent a DJ Pavel Ridoško alias Rido. Ve své kariéře se nebrání projektům z jiných žánrů, na svém kontě má mimo jiné i spolupráci s Ewou Farnou. **STRANA 6**

PRAHA

Afrika kousek za Prahou

Z prašných gambijských ulic až na východní okraj hlavního města zamířil slavný griot kvůli lásce k bývalým studentům.

Už zítra budou v Jirnech, obci v okrese Praha-východ nedaleko Klánovic či Horních Počernic, zaznívat tóny africké harfy, takzvané kory. Dorazí sem totiž Dembo Jobarteh z Gambie v západní Africe.

„Hře na tento hudební nástroj se naučil od svého otce a dalších griotů – osob zodpovědných za zachování a předávání místních tradic. Skládá však také vlastní hudbu,“ říká pro deník Metro Anna Pivoňková, která spolu s kolegy z české kapely Kauri slavného hudebníka do Česka přilákala. „Dembo bude u nás poprvé. Rádi bychom vás pozvali na koncert našeho milého učitele v sále Kvapík, po kterém bude následovat povídání o životě v Gambii,“ dodává pro Metro Pivoňková s tím, že se členové kapely s hudebníkem setkali a zahráli si

s ním letos v zimě v Brikamě v Gambii.

Na svatbu i pohřeb

Grioti měli odpradáвна významnou sociální a kulturní úlohu v západoafrické společnosti. Říká se o nich, že jsou mistři slova a hudby. Podle Pivoňkové, která působí rovněž jako průvodkyně, vytvářejí a interpretují písně, básně a příběhy, které často obsahují morální poučení nebo slouží k oslavě významných událostí.

„Grioti uchovávají a předávají historii rodin, komunit a celé společnosti. Jsou nositeli kolektivní paměti a často znají genealogie rodin mnoha generací zpět. Svou tvorbu používají i ke komentování současných událostí a problémů ve společnosti a hrají také důležitou roli při různých ceremoniích a oslavách, včetně svateb, pohřbů a náboženských rituálů,“ doplňuje Pivoňková.

Dvacet jedna strun

Jobarteh vyrůstal a stále žije v Brikamě v Gambii, tedy ve městě s bohatou hudební tradicí. Kora, na kterou Dembo hraje, má dvacet jedna strun a její zvuk je chara-



Zprava: Dembo Jobarteh a členové hudební skupiny Kauri Anna Pivoňková a Antonín Hála

ARCHIV A.P.

teristický svou jemností a hloubkou. „Dembo začal hrát na koru již v dětství. Učil se od svého otce i dalších členů rodiny. Svoji první koru si sám postavil, když byl teenager. Od té doby vyrobil mnoho krásných nástrojů, které dělají radost svým majitelům i jejich posluchačům po celém světě,“ upřesňuje Pivoňková.

Od roku 2014 jezdí africký hudebník pravidelně do Evropy, kde již vystupoval na mnoha hudebních akcích,

vedl workshopy hry na koru a spolupracoval s různými významnými hudebníky.

„Dembův repertoár zahrnuje jak tradiční písně, jež se hrají po staletí, tak vlastní kompozice, které kombinují tradiční africké rytmy s moderními prvky. Jeho hra na koru není jen technicky dokonalá, ale také hluboce emotivní,“ uzavírá pro Metro Pivoňková.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

MASOJIKO řeznictví - uzenářství

- | | | |
|--------------------|--------------------|-------------------|
| *metro Roztyly | *metro Zlín | *Francouzská 25 |
| *metro Budějovická | *metro Bořislavka | *Nuselská 54 |
| *metro Můstek | *metro Dejvická | *Moskevská 40 |
| *metro Hradčanská | *metro Luka | *Vršovická 663/73 |
| *metro Ládví | *Jugoslávská 3 | *OC Řepy |
| *metro Stodůlky | *Čs. Armády 714/30 | *OC Nový Smíchov |

Pohřební tramvaje ukážou ve střešovické vozovně

O uplynulém víkendu uběhlo 110 let od začátku 1. světové války. Dopravní podnik hl. m. Prahy (DPP) připravil k tomuto výročí příležitostnou výstavu na celkem třinácti panelech v Muzeu MHD ve střešovické vozovně. Výstava je veřejnosti přístupná od všerejška. Končit má 17. listopadu letošního roku.

„Jednotlivé panely mapují dobu před válkou, následnou mobilizaci, nákladní dopravu, sanitní a pohřební

tramvaje, ženy ve službách Elektrických podniků královského hlavního města Prahy. Muži totiž odešli na frontu, běžný život za války, konec války a vznik Československé republiky,“ říká mluvčí DPP Aneta Řehková.

Návštěvníci se dozvědí více o vozech, které jezdily v době války a jsou součástí sbírky Muzea MHD. Z expozice nemá být vynecháno ani doprava po válce, přičemž návrat k normálnímu životu trval dlouho. „Poprvé

také dopravní podnik přináší první část seznamu osob, které se z války ke službě v Elektrických podnicích už nevrátily,“ dodává Řehková.

Muzeum MHD je do konce prázdnin přístupné veřejnosti ve středu, v sobotu a v neděli od 9 do 17 hodin. Od září o víkendech a státních svátcích od 9 do 17 hodin. Letos Muzeum MHD navštívilo v návštěvních dnech bezmála 20 tisíc osob. Více na webu dpp.cz. **JAR**

VEPŘOVÁ KÝTA

bez kosti

AKCE

114⁹⁰ Kč/kg

ČTVRTEK - SOBOTA

Platnost od 1.8. do 3.8.2024 nebo do vyprodání zásob.

www.masojiko.cz

KDY pondělí 5. 8. a úterý 6. 8. 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 (nečistěné) šperky mince a zlomkové



až 1500 Kč za gr

STŘÍBRO:

příbory, tabatěrky a technické stříbro



HODINKY:

náramkové, kapesní až do roku 1990



ŠPERKY:

granátové a brilantové šperky



firma H&S tel.: 776 150 222, 603 505 686

Největší hříchy v Praze? Parkování

Pražští strážníci řešili letos v prvním pololetí více než 1,11 milionu přestupků, což je meziročně o 71 647 více. Nejvíc přestupků zaznamenali v dopravě, a to přes milion případů, přičemž řidiči nejčastěji porušovali pravidla stání v parkovacích zónách. Městskou policii Praha (MPP) zřizuje hlavní město a zaměstnává přes dvě tisícovky lidí. „Prioritou strážníků v metropoli je a nadále zůstane veřejný pořádek. Přesto jsou strážníci nuceni se každý den dopravními přestupky zabývat a také je řešit. Statistický nárůst v oblasti dopravních přestupků souvisí zejména s vyhodnocováním dat z mobilního monitoringu zón placeného stání, což znamená, že strážníci nárůst, ale ani pokles neovlivňují. Počet je závislý na množství dat z mobilního monitoringu,“ uvádí náměstek ředitele Ludvík Klema, který je nyní pověřen vedením MPP.

Praha 1 proti „charitám“

Praha 1 chce zamezit zneužívání veřejných sbírek v památkové rezervaci. Někteří poskytovatelé služeb v cestovním ruchu v centru Prahy stále častěji zneužívají veřejné charitativní sbírky k prodeji zejména různých předmětů nebo vstupenek na kulturní či sportovní akce. Snaží se tak vyhnout platným regulacím v oblasti živnostenského podnikání. Za charitu schovává svou činnost firma nabízející v centru výlety po městě. Jejich zaměstnanci s deštníky lákají turisty třeba na Staroměstském náměstí. Jiná charita se týká prodejců svítících balonků, kteří se prokazují certifikací, že výdělek z prodeje jde například na zvířata v útulcích nebo opuštěné děti.

MAP

ILEGÁLNÍ HLUK

Pub Crawl. Fenomén, který již několik let trápí evropská města včetně Prahy. Z centra by měl zmizet.

- Organizované průvodcovské akce typu Pub Crawl, zaměřené na konzumaci alkoholu v různých podnicích, výrazně zhoršují kvalitu bydlení pro obyvatele v centru metropole.

- Radní Prahy 1 proto vyzvali vedení hlavního města k novele tržního řádu. Ta by stanovila zákaz takových služeb.

MET

Nejvíce přestupků zaznamenali strážníci v souvislosti s porušením pravidla stání ve fialové zóně, kde to bylo 306 234 případů, což je meziročně o 69 003 více. Vzrostl také počet špatného stání

v modrých, rezidentských zónách, a sice z loňských 170 457 na letošních 201 704 případů. Naopak oproti loňsku poklesl počet porušení zákazu zastavení a překročení nejvyšší povolené rychlosti.

Pokles zaznamenali strážníci v případě porušení veřejného pořádku a zeleně, kdy letos řešili 47 239 případů, což je meziročně téměř o devět desítek případů méně. Téměř o 4000 méně bylo případů neoprav-

něného záboru nebo poškozování veřejného prostranství. Naopak vzrostl počet případů konzumace alkoholu na místech, kde je to zakázáno, a přibýlo i znečišťování veřejného prostranství.

ČTK

INZERCE

NEPORAZITELNÉ

229,- **-43%**

129⁹⁰

Krůtí prsní řízek
chlazený, 1 kg, původ: Maďarsko



14.50

-31%

9⁹⁰

Jogobella
150 g, 100 g = 6,60 Kč, vybrané druhy



BĚŽNÁ CENA
299,-

129⁹⁰

Jihlavanka Standard
mletá káva, 1 kg
▼ 139,90 Kč



134.90

-56%

58⁹⁰

Milka Čokoláda
250-300 g, 100 g od 21,64 Kč
bez Aplikace / od 19,64 Kč Aplikace,
vybrané druhy ▼ 59,90 Kč

BEZ APLIKACE
64⁹⁰



MAXI
270 g

35,- **-43%**

19⁹⁰

Albert Rajčata
červená oválná
250 g, 100 g = 7,96 Kč



albert
SUPERMARKET

*▼ Nejnižší cena za posledních 30 dní u nás.

NEPORAZITELNÉ - produkty, jejichž cena byla nejnižší ve srovnání s cenou uvedenou v letáčích vybraných obchodních řetězců ke dni tisku letáku 25. 7. 2024. Nelze garantovat, že cena produktů označených jako **NEPORAZITELNÉ** zůstane nejnižší po celou dobu platnosti letáku. Více na www.albert.cz/neverazitelne. Ceny platí v prodejních supermarket Albert od 31. 7. do 6. 8. 2024 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejních. Seznam všech prodejen na www.albert.cz.

POPCORIN

Expert na výživu: Jezme jídla z rodného regionu

Náš sesterský časopis TĚMA slaví 10. narozeniny. Za tu dobu se stal lídrem kategorie zpravodajsko-společenských týdeníků. Staví na velkých rozhovorech do hloubky. S lidmi, kteří mají ostatním co říct. O sobě. Anebo o tom, o čem vědí víc než ostatní. Tak jako třeba Petr Havlíček, jeden z nejznámějších českých výživových expertů, který ve velkém interview také řekl, proč bychom měli jíst hlavně potraviny a jídla z regionu, kde jsme se narodili.

Zdá se, že pravidla výživy jsou v současné době docela chaotická...

Nesmírně chaotická. Proto je nebezpečné vytvářet obecné pravdy, pokud nezohledníte genetické faktory, prostředí, kulturní tradice, dostupnost potravin...

Jak si česká kuchyně stojí v konkurenci těch zahraničních z hlediska zdravotních benefitů?

Středomořská strava, jmenovitě ta v Itálii a v Řecku, se považuje asi za nejzdravější. Má vysoký podíl rostlinných potravin – olivového oleje a ořechů – jako zdroje kvalitních tuků, ryb a mořských plodů plus menší podíl masa. Ale i česká svíčková, kterou mnozí považují za těžké a nezdravé jídlo, může splňovat náročná nutriční kritéria z hlediska obsahu živin. Už třeba jen použitím šetrné metody přípravy masa. Například dlouhým pečením při nízké teplotě 90 stupňů. Maso je křehké, zelenina není spálená.

Typická česká jídla, jež si většina tuzemských strávníků dává pravidelně, jsou jasná: svíčková, guláš, kachna, rajská, španělský ptáček, řízek,



Nejznámější odborník ve svém oboru v Česku Petr Havlíček MAFRA

smažák... Stravují se podle vás tyto lidé zdravě?

Pokud se někdo pravidelně stravuje takto, jídelníček stejně těžko změní, nebude-li mít zásadní motivaci. I když všichni křičí, že chtějí zdravější jídlo, s menším obsahem soli, bez ochucovadel a bez kvanta mouky, když to pak v závodní jídelně takto udělají, nikomu to nechutná, protože jejich chuťové buňky uvykly oněm předchozím kejdám. Tradiční přípravě české kuchyně vyčítám hlavně to, že se používají špatné tuky, hodně se solí a je tam zbytečně moc mouky, aby pokud možno v jídle stála lžice. Hodně lidí je závislí na dochucovadlech a bez glutamátu jim přijde jídlo mdlé – už ani nevědí, jak původní suroviny mají chutnat. Taď je problém už v dětství. Čím dříve dítěti dám výrazné chutě (slané, sladké či průmyslově dochucené), tím míň mu konvenuje přirozená chuť potravin.

U Čechů je kromě českých jídel oblíbená také italská, vietnamská, čínská, thajská, indická, francouzská, řecká

a americká kuchyně. Která z nich je nejlepší?

Nejlepší je vždycky ta, která je nám geneticky nejbliž – pokud je vyvážená a správně připravená z kvalitních surovin. Ty ostatní kuchyně jsou příjemným zpestřením. Snad jen kromě té americké a jejich kultury fastfoodů.

Takže máme jíst hlavně potraviny a jídla pocházející z regionu, kde jsme se narodili?

Ano, protože si na ně pravděpodobně za ty tisíce let náš organismus i geneticky zvykl. Zatímco my máme mléko a produkty z něj. Asijsci mají sóju a další produkty z ní. Pro většinu Asijsců, ale i Afričanů, je mléko problém, až 90 % lidí trpí laktózovou intolerancí. Kdežto v Evropě bylo mléko (a produkty z něj) jednou ze základních potravin, takže jsme si na ně zvykli a 60–80 % lidí je schopno laktózu trávit i v poměrně vysokém věku. Na místní potraviny se prostě adaptovala i naše střevní mikrobiota. Navíc u lokálních surovin mám jistotu, že cestující z pole rovno ke konzumentovi, neputují přes půl zeměkoule, takže můžou být v plné vegetační zralosti, plné živin. Jahoda utržená ve své sezóně z našeho pole mi dá nesrovnatelně víc živin než ta, která byla vypěstovaná ve skleníku a dozrává v čemsi po cestě z Itálie.

Čechy dlouhodobě trápí jeden z největších výskytů rakoviny tlustého střeva na světě. Čím to je?

Naštěstí první už podle lékařů nejsme, ale pořád se pohybujeme na špičce. Příčin je víc, ovšem hlavně jde o nevhodný životní styl: Jíme málo vlákniny, chybí nám dostatek ovoce a zeleniny, přejídáme se uzeninami, nehybeme

se... Vlákniny Češi konzumují zhruba poloviční doporučené množství. To má na střeva i celkový zdravotní stav obrovský vliv. Ve střevě máme kolonii užitečných mikroorganismů, které se taky potřebují najíst. Podle toho, co tam posíláme, mnozí se tam bud „hodně“, anebo „zlé“ mikroorganismy. A tito naši „spolubydlíci“ přímo ovlivňují naši váhu, kondici a fyzické i duševní zdraví.

Riziko rakoviny a cukrovky prý zvyšuje každodenní konzumace masa...

Když někdo manuálně dře ve slévárně, bude asi maso jednou až dvakrát denně potřebovat. Ale úředník maso sedmkrát v týdnu mít rozhodně nemusí, protože bílkoviny potřebuje jen polovinu. A přejídání se masem, především nevhodně upraveným, vede k obtížnějšímu trávení, a pokud se nestrávená bílkovina dostane do tlustého střeva, kde už nemá co dělat, dojde kvůli některým bakteriím k jeho hnití a k potlačení pozitivní mikroflóry. Což může vést ke zdravotním problémům, plynatosti počínaje přes některá zánětlivá onemocnění až po rakovinu tlustého střeva.

Jak si stojí grilování?

No, ne úplně dobře. Při grilování tuk a šťáva z masa odkapávají do topeniště a tam z nich při vysokých teplotách vznikají karcinogenní látky, které se proudem teplého vzduchu vracejí zpět na maso. Navíc v dýmu z hoření jsou



Když se nepřejídáte, není problém. 2x SHUTTERSTOCK



INZERCE

VYHRAJTE PŮLROČNÍ PŘEDPLATNÉ ČASOPISU TĚMA TĚMA SLAVÍ 10 LET

HRAJEME O 100 VÝHER V CELKOVÉ HODNOTĚ 100 000 KČ.

3. Naleznete v časopisu TĚMA rozhovory a články o zdraví? A) ANO • B) NE

Odpověď pošlete formou SMS bez diakritiky na číslo 90011 do čtvrtka 1. 8. 2024 do 24:00 hod ve tvaru: TĚMA SOUTEZ A nebo B JMENO PRIJMENI ULICE ČÍSLO POPIŠNÉ MĚSTO PSC. Cena SMS je dle tarifu vašeho operátora. Vyhrává každá 10. správná odpověď do vyčerpání výher. Technicky zajišťuje ATS Praha, infolinka 296 363 199 (po–pá, 9.00–16.00), www.atspraha.cz. Kompletní pravidla soutěže a zaslání cen najdete na www.etema.cz/soutez.

Loni byly stromy vůči šoférům dost „milosrdné“

Vykácet? Nevykácet? Spory automobilistů s ochránci přírody přetrvávají. Zastánci kácení se odvolávají na bezpečí.

Zakladatelé mnoha alejí v Česku v dávné minulosti nepočítali s auty a už vůbec ne s auty rychlými a velkými. Tam, kam se vešel povozník, a byl navíc vděčný za to, že mu stromy podél cesty stíní hlavu i náklad, tam se musejí auta o dvoumetrové šířce složitě vyhýbat. Nehledě na autobusy a nákladáky.

Ubylo smrtáků a těžkých zranění

Nové silnice a dálnice se už budují bez alejí, přesto jsou v Česku tisíce kilometrů, kde stromy lemují vozovku v rela-

tivně malé vzdálenosti. „Nárazy do stromu se v České republice řadí mezi nejčtenější typ střetů s pevnou překážkou, přičemž současně se jedná i o jeden z nejzávažnějších typů střetů,“ vysvětluje Kateřina Bucsuházy z oblasti Hloubkové analýzy dopravních nehod Centra dopravního výzkumu (CDV).

Přesto statistiky dokládají, že rok 2023 byl v počtu smrtelných nehod, kdy při střetu se stromy v autě někdo zahynul, vůči řidičům nejmilosrdnější s historií. Zemřelo „jen“ 55 osob a zhruba stovka byla zraněná.

V porovnání s lety 2011 až 2015 je to více než dvojnásobné snížení. Až na rok 2013 to bylo vždy přes sto mrtvých. U těžce zraněných osob je pokles ještě výraznější. Například v roce 2012 se jednalo o 332 těžkých poranění po střetu auta se stromem, loni to byla jen stovka.



Silnice III. třídy. Jak rychle tudy pojedete? METRO

Riziko číhá na okreskách

K většině nehod se smrtelnými následky a těžkými zraněními dochází na silničních druhé a třetí třídě. Svalovat vše jen na stromořadí není namístě. Téměř pětinu případů tvoří havárie, kdy byli řidiči pod vlivem alkoholu či drog. Blízkost budov či stromů chování řidičů ovlivňuje, nutí je

STOJÍ TO PENÍZE

32

Na tolik miliard korun se odhadují socioekonomické ztráty při haváriích aut, kde hraje roli i strom. Nejčastější střety evidují policisté v krajích Jihomoravském, Zlínském, Královéhradeckém a v Pardubickém. PH

to k větší opatrnosti. „Přítomnost stromů u silnice může být, jak dokládá analýza, důležitým hlediskem při rozhodování o omezení rychlosti. Podle výsledků psychologických studií souvisí volba rychlosti s osobnostními charakteristikami a sklonem k riskování,“ dodává Kateřina Bucsuházy z CDV. **PAVEL HRABICA**

OLYMPIÁDA A JÁ

Superrok

Olympijské hry v Paříži jsou vrcholem sportovního superroku na obrazovkách České televize. Během Her nabídneme 320 hodin přímých přenosů. Česká televize má jako majitel sublicence oprávnění vysílat olympijské soutěže pouze na jednom programu, ale podařilo se nám domluvit několik výjimek, díky kterým je možné v případě časového souboje dvou bojů o medaile s českou účastí pro živé vysílání využít i internetový stream. Olympiáda je jednoznačně největší sportovní událostí rok. Osobně do Paříže mířím a moc se těším. Samozřejmě že navštívím studio České televize v Českém domě.

JAN SOUČEK
GENERÁLNÍ
ŘEDITEL ČT



INZERCE

Akceeee!

Do 6. 8. 2024

Akce platí do vyprodání zásob. Sortiment na prodejních se může lišit. *Nejnižší cena za posledních 30 dní.

Rajčata Cherry
250 g, vanička

7,96 Kč / 100 g
5,60 Kč / 100 g

10,90 Kč
14 Kč

Fine Life Gouda 48% plátky
100 g, chlazené

2,90 Kč
18 Kč



SLEVA
20%

Häagen-Dazs

zmrzlina
80 ml – 460 ml
více druhů, mražené



1,99 Kč
59 Kč

5,99 Kč
399 Kč

Magnesia Plus

700 ml
více druhů

4,84 Kč / 100 ml
2,86 Kč / 100 ml

12,90 Kč
20 Kč

Rio mare tuňák
160 g, více druhů

87,44 Kč / 100 g
36,88 Kč / 100 g

Tullamore Dew 40%
700 ml

84,27 Kč / 100 ml
57,00 Kč / 100 ml



Oteevřeli jsme na Ohradě

Najdete u nás vše potřebné, skvělou kávu i čerstvé dobrotky

Hartigova 1743/114



Sledujte nás na:



bonveno_official

bonveno

Váš rychlý nákup

„Jde mi hlavně o kvalitu obsahu a originalitu“

Už dnes začíná největší drum & bassový festival světa Let It Roll. Na milovickém letišti se v jeho rámci do soboty 3. srpna představí na 200 umělců. Posledních deset let se přípravě Opening Ceremony aktivně podílí také producent a DJ Pavel Ridoško alias Rido. Ve své kariéře se nebrání mezižánrovým projektům, na svém kontě má mimo jiné i spolupráci s Ewou Farnou.

Táhlo vás to k hudbě už od dětství?

Od dětství asi úplně ne. Věnoval jsem se tenisu, takže mě bavilo hlavně mlátit raketou do míčků. Ale je pravda, že když sestra chodila na piano do hudebky a já jí občas doprovázel, tak mě dost bavilo mlátit i do bicích. Zásadní změna ale přišla až v době, kdy mi bylo šestnáct.

Vy sám jste tedy nechodil do hudebky?

Do hudebky jsem nechodil, ale když mi bylo 26, tak jsem začal chodit na soukromé lekce na piano. A trochu hudební teorie jsem měl i v rámci studie zvuku na univerzitě SAE v Sydney.

Kdy jste poprvé něco složil sám a co to bylo?

Bylo to v době, kdy mi bylo zhruba těch 16 až 17 let. Byl to takový pokus, něco mezi rave music a hardcore. Nic, čím bych se chtěl zrovna chlubit, haha.

A později jste měl skladbu v příloze britského magazínu?

Byla to pro mě dost velká věc, protože magazín Knowledge byl naprosto zásadní pro drum and bass. Stalo se to v roce 2009 po vydání mé skladby Strangers pro britské vydavatelství Defcom.

Na svém kontě máte i další spolupráce se zahraničními vydavatelstvími. Jak jste se dostal třeba k Metalheadz?

K těm jsem se dostal kolem roku 2011, kdy jsem dokončil track Focus a poslal jim ho. Ozvali se zpět hned druhý den s tím, že toho chtějí slyšet více. Poté jsme se domluvili, že by bylo zajímavé spojit síly s producentem a kamarádem Hybrisem a vydali jsme první společné EP The Prague Connection. Má spolupráce s Metalheadz pokračovala dál. Záhy vyšel pro mě zásad-



Posledních deset let se producent a DJ Rido mimo jiné aktivně podílí na přípravě Opening Ceremony festivalu Let It Roll.

ARCHIV P. R.



ní singl s tracky Twisted a Core, který byl hned po vydání druhý v prodejnosti jak na Beatportu, tak první mezi vinyly na Juno records. A kromě jiného si ho také vybrala Annie Mac z Radio BBC 1 jako track týdne.

A co spolupráce s vydavatelstvím Blackout – jak jste se dostal k ní?

Za ním stojí holandské trio Black Sun Empire. Těm jsem jednou na party dal své album. No a asi po roce mi nečekaně napsali mail, že ho našli u nich v bagu a ať jim dál posílím hudbu. První release s nimi byl pro jejich předchozí vydavatelství Obsessions s tracky Exoplanet a Poison. Bylo jen otázkou času, kdy spolu začneme spolupracovat i v rámci jejich nově vzniklého vydavatelství Blackout.

Nyní máte i vlastní vydavatelství. Proč?

První vzniklo Rido music. Tam byla myšlenka vydávat pouze moji sólovou hudbu a případné spolupráce s kamarády producenty. Během covidového období jsem pak založil společně s Martinem alias Phonetickem vydavatelství Plat:form, v rámci něhož se snažíme podporovat mladé pracovitě talenty u nás i ve světě. Jde mi především o kvalitu obsahu a originalitu.

Vím, že se ve velkém podílíte také na Opening Ceremony festivalu Let It Roll? Kdy a jak to začalo?

Naše první spolupráce byla už v roce 2013, kdy to byl po-

dle mé paměti historicky první Opening Ceremony vůbec. Samozřejmě zásadním momentem byl rok 2015, kdy jsme na show makali společně s jihoafrickým producentem Counterstrikem a na závěr celé show jsme udělali surprise track, který ještě nikdo neslyšel. Do té doby nefungoval koncept, že by na Opening ceremony měl být originální track. To se zrodilo až díky úspěchu tohoto tracku. Což nás moc těší.

V současnosti se věnujete i příběhové a produkční stránce Opening Ceremony. Můžete nám ve stručnosti přiblížit vaši práci?

Dělám to od roku 2022 a jsem za tuto příležitost velmi rád, protože díky Let It Rollu jsem součástí příběhů, které jsou v českém prostředí naprosto výjimečné. Řeším celý proces vymyšlení scénáře, výběr umělců společně s týmem Let It Roll, detailní rozpracování scénáře pro 3D animátory, VJs, dialogy a další vizuální koncepty, které slouží jako inspirace pro finální show. Jde o společné úsilí spousty lidí, není to one man show.

Na co se letos návštěvníci mohou těšit?

Mimo jiné se mohou těšit na zbrusu nové hlavní pódium The Core, představující mimozemskou základnu nepřátelské civilizace, se kterou se střetnou hlavní hrdinové festivalového příběhu. Právě toto střetnutí je ústředním motivem audiovizuální show Opening Ceremony, která se odehraje v pátek ve 22 hodin.

RIDO

Po dokončení studií sound engineeringu na univerzitě SAE v Sydney se jeho skladba dostala do přílohy věhlasného britského magazínu Knowledge.

- Krátce na to začal spolupracovat s legendární drum and bass britskou nahrávací společností Metalheadz a jeho singl byl vybrán na Radio BBC jako track týdne.
- Jako první Čech začal spolupracovat s holandským vyda-

vatelstvím Blackout, které vede trio Black Sun Empire. Nyní má vlastní vydavatelství Plat:form.

- Posledních deset let se aktivně podílí na přípravě Opening Ceremony festivalu Let It Roll.
- Občas tvoří i hudbu pro film a divadlo, jeho rukopis najdeme v britském snímku 400 Bullets i divadelní hře Elektra. Na svém kontě má také například spolupráci s Ewou Farnou.

IBE

Na její přípravě se podílím s rozsáhlým týmem kreativců z různých koutů světa, čítajícím vedle mě dalších pět hudebních producentů (S.p.y, Pythius, Qzb, Turno, Monnroe), kteří jsou zároveň ambasadory letošního ročníku festivalu, či osm VJs a 3D umělců. Chybět nebude ani obří ohňostroj a světelná show, které Opening Ceremony doprovází.

Čemu se kromě toho teď věnujete, jaké jsou vaše nejbližší plány?

Vedle příprav na Let It Roll pracuji na hudbě ke skvělému českému filmu, na divadelní hře Wernisch pro novou scénu Národního Divadla a samozřejmě na další autor-ské hudbě.



IVETA BENÁKOVÁ

iveta.benakova@metro.cz

LET IT ROLL

V letošním roce na festival opět míří okolo 20 tisíc návštěvníků z více než 60 zemí světa.

- Mezi hlavní hvězdy letos patří A.M.C, který již několik let v řadě drží titul pro nejlepšího DJ světa dle ankety Drum&BassArena Awards, uskupení Rudim3ntal, které se do Česka vrací po pěti letech s novou show, nebo hitmakeři jako Netsky, Sigma, Sub Focus a Wilkinson.

- Festival letos nabídne kromě tradiční zítřejší Opening Ceremony ještě další show. Vstupenky jsou stále v prodeji on-line i na místě.

MET



Sportovní fanouři si mohou olympijskou kolekci zakoupit také v obchodě Olympijského muzea v Lausanne ve Švýcarsku.

3x TRENDYOL

Hry se upsaly módnímu ďáblu. Trendyol se dostává do popředí

Zaměstnanci zažívají nedůstojné podmínky a novodobé otroctví.

Olympiáda v Paříži je v plném proudu a s ní se pojí také možné přihazování do košíku některého z jejich oficiálních merchandingu (reklamní předměty – pozn.red.), třeba zrovna toho českého, který navrhl ve spolupráci s Alpine Pro Jan Černý. I přes velkou vlnu kritiky se mu ve světě dostalo nakonec pochvaly a český merch pro letošní olympiádu je dokonce považován za jeden z nejhezčích.

Na trhu v současnosti ale nejsou pouze ty merche, které představují jednotlivé země. Existuje i takový, který je považován za takzvané oficiální olympijský.

Jeho prodejcem je módní společnost Trendyol, která se mimo jiné letos snažila dobýt i český trh. Mimochodem, povedlo se jí to. Svou popularitu si mezi zákazníky našla především díky příznivé ceně, širokému výběru a také nemalé propagaci skrze české a slovenské influencerky. Jak si však stojí značka z hlediska udržitelnosti, jde o další ultra fast fashion platformu.

Roli hrají mimo jiné investoři Trendyol je podle expertů v důsledku podobně škodlivý pro životní prostředí jako třeba už známí číňští giganti Temu a Shein. Podle Stánie Tomkové z neziskové organizace Na mysl, která se zabývá problematikou globální udržitelnosti, jde o další ultra fast fashion platformu.

„Myslím, že mnoho prozra-

dí už jen samotná vlastnická struktura – tuto tureckou firmu z 86,5 procenta vlastní čínská Alibaba Group. Jedním z významných investorů je společnost General Atlantic, která investuje i do řetězce Shein, který reprezentuje jeden z nejvíce destruktivních řetězců ultra fast fashion, jak z hlediska environmentálních, tak i sociálních dopadů. Zaměstnanci těchto značek pracují v nedůstojných podmínkách novodobého otroctví a jejich dopad na znečištění planety je neozdravitelný,“ vysvětluje Tomková.

V případě Trendyolu se navíc odhaduje, že oproti konkurentům, jako je Temu, Shein nebo Aliexpress, využije výhodu tureckého zázemí a bude schopen doručovat zboží evropským zákazníkům ještě rychleji.

Smlouva na šest olympiád

Právě společnost Alibaba, vlastníci Trendyolu, podepsala na dvanáct let spolupráci s olympijskými hrami.

„Alibaba je od roku 2017 oficiálním olympijským sponzorem. Smlouvu má na šest olympiád. Asi tedy nebude náhoda, že na konci loňského roku se Trendyol stal oficiálním dodavatelem olympijské kolekce. V jeho režii je celý výrobní proces – od návrhu a výroby až po prodej a distribuci. Takže ano, můžeme skutečně říci, že oficiální olympijskou kolekci vyrábí řetězec ultra fast fashion se všemi těmi negativními dopady,“ pokračuje Tomková.

Podle greenfluencerky Rozárie Haškovské je tento kontrakt velmi znepokojující pro planetu. „Dokážu si představit, že olympijského merche budou opět celé hromady a pro spoustu lidí nebu-

de mít po skončení olympiády žádný smysl. Skončí na dně skříně a za pár měsíců nebo let na skládce. Tedy samotná myšlenka merche není příliš udržitelná,“ vysvětluje pro Metro Haškovcová. (Jak olympijská kolekce vypadá, můžete vidět na fotografiích výše – pozn.red.)

Společnost Trendyol jakékoliv nekalosti vůči planetě či zaměstnancům odmítá. „Všechny produkty nesou ikonický olympijský symbol a byly vyrobeny vybranými specializovanými dodavateli v Turecku,“ píše Trendyol v tiskové zprávě, která přistála v korespondenci deníku Metro.

„Využijte můj slevový kód“

I přes negativní dopady, které nákup a podpora Trendyolu a dalších ultra fast fashion firem mohou způsobit, se najdou stále tací, kteří síle marketingu společnosti přece jen podlehnou. „Kolem sebe mám stále známé, kteří sice tuší, že je nakupování na Trendyolu špatné, ale stejně díky nízkým cenám tomu tlaku podlehnou,“ vysvětluje třicetiletá čtenářka Iveta Němečková. I přes svou frustraci nemůže svým vrstevníkům v nakupování zabránit, mají na ně velký vliv totiž i influencerky.

Někteří z nich totiž od Trendyolu dostanou takzvanou spolupráci, mnohdy si mohou nakoupit oblečení zcela zdarma a ještě k tomu dostanou slevový kód pro své sledující. Ti pak nenakupují levně, ale přímo ultra levně. „Bohužel tohle je trend a byznys model, který skutečně funguje. Ruku v ruce se zmiňovaným personalizovaným cílením reklamy, využitím AI a algoritmů jde velice efektiv-

ní způsob marketingu, který se značkám vyplácí. A speciálně Trendyol je tím pověstný. Jen v Česku společnost oslovila snad všechny influencer(ky), kteří mají nad 10 tisíc sledujících, vysvětluje Tomková a dodává, že Trendyol jim nabízí od 20 až po 40 procent z prodeje každého kusu, který inzerují se svým ‚slevovým‘ kódem. „A je bohužel vidět, že pro mnoho z nich je zisk důležitější než fakt, že tím výrazně přispívají k negativním dopadům ultra fast fashion, které jsem zmiňovala. Vřele bych doporučila sledujícím těchto influencerky, aby jim dali zpětnou vazbu, že jim to třeba vadí,“ dodává Tomková.

Je to odpad, říká Třeštíková

Také z řad influencerů se najdou například tací, kteří se snaží na rizika firmy upozornit. Třeba nedávno se k situaci vyjádřila spisovatelka Radka Třeštíková. „Je to mimo jiné absolutní fast fashion trash,

kteří ztělesňuje všechno to, proti čemu se poslední roky na poli módy bojuje, od kvality, pracovních podmínek až po dopad masivní výroby na životní prostředí. Píše se rok 2024 a my už zase míříme hluboko do háje,“ napsala Třeštíková na svůj Instagram.

Také Haškovcová se mimo jiné soustřeďuje na osvětu ohledně fast fashion módy. Na svém Instagramu například popisuje svou snahu dohledat, jak konkrétně Trendyol řeší udržitelnost a pracovní podmínky. I přes kontaktování samotné firmy však nezískala relevantní informace o konkrétních krocích, které firma v rámci udržitelnosti podniká. „Troufnu si říct, že bez influencerů by nikdo o značce ani nevěděl. Jejich marketing byl postavený právě na spolupráci s influencerky. Nabídka jsem od nich dostala už více než osmkrát,“ přiznává pro deník Metro Haškovcová. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

ÚČINNÁ OBRANA PROTI MÓDNÍM ŠMEJDŮM

Jak se lze proti podobným e-shopům v budoucnu bránit?

- Podle Rozárie Haškovské existuje skvělá stránka Good on You, která analyzuje větší počet oděvních značek a hodnotí je podle jejich přístupu k udržitelnosti (jak environmentální, tak sociální).
- „Obecně ale, pokud značka prodává desítky stovek různých druhů oblečení a nabízí neustále slevy, které vás mají motivovat k dalšímu a většímu nákupu, zřejmě to nebude značka udržitelná. Zkuste se podívat na stránku

Trendyolu, uvidíte jednu fan-tastickou slevu vedle druhé,“ vysvětluje greenfluencerka Haškovcová.

- Podle Stánie Tomkové jsou marketing a reklama čím dál agresivnější, takže bránit se a odolat není snadné.
- „Poznávací znamení ultra fast fashion můžou být radikálně nízké ceny a velice rychlý cyklus uvádění nových kolekcí na trh. Nezbyvá než se zajímat, dohledávat si informace a být obezřetný,“ radí Tomková z neziskovky Na mysl. **TES**

PLAY

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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

Opuštěný venkov

Když jsem dostala v Guatemale nabídku navštívit jednu místní osadu, v níž pracuje můj známý Gerson jako učitel na druhém stupni, neváhala jsem ani chvíli. Od pondělí do pátku tam dojíždím na odpolední vyučování. Na cestu jsme se vypravili po snídani, nejdříve jsme jeli asi 30 minut lodí po řece Río Dulce a pak pokračovali pěšky směrem do osady. Nevěděla jsem, jak bude cesta dlouhá, ale kvůli hroznému vedru a vlhku jsem doufala, že ne tolik. Gerson sem přece jezdí každý den. Po asi půl hodině chůze jsem se zeptala, kolik nám ještě

„Druhá část cesty byla více ve stínu, ale stejně jsme do vesnice dorazili úplně zpotení.“

chybí, a při odpovědi, že nejsme ani v půlce, jsem se zděsila. Druhá část cesty byla sice více ve stínu, ale stejně jsme do vesnice dorazili oba úplně zpotení. Tohle chodí každý den? A to nás ještě čeká stejná cesta zpět! Osada Los Laureles byla plná dětí, je zde totiž velký problém s tím, že dívky mají potomstvo velmi brzy. Mnohdy poté samy

ani nedostudují. Úroveň vzdělání je v této oblasti nízká. Když zde učíte, je potřeba každý den dojíždět jako Gerson nebo se sem přestěhovat. Veřejná doprava tu neexistuje, takže pokud nechcete chodit pěšky, je potřeba motorka nebo aspoň kolo. Většina obyvatel se věnuje zemědělství. Ženy jsou v domácnosti a starají se o rodinu. Jakou ale mají tyto děti reálnou budoucnost? Na to vše jsem myslela, když jsme se navečer vrátili zpět. Na to, jak to mají místní těžké a jak velké rozdíly v Guatemale panují mezi venkovem a městem, mezi bohatými a chudými.

TROTAMUNDOS
VĚČNÁ CESTOVATELKA
A OBDIVOVATELKA ZAJÍMAVÝCH KULTUR



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
26/30 °C	20/24 °C	24/28 °C	24/28 °C

Teplotní rekordy: ↓ 10,1 °C (1957) ↑ 36,0 °C (1994) Bio: ❤️❤️❤️

ČT1



20.10 Most! (5/8)
Komedialní seriál (ČR, 2018).
Hrají: M. Hofmann, E. Stárková, M. Istenik, Z. Godla

21.00 Vinnetou – Poslední výstřel
Western (N/It./Jug., 1965).
Hrají: P. Brice, L. Barker, R. Wolter, R. Battaglia a další

22.30 Zpátky se Sobotou
Janžurová a spol.

23.25 Komisař Montalbano
Hlas noci. Krimiseriál (It., 2013)

01.15 AZ-kvíz
Soutěž pro každého

ČT2



20.00 Všichni moji blízcí
Historické drama (ČR/SR/Pol., 1999). Hrají: J. Abrahám, L. Šafránková, J. Bartoška, O. Vetchý.
Režie M. Mináč

21.45 Tobruk
Válečné drama (ČR/SR, 2008).
Hrají: J. Meduna, P. Vaněk, R. Nebřenský, M. Hádek.
Režie V. Marhoul

23.25 Za mřížemi: V nejdrtnějších věznicích světa (5/6)

00.15 Láska a sex v Číně
Singles veletřhy, kde se předávají životopisy, speed-dating a lekce v umění svádění

NOVA



20.20 Policie Modrava (6)
Mrtvý v řece. Krimiseriál (ČR, 2013). Hrají: S. Norisová, J. Satoranský, F. Tomsa, Z. Palusga

21.35 Dáma a Král II (14)
Hra na vraždu. Detektivní seriál (ČR, 2022). Hrají: T. Hofová, M. Dalecký, J. Čína, J. Hofman

22.45 Kriminálka Vegas (9)
Čekání na příležitost. Krimiseriál (USA, 2021). Hrají: P. Newsomeová, M. Lauria, M. Dhillon, M. Rodriguez

23.45 Kriminálka Las Vegas VI (4, 5)
Krimiseriál (USA, 2005)

PRIMA



20.15 Tady hlídám já
Rodinná komedie (ČR, 2012). Úspěšný chemik je donucen vrátit poukazy na svatební cestu do Řecka. Hrají: L. Vaculík, J. Ježková, V. Javorský, S. Stašová a další.
Režie J. Šajmovič

22.35 Inkognito
V zábavné show Inkognito se čtveřice osobností snaží uhodnout profesi jednotlivých hostů nebo jejich identitu

23.40 Ano, šéfe!

00.50 Policie v akci
Čtyři případy, čtyři lidské osudy

ÓČKO



19.00 Party ride
Warm-up dance music, protože čtvrtek je malej pátek

21.00 Top 4 Kitkat Óčko chart
První čtyři místa v hitparádě diváků Óčka

21.15 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction
Seznamka na tělo

22.30 Virtuální svět TV
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova

0.00 Óčko flirt

Lázně patří sportu

Spikeball, mölky, kanjam nebo cornhole – i to jsou sporty, které si vyzkouší návštěvníci Žlutých lázní v Podolí.

Areál na břehu Vltavy slouží všem, kteří si chtějí užít trochu dovolené i během dnů, kdy jsou v metropoli.

Návštěvníky aktuálně inspirovuje olympiáda – hojně využijí

vají nabízené sportpassy, díky nimž si mohou vyzkoušet na dvacet druhů sportů, a to v pracovní dny od 9 do 17 hodin za zvýhodněné ceny. Zájem je vedle paddleboardů či šlapadel také o neobvyklé druhy sportů, jež lze provozovat v partě a přímo na travnaté pláži. „Nabízíme třeba cornhole, hru, při které házíte sáčkem naplněným kukuřicí,“ uvádí Hana Tietze, mluvčí Žlutých lázní. „Hosté areálu se také baví u kanjamu, hry s létajícím talířem a dvěma plastovými koši. Atraktivní je

také hra s kolíky mölky původem z Finska nebo spikeball, jenž je inspirovaný beachvolejbalem a má velkou oblibu mezi zahraničními návštěvníky,“ dodává Tietze.

Ve „Žlutkách“ také pokračuje sledování olympiády – napínavé disciplíny mohou fanoušci zhlédnout v Beach baru.

V areálu je v provozu také letní kino, jež má vstup zdarma, a aktuálně zařazuje filmy věnované sportovním velikánům a hrdinům.

Podrobnosti a aktuality najdete na webu zlutelazne.cz.



Cornhole je nenáročná hra, při které se zabaví celá rodina či parta přátel.

ŽLUTÉ LÁZNĚ

Zuřivý reportér rozparádí Národní muzeum



Aleš Růžička

IMPULS

Hned tři nové živé exponáty uvidí již zítra návštěvníci Národního muzea. Zuřivý reportér Rádia Impuls Aleš Růžička si tu na vlastní kůži vyzkouší, jak na něj budou reagovat návštěvníci muzejních expozic. Přímo před jejich očima se bude proměňovat v pračlověka, mohutného zvířecího savce nebo panského kočího. Celá show se bude odehrávat přímo v historické budově Národního muzea. Přenos poběží od brzkého rána ve vysílání Impulsu a na sociálních sítích rádia.

Terénní triatlon Podroužek nabídne spektrum závodů pro všechny kategorie

Terénní triatlon Podroužek zamíří o víkendu 3. a 4. srpna ke stejnojmennému rybníku nedaleko jihočeských Netolic. Patnáctý ročník této akce láká sportovce všeho věku a výkonnostních úrovní – kromě hlavního závodu totiž budou na programu i kratší rámcové nebo také štafetové.

Závod se stal součástí projektu České unie sportu Tipsport Sportuj s námi, jehož mediálním partnerem je mediální skupina MAFRA.

„Na hlavní závod se obvykle sjede sedmdesát triatlonistů a celkem i s rámcovými se účast vyšplhá ke dvěma stovkám zkušených všestrannosti. Obzvlášť

pěkně bývá, když se zapojí různé generace a síly na trati změní rodiče s dětmi, které se mohou nedělního závodu zúčastnit už od osmi let. Není přitom třeba mít obavy z plavání – máme vše zajištěno díky vodním záchranářům a děti mohou k plavání využít pomůcky,“ zdůraznila Iveta Šimůnková za pořádající Triatlonový sportovní klub České Budějovice.

Sobotní program vypukne v Autocampu Podroužek v 10,30 h. Borci při něm absolvují 500 m plavání, 15 km na horském kole a 4,5 km při závěrečném běhu. Po vyhlá-

šení výsledků a krátké pauze je na trati nahradí od 14,30 h závodníci v Terénním supersprint triatlonu pro každého. Při něm absolvují 250 m plavečky, 7,5 km na horském či trekovém kole a 3 km běhu. Zapojit se přitom mohou i štafety, kdy každý člen absolvuje pouze jednu disciplínu.

Živo bude u rybníka i v neděli, kdy se na řadu dostane Aquatlon Podroužek. Ten odstartuje v 10 h a kombinuje 280 m plavání s 2,8 km běhu. I zde se lze zapojit ve štafete, kde oba účastníci musejí absolvovat obě disciplíny a po-

sléze se jim sečte výsledný čas a pro zařazení do kategorií rovněž věk.

„Dlouhá léta spolupracujeme se Zátkovými těstovinami a i letos se jejich produkty objeví spolu s medailemi a poháry mezi cenami. V hlavním Triatlonu Podroužek už tradičně sportovci zabojí o Putovní pohár starosty města Netolice. Druhým rokem má naše akce i charitativní přesah. Výtěžek znovu poputuje Domácímu hospici Leđax – loni pomohl zakoupit lineární dávkovače léků a letos bude určen na léky a zdravotnické vybavení,“ uvedla Iveta Šimůnková.

VYTIPUJ SI JEDEN Z 500 ZÁVODŮ

Sportování je sázka na jistotu a hlavní výhrou je zdraví. Zapoj se do největšího seriálu sportovních akcí v Česku. Čeká tě přes 500 akcí ve více než 60 sportech.

www.tipsport-sportujsnami.cz



PARTNEŘI PROJEKTU
TIPSPORT SPORTUJ
S NÁMI



SPORT



Smutek českých nadějí

Lukostřelecká mistryně světa Marie Horáčková (vlevo nahoře) prohrála ve 2. kole olympijských her v Paříži s Korejkou Nam So-hjon 3:7 a obsadila dělené 17. místo. Se zlatou medailistkou ze soutěže družstev vlajkonoška české výpravy prohrála dva z pěti setů, zbývající tři skončily remízou. Osmnáctiletá Iveta Mículyčová (vpravo nahoře) obsadila ve freestyle BMX šesté místo. Od bronzu dělilo v devítičlenném finále českou medailovou nadějí při její premiéře pod pěti kruhy 6,5 bodu. Vodní slalomářka Gabriela Satková (vpravo) ovládla v závodech kanoistek kvalifikaci i semifinále, ale ve finálové jízdě se jí útok na medaili nepodařil. Po dvousekundové penalizaci na druhé brance se jí nepovedl nájezd do dvou protivodných pasáží a místo snu o medaili se musela smířit se sedmým místem. Se slzami v očích řekla novinářům, že chyby vůbec nepřisuzuje nervozitě. **ČTK**



Krejčíková jde dále už jen v deblu

Českým tenisovým dvojicím se v Paříži nadále daří.

Tenistka Barbora Krejčíková do semifinále dvouhry na olympijských hrách nepostoupila. Turnajová devítka prohrála čtvrtfinálový duel se Slovenkou Annou Karolínou Schmiedlovou 4:6, 2:6. Vítězka letošního Wimbledonu a Roland Garros 2021 si připsala ve dvouhře první porážku po deseti zápasech. V duelu s 67. hráčkou světa Schmiedlovou, jejímž grandslamovým maximem je osmifinále loňského Roland Garros, doplatila na 32 nevynucených chyb. Prohrála za hodinu a 29 minut. Krejčíková v prvním setu ještě dotáhla manko 1:4, v závěru ale sadu ztratila po nevydařeném servisu v desátém gamu. Ve druhém setu se Krejčíková ujala vedení 2:0 a živila naději na obrat. Prohrála ale šest her za sebou a o rok starší Schmiedlová mohla po vyřazení Italky Jasmine Paoliniové slavít další úspěch. Krejčíková si částečně sprá-



„Od začátku jsem prohrávala, a když jsem se vrátila do stavu 4:4, tak mi to prostě nevyšlo. První set byl zlomový. Potom jsem se snažila najít energii i ve druhém, ale prostě mi to nevyšlo.“

BARBORA KREJČÍKOVÁ
TENISTKA

vila chuť v deblu s Kateřinou Siniakovou. Český pár postoupil po vítězství nad japonskou dvojicí Ena Šibaharaová, Šuko Aojamaová 7:5, 6:4 do čtvrtfinále a dál živí šanci na obhajobu zlata z Tokia.

Uspěly i Karolína Muchová a Linda Nosková, které otočily duel s Američankami Coco Gauffovou a Jessicou Pegulovou a turnajové jedničky zdolaly 2:6, 6:4, 10:5. Semifinále si na pařížské antuce zahrají také Tomáš Macháč s Adamem Pavláškem, kteří ve čtyřhře porazili nasazené dvojky Kevina Krawietze a Tima Pütze z Německa po obratu 3:6, 6:1, 10:5. Macháč s Pavláškem se mohou stát ve čtyřhře prvními českými mužskými medailisty z olympijských her. Dosud uspěli pod pěti kruhy jen v roce 1988 Miloslav Mečír s Milanem Šrejberem, kteří za Československo získali bronz v Soulu.

Macháče čekalo po boku Kateřiny Siniakové čtvrtfinále smíšené čtyřhry. Utkali se s japonskou dvojicí Šibaharaová, Kei Nišikori a zápas ve dvou setech 7:5, 6:2 vyhráli. Všichni hrají znovu dneska. **ČTK**

KRÁTCE

Zajistili si postup

Plážoví volejbalisté Ondřej Perušič a David Schweiner si na olympijských hrách v Paříži poradili s Rakušany Julianem Hörlem a Alexanderem Horstem 21:18, 21:13 a po druhé výhře si zajistili postup do play-off. Posledními soupeři Perušiče se Schweinerem ve skupině E budou v pátek Brazilci Evandro s Arthurem. Těm mohou turnajové pětky oplatit porážku z loňského „zlatého“ šampionátu v Mexiku. Barbora Hermannová s Marií-Sárou Štochlovou pod Eiffelovou věží nestačily ani na německou dvojici Svenja Müllerová, Cinja Tillmannová, jíž podlehlý 17:21, 9:21.

Švábíková končí

Badmintonistka Tereza Švábíková podlehla favorizované Gregorii Tunjungové z Indonésie 12:21, 18:21 a po druhé porážce na turnaji končí. Česká reprezentantka uzavřela pořadí tříčlenné základní skupiny G se ziskem jediného setu.

Zítřa o medaili

Veslaři Miroslav Vraštil a Jiří Šimánek zvládli v semifinálové jízdě na dvojskifu lehkých vah souboj o třetí postupové místo s domácími Francouzi a zítřa budou bojovat o medaili. Před třemi roky v Tokiu jim cenný kov unikl o jedno místo. **ČTK**



Plážoví volejbalisté Ondřej Perušič a David Schweiner

ČTK