

# metro

**extra**

ZÁŘÍ 2021

## JAK ZAUJMOUT DĚTI? KREATIVNÍ PŘÍRUČKA





*Vše pro stylové šití*

# NEJVĚTŠÍ PRODEJNA LÁTKY MRÁZ

otevřeno od 27. 8.



S tímto inzerátem platí sleva 10 % na všechny nezlevněné látky. Platnost na všech našich prodejnách v období 1. - 30. 9. 2021.

700 druhů úpletů | 400 druhů vánočních látek | 1000 druhů módních látek  
100 druhů záclon | 800 druhů dekoračních látek | 1500 druhů bavlněných látek

## 600 m<sup>2</sup> látek a galanterie

NC ŠTĚRBOHOLY - Ústřední 391, Praha 10



LÁTKY.CZ

# „Kouzlo dobré hry? Že baví také dnešní děti“

Alice Kavková vystudovala herectví a pak pracovala jako redaktorka v televizi. Když na mateřské začala psát blog, zkusila mezi lidí poslat video, jak skáče s dětmi přes gumu. To byl první impulz ke knize Retrohraní. Ta vyšla předloni pod značkou 4 Kavky.

**S hrami jste začínala při psaní blogu. Tehdejší zájem přispěl k tomu, že jste začala nabízet další?**

První hru jsem vyrobila v roce 2016. Mohl za to můj tehdejší blog pro punkové mámy Maminátor. Tedy vlastně spíš stejnojmenná facebooková stránka, na kterou jsem zavěsila video, jak skáču s dětmi přes gumu. To vše odstartovalo. Mělo 2,5 miliónu zhlédnutí, a protože mi napsaly tisíce lidí ze 70 zemí světa, došlo mi, že na retrohry nevzpomínám jen já sama. A hlavně že se hrály všude, jak jsem tehdy zjistila. A tak jsem vyrobila pruženku – skákací gumu s pořádným návodem v designovém balení. A po úspěchu pruženky se přidal manžel a začaly vznikat i další retrohry.

**Jak vás napadlo připravit celou knihu retroher?**

Začala jsem návody na polozapomenuté hry sbírat a publikovat je na sociálních sítích, blogu, hromadu videí jsme házela na YouTube a tomu tématu jsem dala fakt pár let života. Pak mě oslovil Albatros, jestli vše nechci vydat knižně.

**Jak je kniha strukturovaná, co v ní čtenáři najdou?**

Kniha má tři části, v první se čtenáři naučí hry s pomůckami (skákání gumy, cvrnkání kuliček, panák, švihadlo, míčové hry, přebírání provázku), v prostřední završují starší generace na vintage hry babiček a dědečků (drápky a vrhacíky) a nakonec jsou hry, které se dají hrát úplně bez pomůček (tleskačky, kr-

vavé koleno, městečko či Palermo). V knize je celkem 200 her a dva rozhovory s dětskou psychologičkou a logopedkou o významu her a hraní při vývoji dítěte. Navíc je kniha prostřednictvím QR kódů propojená s videoportálem Retrohraní.cz, kde mohou čtenáři najít i videonávody k jednotlivým hrám.

**Co stojí za úspěchem knihy? Je to fakt, že si rodiče připomenou jednoduché hry, které v dětství běžně hráli, a mohou je nyní zkusit i se svými dětmi?**

Encyklopedie her u nás mají obrovskou tradici, sběratel her Miloš Zapletal jich napsal mnoho a našli byste je snad v každé knihovně, tolik jako on toho o dětských hrách ve světě nikdo nepsal. Snažila jsme se na něj navázat tam, kde skončil. A to bylo zhruba v 80. letech minulého století. Hraje v tom roli i nostalgie, každý si rád zavzpomíná na mladá léta. Hlavně je tam ukryto kouzlo dobré hry – to se pozná tak, že baví i dnešní děti. Podobně jako bavily kdysi nás.

**Co nejvíce lidé na knize oceňují? Jaké máte ohlasy?**

Čtenáři jsou nadšení vizuálními zpracováními hry a taky zmiňovaným propojením s videoportálem. Líbí se jim i připomenutí historie her a opravdu pochopitelné a hodně podrobné návody a pravidla.

**Jde o hry, které se hrály v době, kdy nebyly mobilní telefony. Je smyslem knihy i to, že děti mobily při hraní těchto her na chvíli odloží?**

Aby děti mohly odložit mobily, nejdřív se hry musí naučit. A k tomu jim pomůže třeba i videoportál, který přímo ke knize vznikl. Máma čte o skákání gumy, dítě rovnou mrkne v chytrém telefonu, jak se sestava skáče. Mobi-



Alice Kavková dala dohromady více než 200 her.

ly jsou jim blízké a touhle cestou je hra pochopitelnější a rychleji ji zpracují. Nejen děti, ale často i rodiče ocení, že se třeba na samopřebírání provázku mohou mrknout na video. Často mi pak píší, že bez videí by to nezvládli.

**Když máte s knihou propojený onen videoportál, netluče se to malinko?**

Naopak se to hezky doplňuje, kniha nmoderních her může být moderně zpracovaná. Nebudeme si nalhávat, že by děti mobily nepoužívaly. A totéž dospělí. Tak proč je nevyužít ve prospěch samotného off-line hraní? Beru to i podle našich dětí, mobily používají často bezvadným způsobem k tomu, aby se něco nového naučily.

**Na e-shopu máte různé hry a také díla vašeho manžela Martina, například knihu Hacknutá čeština. Doplnujete se vzájemně ve vymýšlení svých činností a produktů?**

S mužem děláme všechno společně. Pomáhala jsem s jeho knihou, on zas s tou mou. Pudrovala jsem mu oblíbené a dolévala vodu, když modernoval pořad Hacknutá čeština na Streamu, on zas se mnou natáčel o rok později pořad Retrohrátky. Na e-sho-

pu se tak v nabídce objevují moje i jeho věci a poslední dobou i cizí bezvadné deskovky, které jsme si oblíbili, ale nedají se zde moc sehnat.

**Jaké jsou vaše nejoblíbenější hry? Co byste doporučila třeba na dlouhé cesty autem, když venku prší, nebo naopak na hraní venku v přírodě?**

V současnosti hrajeme spíš moderní deskovky, které vznikly v posledních deseti letech. Z retro jsme už vyrůstli my i děti. V pandemii jsme seděli rok doma, a tak teď máme obří knihovnu s deskovkami přes celý obývací pokoj. Když prší, sedneme ke stolu a hrajeme deskové hry. Nejraději máme Heckmeck, Pirátské kostky, Zbodni salát, Spící královny, Dobrodružství v hlubinách moře, Karty mrtvého muže nebo obyčejné prší. V autě hráváme bingo nebo třeba slovní fotbal. No a venku nejraději hrajeme vikinské šachy zvané Kubb.

**Co dalšího chystáte?**

Nově se stále více věnujeme nejen retrovkám, ale i moderním deskovým hrám. Po párty hře Čeština 2.0 pro dospělé, která vyšla loni na podzim, letos chystáme rodinnou deskovku Honzy Vodičky, která by měla vyjít v září. Bude to karetní postřehovka, která bude opět bavit nejmladší generaci, ale i rodiče a babičky. Tímto krokem se definitivně staneme deskoherními vydavateli. Ostatně k deskovkám už tvoříme spoustu obsahu – každý měsíc posíláme obsáhlý newsletter, píšeme blog nebo máme nový youtubový kanál.



PAVEL URBAN  
pavel.urban@metro.cz

## Úvodník

### Milí rodiče a učitelé!

Dnes začíná nový školní rok. Řekli jsme si v redakci, že by se vám mohl hodit rádce, který napoví, co kreativního se školáky dělat. Ať už v rámci výuky, nebo jen tak, po škole, ve volném čase. Hned na této straně se dozvíte o hrách, které jste znali jako malí. Proč je nenačit vaše děti? K pohybu je mohou vést i nové geolokační aplikace, to je další téma. Jak děti upoutat, poradí učitel Alexis. Vydat se můžete na méně známá místa našich dějin, poradíme kam. A na závěr – omalovánka proti stresu!



PETR HOLEČEK  
šéfredaktor

## Festival sportu

# 11. 9.

Festival volného času a zábavy Ladoronkafest se po roční pauze vrací. Akce proběhne 11. září od 11 do 21 hodin. Letos se můžete těšit na kapely, workshopy, soutěže, přehlídky i sportovní aktivity.

## Kroužky. Jsou fajn, ale chce to i běžný pohyb

Více než pětina školáků na druhém stupni základních škol má nadváhu nebo trpí obezitou. Z jejich života se vytratil pohyb. Pravidelný sport mají podle studií dvě třetiny českých teenagerů. Problémem jsou ale aktivity mimo organizované kroužky. Obvyčejnou chůzi, běh nebo lezení po stromech většina dětí příliš nezná. Podíl viny na tom má moderní společnost – většinu dne dětem zabere sezení ve školní lavici, pak jdou na kroužky či plní domácí úkoly. Volný čas tráví raději s telefony než na hřištích. „Sportovní kroužky jsou pro pohyb dětí výborné, ale ještě důležitější je čas mimo organizované aktivity – zda ho dítě stráví v pasivním sedu, anebo aktivně,“ říká fyzioterapeutka Fyziokliniky Iva Bílková. **MET**



Obálka knihy



Ukázka z knihy

3x RETROHRANÍ

# ČTYŘI GALERIE POD ŠIRÝM NEBEM



## Šestka a sedmička. Tvořili tady místní patrioti

Pokud chcete z dítěte vychovat milovníka současného umění nebo rovnou budoucího kunsthistorika, je rozumné nepřepálit start. Nevyplašte ho, začněte nenápadně, třeba sochami v ulicích, které si samo objeví. Ideálním místem, kam teď v září na lov venkovních plastik a dalších dočasných instalací vyrazit, je Praha – letos se tu konají hned čtyři festivaly. V Praze 6 a Praze 7 probíhá už pátý ročník m3/umění v prostoru, vystavuje na něm čtrnáct umělců, kteří mají k této části města osobní vztah. Na snímku vlevo je dílo Drutěva od Dušana Zahoranského v holešovické Dělnické ulici. Má být poctou výrobnímu družstvu Drutěva (zkratka pro Družstvo tělesné vadiných), které tu sídlí už od roku 1950, a industriální minulosti čtvrti. Ale jak říkal tříletý syn: „Jé, splašený zábradlí“

TEXT: LIBOR HRUŠKA, FOTO: METRO, ART LINES, MAK a ČTK



## Ládví. Stonehenge ze svodidel

Kilometr vzdušnou čarou od jediného pražského menhiru – chaberského Zkamenělého slouhy – vyrostla další megalitická stavba. V bývalém lomu pod vrcholem kopce Ládví ji v rámci projektu CirculUM 2020 z vysloužilých betonových svodidel vybudovali architekti Adam Wlazel a Kateřina Vídeňová. „Přišlo nám jako dobrý nápad použít právě tyhle prefabrikované banální prvky, které člověk většinou potkává v těch nejnhusnějších souvislostech, na dálničních obchvatech a dalších inženýrských stavbách. Jejich funkce je čistě technická, my je ale posadíme do úplně jiných souvislostí. Uvidíme, jak tenhle kontrast bude na lidi fungovat,“ říkal vloni na podzim Wlazel. CirculUM 2020, které se konalo na pěti lokalitách na okraji Prahy, se kvůli koronaviru protáhlo až do roku letošního. 13. září se tu uskuteční jeden z tří naplánovaných magických obřadů. Stránky Galerie hlavního města Prahy, která za celým projektem stojí, slibují „společný pochod a sběr bylin, zklidnění, založení ohně a inhalování vůní při poslechu akustické hudby“. Tak uvidíme.

# „Tati, mami, to zábradlí se úplně splašilo“



## Centrum. Sculpture Line

Někdy dojde i na složitější témata a otázky. Třeba při procházce po smíchovské náplavce u Věže pro Jana Palacha, jejímž autorem je Václav Fiala. Stojí tu v rámci festivalu Sculpture Line. „Začal jsem na soše pracovat 19. ledna 2019, v čase padesátého výročí Palachova sebeobětování. V rádiu událost vzpomínali ze všech možných úhlů, a tak prostě nebylo možné dělat nic jiného,“ říká autor.

## Zbraslav. David a spol.

Sochy a Zbraslav k sobě dřív neodmyslitelně patřily. Ve zdejšímu zámku bývaly sochařské sbírky Národní galerie. Na tuto tradici se snaží navázat festival Místa '21 – Sochy pro Zbraslav. Na snímku je anděl od Jiřího Davida.

# „Zákazníky zajímají produkty šetrné k životnímu prostředí“

Společnost dm vyvinula produkty, které nejsou pouze klimaticky neutrální, ale i neutrální k životnímu prostředí. Od jara je mohou lidé najít v prodejnách dm drogerie pod označením Pro Climate. Manažer komunikace dm Jiří Peroutka pro Metro upřesnil, v čem novinka spočívá.

## Jak se produktům označným Pro Climate daří?

Stále se nacházíme ve fázi postupného vyhodnocování zavedení této produktové řady. Data naznačují, že koncentrované produkty Pro Climate, jako je šampon, sprchový gel nebo tělové mléko, nakupovali zákazníci jako cestovní kosmetiku. Denkmít Pro Climate nature prostředek na nádobí je čtvrtým nejprodávanejším produktem v celé kategorii ruční mytí nádobí. Díky produktům Pro Climate došlo k obohacení nabídky v některých kategoriích, například až dosud v rámci nabídky dm značky alverde, certifikované přírodní kosmetiky, nebyla zákazníkům dostupná ústní voda. Nyní mají lidé možnost zakoupit šetrnější variantu tohoto produktu.

## Hledí zákazníci i na vztah k životnímu prostředí?

Naši zákazníci se o dopady svého nákupního chování zajímají. Proto jsme také zavedli roku 2018 zelené cenovky, které v prodejnách dm označují výrobky šetrné k životnímu prostředí. Tímto krokem

jsme usnadnili hledání těchto produktů v prodejnách.

## Uvádíte, že jsou dané produkty neutrální k životnímu prostředí. Společnost výrobu, která ho zatěžuje, vyvažuje kompenzacemi, o co například jde?

Základem bylo zjistit, které fáze životního cyklu produktu jsou pro životní prostředí zatěžující. Při identifikaci konkrétních problematických míst jsme přistoupili k optimalizaci. Pokud se například ukázalo, že použití suroviny mělo zvlášť negativní dopad na životní prostředí, pokusili jsme se ji nahradit. Zkoumáme nejen výrobní proces, ale zajímá nás celý životní cyklus produktu. Tedy od vstupních surovin přes výrobu až po likvidaci. Například posouzení životního cyklu toaletního papíru ukázalo, že ve vztahu ke změnám klimatu má největší dopad na životní prostředí fáze výroby. V tomto bodě jsme začali s optimalizací. Nový toaletní papír se vyrábí výhradně pomocí energií z obnovitelných zdrojů, vzniká z udržitelných surovin a snižuje množství použitých surovin. Role jsou místo třívrstevných dvouvrstev, čímž se šetří materiál při zachování stejné kvality. Aby byly kompenzovány i nevyhnutelné dopady výroby a likvidace produktů na životní prostředí, vypočítávají se pro každý produkt environmentální náklady. Jedná se o náklady na výrobu produk-



Jiří Peroutka DM DROGERIE

tu, které mají vliv i na životní prostředí. Výslednou částku investuje dm do několika projektů v Německu.

## Jak se ona neutralita vypočítává?

Technická univerzita (TU) v Berlíně připravila hodnocení životního cyklu produktů Pro Climate. Následně použila Spolková agentura pro životní prostředí metodickou konvencí pro stanovení environmentálních nákladů pro vyčíslení dopadů na životní prostředí v peněžní částce. To zaručuje transparentní a srozumitelný výpočetní postup v souladu se současnými vědeckými poznatky. Proto vypočítává TU Berlín dopady na životní prostředí pro každý výrobek pomocí hodnocení životního cyklu. Podle standardů Spolkové agentury pro životní prostředí je vědci převádějí 1:1 na náklady životního prostředí.

## Vaše výrobky jsou balené v plastových obalech, ale i zde se dějí změny, že?

Obaly produktů dm značky obsahují nejvyšší možný podíl recyklovaných plastů. Tuby produktů alverde obsahují až 98 procent recyklátu, v případě značky SEINZ. hovoříme o 97 procentech podílu recyklátu u produktů v černých tubách. Obaly řady Balea Schönheitsgeheimnisse jsou, vyjma víček, ze sta procent vyrobeny z recyklovaného materiálu. Tam kde je to možné, je plastový obal ztenčen. Symbol zeleného čtyřlístku, který zákazníci naleznou na produktech privátních značek dm, upozorňuje na informace o obalu, jeho složení, možnostech recyklace a obsahu recyklátu v obalu.

## Máte v dm i další pravidla či zvyklosti, jak být společensky odpovědná firma?

Šetrnost vůči životnímu prostředí a trvale udržitelné chování se promítá do jednání společnosti, ať už ve vztahu ke spolupracovníkům, nebo zákazníkům. V první řadě můžeme zmínit opatření, která jsme učinili za účelem snížení spotřeby plastu. V roce 2019 jsme ze sortimentu dm postupně odstranili jednorázové plastové a nylonové tašky. V prodejnách dm, které disponují aquamaty, byly plastové kelímky na vodu nahrazeny variantou kelímků z povoskovaného papíru. Také jsme ukončili vydávání balonků dětem. Ty se mohou při nákupu zabavit hracími prvky, jako jsou houpačky koníci a hrací

kostky. Na konci července 2021 zahrnovala nabídka dm přes 2200 produktů šetrných k životnímu prostředí. Což představuje přibližně 15 procent celého sortimentu dm.

## A co se týče samotné společnosti?

Budova centrální správy a logistického centra využívá energii z obnovitelných zdrojů. Kde je to možné, využívají zelenou energii také prodejny dm. Věnujeme se i společensky odpovědným aktivitám. V letošním roce se konal již jedenáctý ročník preventivního programu Veselé zoubky, ve kterém se zabýváme prevencí zubního kazu u dětí. Účastníme se Sbírký potravin. V minulém roce se nám i díky zákazníkům podařilo vybrat přes 32 tun drogistického zboží a 11 tun potravin. V loňském roce jsme se také zapojili do aktivity Giving Friday, pět procent obrátu z konkrétního dne věnuje společnost dm na různé dobročinné aktivity. Podpořili jsme tak kvalitní trávení volného času dětí, přispěli jsme na projekty propojující generace a v roce 2020 jsme navázali spolupráci s organizací Fandí máámám, která podporuje rodiče samoživitele. Reagujeme rovněž na aktuální dění ve společnosti a snažíme se pomoci tam, kde je to potřeba. Věnovali jsme obětem tornáda finanční dar tři miliony korun prostřednictvím sbírky SOS Morava organizace Člověk v tísni. **MET**

INZERCE

Kompenzují dopady na životní prostředí v 5 oblastech\*

# Pro Climate

dm produkty neutrální k životnímu prostředí\*

Produkty jsou vyrobeny s co nejnižší ekologickou stopou, kterou dm kompenzuje prostřednictvím projektů renaturace. Ty vyrovnávají nejen produkci emisí CO<sub>2</sub>, ale také dopady eutrofizace, okyselování, oxidačního smogu nebo narušování ozonové vrstvy. Více informací na [dm.cz/proclimate](http://dm.cz/proclimate)



Pro více informací naskenujte QR kód



\*KOMPENZACE emisí CO<sub>2</sub>, eutrofizace, okyselování, oxidačního smogu a narušování ozonové vrstvy



# „Oblíbená loď? Jednoznačně dvojka bez kormidelníka“

Lásku k vodním sportům se na Univerzitě Karlově Praha snaží ve studentech probudit juniorský reprezentant, několikanásobný mistr světa kategorie masters a vicemistr Evropy stejné kategorie ve veslování Tomáš Macas. Současně působí jako úspěšný trenér.

## Proč jít na vodu?

Protože je to sport v přírodě, kde překonáváte vodní živel, počasí a sami sebe. U veslování se navíc snoubí harmonie pohybu a dokonalá souhra posádky. Takové pocity v jiných sportech nezažijete.

## Jaké preferujete vodní sporty?

Mojí prioritou je veslování, ale mám rád všechny vodní sporty. Během studia na univerzitě jsem závodil i v rychlostní kanoistice a v plavání. Jako učitel samozřejmě vodní turistika a během studia windsurfing. Teď díky svému zaměstnání mám možnost zkusit i divokou vodu a je to úžasné. Ale veslování je jenom jedno.

## Čím se tyto sporty liší?

Mají hodně společného, i když to na první pohled nevypadá. Vůli, vytrvalost, schopnost překonávat překážky a zároveň jistou pokoru před vodou a počasím. S trochou nadsázky bych řekl, že se odlišují filozofií sportovce. Sport na klidné vodě je nekonečná rutina a znovobjevování detailů, jak to udělat, aby loď jela. Závodní veslařské tempo se pohybuje okolo čtyřiceti záběrů za minutu. To znamená, že musíte každé tempo stihnout rychleji než za dvě vteřiny! Rychlostní kanoisté pádlují ještě rychleji. A i když to tak nevypadá, je to foť. Při sportech ve vlnách hledáte harmonii s proudem a vlnami nebo s větrem a někdy se všim nejednou. Na divoké vodě a na moři je to více o znalosti prostředí a rychlém rozhodování.

## Jaká nebezpečí číhají na řekách, rybnících a jezerech?

Na řekách jsou záluďné hlavně jezy. Ty, které vypadají jako mírumilovné, jsou nejnebezpečnější. Voda si v nich jen tak bublá a šumí, jenže je plná bublinek/vzduchu a prakticky se v ní nedá plavat, protože má nízkou hustotu a nadnáší vás. Rybníky a jezera bývají záluďné kvůli



Tomáš Macas nahore s pohárem

ARCHIV T. M.

náhlé změně počasí. Když přijde náhle bouřka, změní se klidná hladina během chvíle ve vlnobití, které vás nemilosrdně zažene tam, kam vůbec nechcete. Při souhře okolností, jako mohou být dešť a blesky, je během pár minut z idylky peklo.

## Jak jste se dostal k veslování?

Na loďnici mě přivedla moje sestra. Zkoušel jsem hodně sportů, které mě baví dodnes, ale nakonec jsem zůstal u veslování, ze kterého se stala láska na celý život.

## Jaká jsou vaše nejoblíbenější místa pro veslování?

Moje srdce patří brněnské přehradě. Veliká plocha a zároveň nádherná řeka pod hradem Veveří. Mám rád také račický kanál, dnešní Labe arénu. V zahraničí mě okouzilo slovinské jezero Bled. Křišťalově čistá voda s kostelíkem na ostrůvku uprostřed.

## Která loď je vaše oblíbená?

Jednoznačně dvojka bez kormidelníka. Těžká technická disciplína, kde to není jenom o kondici, ale také o šikovnosti, rovnováze a schopnosti dobře fungovat se svým partákem.

## Vím, že spolupracujete s týmem Tomáše Kacovského ohledně technické loďi. Můžete spolupráci popsat?

Jsem teprve na začátku. Tomáš je vynikající trenér, který se nebojí nových přístupů a rád experimentuje. Veslařská loď je poměrně složitá technická záležitost. Je důležitý tvar a velikost loďi, délka vesel, velikost a tvar lopatek vesel a tak dále. Cílem spolupráce je nastavit loď tak, aby

veslař dokázal dokonale využít svůj bio potenciál. Jinak řečeno jde o to, aby se závodníkovi dobře veslovalo, byl rychlý a dokázal ze sebe dostat maximum. Úkol týmu, který kolem sebe na FTVS budují, by měl dokázat analyzovat potřeby veslaře, zpracovat naměřené hodnoty a doporučit změnu nastavení loďi. Jedná se o jemné nuance, které však mohou být pro finální výsledek rozhodující. Všechno jde dopředu a v dnešní době už má téměř každý tým vrcholového sportu svůj vědecký tým nebo s nějakou vědeckou skupinou spolupracuje. Věda patří na univerzity a sportovní věda patří na FTVS.

## Jste odborným konzultantem pro studenty Fakulty chemicko-technologické v Pardubicích. V čem jim pomáháte?

Sport je v dnešní době i záležitostí materiálů, ze kterých je sportovní vybavení vyrobeno. Chemie v Pardubicích má velkou a úspěšnou tradici a nejde jenom o výbušninu Semtex, ale i kompozitní materiály. Kompozity jako takové jsou materiálem budoucnosti, protože jsou lehčí, pevné a odolné. Najdete je dnes ve sportovním světě téměř všude. Boty, lyže, rámy kol, hokejky, helmy a samozřejmě loďe a vesla, tam všude najdete kompozity. Loďe musí být pevné a lehké a nesmí nasávat vodu. Já rozumím veslařským loďím a chemici v Pardubicích rozumí materiálově, ze kterých se loďe vyrábí. Společně se snažíme přijít na to, jak to udělat, aby byly české loďe ještě lepší. Mně se povedlo propojit výrobu sportovních loďi s výzkumem materiálů a sportovní fakultou. Ale nejsem na to sám, hlavní osobou projektu

je Lucie Smetanová, která je výbornou veslařkou a cyklistkou a zároveň vynikající studentkou chemie.

## Prozradíte nám více o své závodní kariéře?

Nejprve pardubický klub, poté sportovní gymnázium, juniorská reprezentace, pražské kluby, brněnské kluby, nejvíce brněnská Zbrojovka, dnešní ČVK Brno, no a potom univerzitní veslování. To je pro mne nyní prioritní, snažím se o jeho rozvoj v rámci celé ČR, ale hlavně na Univerzitě Karlově.

## Co úspěchy?

Nejvíce si cením vítězství právě z dvojky bez kormidelníka na světové regatě masters v Duisburgu v roce 2012, kde bylo kolem čtyř tisíc závodníků a úžasná atmosféra. Dobře jsme odstartovali, vedli jsme většinu tratě a dokázali jsme vítězství uhájit až do konce i přes velký nápor soupeřů. Krásný závod, na který jsem se připravoval více než dva roky.

## Vy sám nyní vedete na Univerzitě Karlově, na Fakultě tělesné výchovy a sportu, katedru sportů v přírodě. Jestli to správně chápu, vaším cílem je, aby se v podstatě všichni studenti ve svém volném čase uměli věnovat sportům v přírodě, a to především těm na vodě?

Můj cíl jako vedoucího katedry směřem ke studentům je kvalitní moderní výuka a široká nabídka sportovních kurzů. Přišel jsem na FTVS UK na doporučení a s podporou tehdejšího předsedy Českého veslařského svazu Dušana Macháčka s tím, že by bylo dobré rozvinout univerzitní veslování na UK tak, jak je tomu na evropských i světových univerzitách. Využití volného času studentů sportem a aktivitami se sportem spojenými je ideální. Věřím na studentské spolky a na vztah studenta s mateřskou fakultou a univerzitou. Podařilo se nám založit Veslařský klub Univerzity Karlovy, který by měl sloužit jako studentský spolek pro studenty celé univerzity. Cílovou skupinou jsou studenti všech fakult UK. Klub by měl být prostorem pro smysluplné trávení volného času, sociální integrace, navazování přátelství, budování vztahu s univerzitou. Členy nového klubu by

měla spojuvat láska ke sportu a touha uspět bez ohledu na to, zda je to student matematiky, nebo medicíny. Za to, že se projekt univerzitního veslování na UK daří, vdčíme vedení Fakulty tělesné výchovy a sportu a vedení Univerzity Karlovy.

## Jak to udělat, aby když právě mladý člověk chce pouze rekreačně sportovat, a ne přímo závodit, ho k tomu trenéři netlačili? A aby to nevyvrcholilo totálním přetážením?

Těžká otázka, a ještě těžší realizace. Trenéři tlačit musí, protože jsou za to placení. Když nebudou výsledky, trenér nedostane výplatu. Až budou trenéři placení za to, že vychovávají všestranné sportovce a povedou je jen k lásce ke sportu, například ke zdravému životnímu stylu, bude náš sport vypadat jinak.

## Kde všude fungujete jako trenér? A jak na své svěřence působíte?

Jako trenér dnes funguji pro studenty Univerzity Karlovy na loďnici VK Blesk a mám ještě svěřence ze zmíněné Fakulty chemicko-technologické. Moje zkušenost jako trenéra je, že současná generace náctiletých přemýšlí jinak, než přemýšleli jejich rodiče. Mladí lidé se dnes nebojí, nenechají se nutit. Dělají jenom to, co má pro ně smysl a čemu věří. Myslím, že od toho se odvíjí i způsob motivace ke sportování nebo k pravidelnému tréninku. Pro každého je motivací něco jiného, ale společným jmenovatelem pro všechny je, že váš svěřenec musí tu čí onu formu sportování přijmout. Když se tohle nepovede, nefunguje to. Jinak řečeno, trenér se musí se svěřencem dokázat domluvit, nesmí ho nutit. V mé představě univerzitního sportu je velmi důležitá i samotná role sportovce ve sportovním klubu. Každý by měl být užitečný, buď jako závodník, organizátor, nebo jenom pomocník. Když se tohle povede, berou pak všichni studenti klub za svůj a podle toho se k němu chovají. Přál bych si, aby tento model přijala i naše společnost.

## Jak se propadnutí vodě dá skloubit s rodinou?

Těžko, buď s vámi vaše rodina lásku k vodě sdílí, nebo je nutná obrovská míra tolerance. JANA BERANOVÁ

# Horáková, Anthropoid, Manka i stromy. Naučné stezky baví

**Panely s úkoly a cedulkami s QR kódy je Praha prošípaná. Poznávací trasy jsou hitem, jemuž pomohla na výsluní pandemie.**

Vykoukněte z okna, oblečte se podle počasí a jděte objevovat. Praha je totiž plná takzvaných naučných stezek, které se zejména během pandemie staly vítaným způsobem, jak zabavit ratolesti. Seznam naučných stezek v hlavním městě čítá kolem čtyřiceti položek. Většina z nich je stálá, jiné po pár týdnech zanikají.

## Zámková hra

Mobil s daty, tužka a papír vám stačí v Letenských sadech. Texty, mapky a souřadnice vás povedou po stanovištích s rozličnými úkoly, na konci cesty čeká úkryt se zakódovaným zámkem. Trasa začíná nedaleko zastávky Strossmayerovo náměstí. Během takzvané Zámkové hry se dozvíte, že letenskou stráň v minulosti pokrývaly rozsáhlé vinice nebo

že od Vltavy k Letenskému zámečku vedly dříve jezdící schody. Podobnou hru rovněž z pera zaměstnanců Národního zemědělského muzea si můžete zahrát také ve Střimově nebo v Divoké Šárce.

## Geoložička Milada

Na popularitě získávají i geoložička aplikace. Podstatou je dojít na nějaké místo, chytnout nějaké virtuální zvíře nebo najít QR kód. Několik ryze pražských nabízí například platforma Loxper, jejíž Miladu Horákovou si deník Metro vyzkoušel v květnu. Stezka vedoucí po stopách životní cesty této velké ženy nás zavedla například na vyšehradský hřbitov či k rodnému domu u Havlíčkových sadů. Čtenáři nicméně upozornili deník Metro, že jsou ve hře drobné nepřesnosti.

## Gabčík a Kubík

Každoroční připomenutí vyvrcholení operace Anthropoid v ulici V Holešovičkách obohatila letos v květnu stejnojmenná bojová hra. S mobily v rukou si tu v pořadí již čtvrtou stezku lze projít individuálně až do června příštího roku. Jubilejní pátá QR hra je přitom

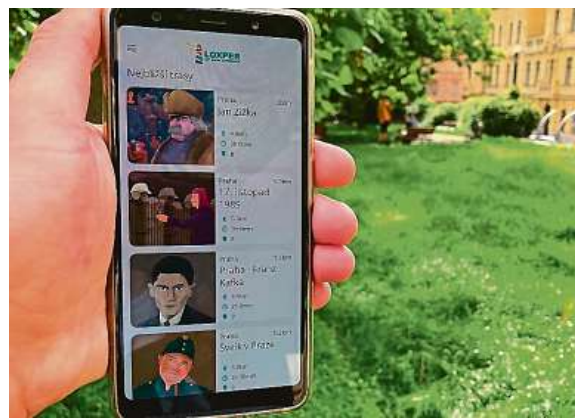
v Praze 8 těsně před spuštěním. Důvodem, proč se těšit na konec prázdnin, bude pro mnohé dobrodružné pátrání po sídlišti Ládví s Rumcajsem, Mankou a Cipískem. Start je v plánu na 28. srpna.

## Pravěk v Troji

Naučnou stezku mají od loňského podzimu v Trojské kotlině. Procházka z dolních Holešovic přes Císařský ostrov až k Troji je o něco zajímavější díky čtyřiceti okódovaným cedulkám, které po načtení zobrazují pravěkou historii, současnost i budoucnost tohoto cenného krajinného území.

Chytrou interaktivní stezku lze vyzkoušet i v Praze 12. Návtěvníci si mohou na osmikilometrové trase prostřednictvím chytrého telefonu a načítání kódů, rozmístěných na kmenech stromů a v jejich blízkosti, poslechnout historii jednotlivých vzácných dřevin.

Mezi stálice patří také turistická naučná poznávací trasa Prahou 3. Trasa vytváří ucelený okruh, který vás provede touto městskou částí, seznámí s nejzajímavějšími místy, památkami, specifickou historií Prahy 3 a Žižkova. Více tipů v boxu vpravo. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



V aplikaci Loxper existuje více než čtyřicet tras.

METRO

## Chytré stezky v Praze

**Rodiny s dětmi si oblíbily také takzvanou Keltskou stezku.**

- Ta prochází rozsáhlým keltským hradištěm na jižním okraji Prahy, mezi Točnou a Zbraslaví nad Břežanským údolím, územím rezervace Šance a národní kulturní památkou Závist u Zbraslavi.
- Stezka seznamuje s faunou a flórou chráněného území,

historii hradiště a výsledky archeologického průzkumu.

- Naučná dendrologická stezka zase prochází Centrálním parkem Pankrác, bývalým parkem Družby.
- Přehled stezek najdete třeba na webech: stezky.info nebo kudyznudy.cz. Stezky mají příznivce i na sociálních sítích. Například na Facebooku Naučné stezky v České republice.

INZERCE

## Rádi o vás pečujeme

V ČEZ děláme našim zákazníkům život jednodušší. Vždy se snažíme pomáhat, jako bychom to dělali pro své blízké.



[www.cez.cz](http://www.cez.cz)

JSME S VÁMI. SKUPINA ČEZ



# Když žák nestíhá, na lavici mu „svítí“ červený kelímek

A je to tady. Školní rok se dnes rozjíždí. Ten loňský byl jiný. Častěji než v lavicích se sedělo doma u počítače. Se stresem se potýkali žáci, učitelé i rodiče. K výuce jde ale přistupovat i jinak. Bez zbytečného napětí. Neotřelý přístup k výuce má například učitel Alexis Katakaliadis. Jeho srdeční témata jsou responzivní výuka a formativní hodnocení. Mimo to, že učí jazyky na Gymnáziu Jana Nerudy v Praze, působí i v programu Učitel naživo.

## Nejdřív čtenářům vysvětlíte, co je responzivní výuka a formativní hodnocení.

Responzivní výuka a formativní hodnocení jsou synonyma. Zjednodušeně můžeme říct, že se jedná o přístup k výuce a soubor technik, které si kladou následující dva cíle: zaprvé – zapojovat do výuky skutečně všechny žáky. A zadruhé – mít přehled o tom, jak dobře všichni žáci zvládnou právě probíranou látku – a vhodně na to reagovat.

## Čím jsou tyto přístupy k výuce přínosné?

Dejme tomu, že učitel předopisuje vysvětluje fotosyntézu a někteří žáci na něj zmateně hledí. Takový učitel si možná řekne: „Aha, někteří to asi nechápou.“ Zastaví výuku a zkusí učivo vysvětlit znovu a jinak. Prokáže vnímavost vůči třídě, jakýsi responzivní přístup. Pokud učitel chce včas a opravdu dobře vědět, jak žáci látku zvládají, používá různé techniky responzivní výuky/formativního hodnocení. Schválně zde říkám slovo včas. Když si totiž napíšeme po dvou týdnech práce na jedno téma, například obnovitelné zdroje a fosilní paliva, test, vidíme, jak na tom žáci jsou, ale možná už jsme na konci látky a chystáme se posunout na další téma, ačkoli někteří žáci nepochopili, jaké jsou výhody a nevýhody spalování uhlí oproti čerpání solární energie. Responzivní výuka tedy chce reagovat včas a ve výuce nepokračovat, jestliže nějaké významné množství žáků látku nerozumí.

## Máte i další příklady?

Jedna z technik responzivní výuky je takzvaný semafor. Každý žák má na lavici k dispozici kelímek zelený, žlutý a červený barvy. Pokud látce rozumí nebo například zvládá samostatně počítat pří-

klady z učebnice, nechává si navrchu zelený kelímek. Chce-li žák učiteli ukázat, že výuka jde podle něj moc rychle, dá navrch žlutý kelímek. Když žák potřebuje zastavit a zeptat se na něco, dá navrch červený kelímek. Jako jiné další techniky, semafor by měl umožnit učiteli lépe rozumět, jak žáci zvládají látku. Ale nejen to. Třetí cíl responzivní výuky, který jsem zpočátku nezmínil, ale je zcela zásadní, je tento: žáci – introvertní či extrovertní – sami dostávají možnost, jak jasněji komunikovat s vyučujícím. Tento způsob výuky tedy také přenáší větší díl zodpovědnosti za vlastní učení na žáky. Žáci se učí, že když něčemu nerozumí, musí to dát najevo, musí s tím sami něco dělat. Takoví žáci pak po závěrečném testu spíše řeknou „Dostal jsem za dvě“ nežli „Dala mi za dvě“.

## Mohou zmiňované přístupy využít i rodiče? Přece jen také oni učí své děti. A to nejen látku z osnov, ale třeba i věci do života.

Někdy říkáme, že tento přístup má tři hlavní složky: Žák ví, kam jde. Jaký je cíl nebo ideální výstup učení. Žák ví, kde se na své cestě k cíli nachází, a žák ví, co má dělat, aby cíle dosáhl. Můj kolega z Učitele naživo Ivan Čermák to ve své přednášce pro rodiče popsal takto: Zaprvé, sladíme svou představu o tom, co to znamená mít dobře uklizené pokoječek. Například na základě toho, jak to vypadá v nablýskaném obýváku. Zadruhé společně vyhodnotíme, jak to v současné době s uklizením pokoje dítě má. Zde je vhodné používat takzvaný popisný jazyk. Zatřetí se shodneme, co by bylo potřeba, abychom dosáhli ideálního stavu. Kdybychom se vrátili ke kontextu učení, mohli by se rodiče s dítětem například v angličtině pobavit o tom, co si dítě myslí, že by mělo umět. Mohli by potom spolu vytvořit kartičky se slovíčky a vyzkoušet dítě. Kartičky, které dítě neumělo přeložit, mohou dát stranou a identifikovat je jako něco, co je potřeba zlepšit. Prošli zde znovu těmi třemi složkami – co má umět, si dítě napíše na kartičky. Procvičíme si kartičky a vyzkoušíme se – zjišťuje, jak na tom je. Učí se kartičky, které mu tolik nešly – pracuje na tom, co je třeba zlepšit.



Alexis Katakaliadis učí na Gymnáziu Jana Nerudy v Praze. A.K.

## Říká se, že stres je nepřítel učení. Poslední dobou je ve škole kvůli covidu-19 stresu víc než dost. Máte nápad, jak mohou učitelé zahájit školní rok bez zbytečného napětí?

Z materiálu České školní inspekce, které jsem měl možnost minulý měsíc vidět, skutečně vyplývá, že se děti do školy ve velké míře netěší a některé opakovaně zažívají smutek. To platí nejen jako následek covidu, ale dlouhodobě. Těžko říct, jak na to reagovat. Domnívám se, že bychom jako učitelé měli vnímat, že náš úkol je dvojitý. Zajistit, že se děti učí, ale také se starat o to, že jim je dobře. Myslím, že abychom napomohli tomu druhému úkolu, je potřeba dětem opakovaně ukazovat, že nám na nich záleží, a spolupracovat s ostatními kolegy a s rodiči při odhalování různých duševních problémů.

## Vy sám učíte jazyky na gymnáziu. Bude začátek školního roku z vaší strany jiný než v minulosti?

Možná se na žáky a na výuku těším více než předtím, protože si uvědomuji, a cítím jsem to na konci roku i z žáků, jak je pro nás osobní kontakt důležitý a že hraje v učebním procesu nezastupitelnou roli. Jako vždy se chci

na začátek co nejlépe připravit, aby nás to ve třídě společně bavilo a abychom se toho naučili co nejvíce. Tím nemyslím jen anglická slovíčka, ale také jak dobře spolupracovat s ostatními, jak kriticky přemýšlet a podobně.

## Sám jste to zmínil. Škola loni byla spíš na dálku než v lavicích. Učitelé, žáci i rodiče budou mít tendenci „dohánět“, co se nestihlo. Jak to uděláte vy?

Já nad učením nepřemýšlím tak, že bych někdy s dětmi mohl odpočívat, probrat toho méně a jindy musel dohánět. Snažím se přistupovat k výuce tak, že vždy děláme naše možné maximum. To se mi samozřejmě ne vždy daří. Ovšem chci k výuce přistupovat takto – co nejzodpovědněji se toho s dětmi vždy co nejvíce naučit. Potom je pro mě dohánění nebo jeho opak méně potřebný termín.

## Ještě jeden dotaz k lockdownu. Které plusy podle vás on-line výuka měla?

Některé děti si zkusily, jaké to je, když mají za učení více zodpovědnosti. U nás na gymnáziu měly například místo čtyř hodin anglického jazyka jen dvě kontaktní, takže si musely samy najít čas, kdy se budou věnovat úkolům. Mnozí si vytvářely plány, kdy si budou co opakovat,

kdy napíší esej. Učily se prioritizovat a orientovat se v tom, co je pro ně důležité. Byl bych rád, kdybychom mohli žákům pomoci nadále rozvíjet kompetenci samostatně se učit a efektivně si organizovat vlastní čas.

## Jste také součástí programu Učitel naživo. Čím vás projekt zaujal?

Absolvoval jsem velmi kvalitní, inovativní učitelské vzdělání v Anglii. Mám dojem, že mi umožnilo stát se dobrým učitelem poměrně brzo. Považuji se za dobrého učitele ze dvou důvodů. Jednak jsem na sobě v Anglii i poté v Čechách velmi tvrdě pracoval a jednak mám za to, že učitel musí mít sebevědomí vystoupit před žáky s tím, že jim může nabídnout něco hodnotného. Touhu být opravdu dobrým učitelem jsem měl již na začátku své cesty v Anglii. Učitel naživo je také program pro začínající učitele a v mnoha věcech je podobný tomu anglickému. Je to program, který je náročný, klade velký důraz na to, pomoci začínajícím učitelům nacházet profesní sebevědomí a vědomě pěstuje schopnost pedagoga, jak rozvíjet jeho silné stránky a zlepšovat jeho nedostatky. Předností Učitele naživo je také to, že má možnost studentům nabídnout hodně praxe a skvělé učitele, kteří je praxí provází. Program má také propracovaný systém evaluace, který nám – vyučujícím v programu – umožňuje zjišťovat, co se nám ve výuce daří a neustále se zlepšovat. Na Učiteli naživo také oceňuji, že má klub absolventů, který dává možnost v kritickém prvním roce, kdy učitelé opustí program, scházet se s bývalými spolužáky a učiteli a nacházet v nich oporu.

## Komu se může program hodit?

Učitel naživo je doplňkovým pedagogickým studiem. Je tedy určen lidem, kteří mají magisterský titul a chtějí se v té oblasti, kterou vystudovali, stát učiteli. Doporučuji ho lidem, kteří mají chuť učit – tedy dělat smysluplnou práci, jež má dopad na společnost a na životy našich dětí. V tomto se toho hodně naučíme o nás samých, staneme se citlivějšími k potřebám jiných a učiníme první krok k tomu, jak se stát dobrými učiteli. **MAREK HŘÍB**



# Opičí Ejl: první svrchně kvašené pivo z Budvaru

INZERCE

Budějovický Budvar uvařil ve spolupráci s minipivovarem Nachmelená Opice limitovanou edici piva Opičí Ejl. Jedná se o první svrchně kvašené pivo typu ALE, které se v národním pivovaru uvařilo. Pivo s příjemnou hořkostí a plností uvařili dlouholetí přátelé podsládek Petr Košin z Budvaru a sládek Michal Kuřec z minipivovaru Nachmelená Opice.

„Při první várce ejlu, kterou jsme v Budvaru uvařili, jsme se naučili nové výrobní postupy, které u nás v pivovaru běžně při vaření ležáku nepoužíváme. Například studené chmelení lze praktikovat různými způsoby, sám Michal je v Nachmelené Opici zkoušel a ladil několik let. Studeně chmelené ejly se většinou nechávají zrát poměrně krátkou dobu, a proto nás překvapilo, jak moc Opičímu Ejlu prospělo dlouhých 6 týdnů ležení,“ říká Petr Košin, podsládek



Budějovického Budvaru.

Michal Kuřec, sládek pivovaru Nachmelená Opice dodává: "Opičí Ejl je splněním našeho studentského snu o společně uvařeném pivu. Myslím, že pro oba bylo největší výzvou aplikovat postupy pro svrchně

kvašené a studeně chmelené pivo v podmínkách Budvaru. Výsledné pivo je přesně takové, jaké jsme chtěli: odpovídá pivnímu stylu, je čisté, svěží a velice pitelné!"

Pivovar Nachmelená Opice je řemeslný pivovar založený roku 2015 rodinou

Valentů a rodinou Kuřeců sídlící v severomoravském Krnově. Pivovar vaří převážně svrchně kvašená piva, sládek Michal Kuřec rád objevuje nové a netradiční pivní styly. Pivo vaří obě rodiny s láskou a pokorou k řemeslu. Opičí Ejl se objeví začát-

kem srpna na pípách ve vybraných budvarských hospodách. V nevrátných lahvích o objemu 0,331 pak bude limitovaná edice k prodeji v obchodech.

Národní pivovar Budějovický Budvar s malými pivovary spolupracuje. Nejen že nabízí jejich piva na pípách ve svých hospodách, ale společně s nimi vaří i unikátní limitované edice piv. Nedávno uvedl na trh limitovanou edici piva Bitter z Obory, kterou uvařil létající sládek Budvaru Aleš Dvořák společně se sládkem pivovaru Obora Martinem Novákem. Národní pivovar chce prostřednictvím spolupráce s malými pivovary rozšiřovat konzumentům piva obzory o nové pivní styly a zároveň se podílet na rozvoji českého pivovarnictví.

**OPÍČÍ EJL**

NACHMELENA OPICE

BUDEJOVICKÝ Budvar NÁRODNÍ PIVOVAR

Jediná várka piva typu ALE, které společně uvařili sládci Budvaru a minipivovaru Nachmelená Opice. Prostě Opičí Ejl!

# NA CESTOVÁNÍ DO DĚJIN

**Komenský měl pravdu. Škola má být hrou. Pokud vaše ratolesti všeho věku a vzrůstu něco nebaví, přesvědčte je hravým pojetím. Někdy stačí na výlet za dějinami obyčejný lístek na tramvaj.**

Ohrnují vaše malé děti a starší teenageři nos nad historií? Občas není divu. Ve škole jim ji ještě sem tam předkládají jen jako nepřehledný koktejl jmen, dat a událostí, ve kterých je nesnadné se vyznat. Přitom pro mnohé je právě tím, aby děti milovaly dějepis stejně jako popcorn v kině, něco pro to udělejte.

Nečekejte, že dějiny přijdou k vám. Cestujte vy k dějinám. Zajímavostí z naší minulosti je na každém kroku dost a dost a nemusíte se prodírat davy v centru Prahy nebo Českého Krumlova. Stačí vzít kolo, vyjít si pěšky nebo nasadnout do vlaku. A máte minulá staletí doslova pod nohama (koly).

Přitom stačí jen docela jednoduše nasadnout například do nejbližší tramvaje a je z toho výlet pomalu jako epochální putování pana Broučka časem nazpět od Svatopluka Čecha. Stačí si jen dávat to, co vidíte kolem sebe, do souvislostí. Protože každý dotek s minulostí vás zase hned odkáže na další událost nebo osobnost a vy přijдете na to, že to není jen suchý výčet údajů.

## Pro Pražan i příchozí.

**Hurá do tramvaje devítky**  
U hlavního nádraží nasadíte do tramvaje číslo 9. Je nekonečně dlouhá, jede na první pohled ne vždy libými končinami, ale historií je prošívaná. Hned v zastávce Husinecká si nemusíte všimnout je bývalého pojišťovacího „mrakodrapu“, nyní pod názvem Radost, nebo fotbalového stadionu Viktorie Žižkov.

Pro ty, které oslovuje industriální dějepis, připomínáme, že v těchto místech stávala pražská obecní plynárna. Stěžujete-li si, že se ve městě nedá dýchat, vygooglujte si staré fotky, jak to tady vypadalo kdysi a co mu-



František Šťastný žil na Žižkově mezi poháry za vítězství v závodech po celém světě. MAFRA

seli plynárenští dělníci i místní obyvatelé dýchat. Ale Praha chtěla svítit, svítíplyn vyráběný z koksu měl navrch nad elektrinou.

**Souvislosti: Můžete si při té příležitosti připomenout, že v sedmdesátých letech začal jedovatý a silně výbušný svítíplyn (ti starší ještě možná pamatují požár michelského plynojemů) ustupovat zemnímu plynu.**

Když vás devítka doveze na Olšanskou, kousek za křižovatkou je čerpací stanice a naproti ní je vlevo nenápadná ulička (Sauerova) vedoucí k Milíčovu domu. V něm ve třicátých letech jistý pan Přemysl Pitter, kazatel a humanista, otevřel útulek pro děti. Dnes bychom řekli možná „vyloučené“, tehdy se jim říkalo „chudé“.

A sem chodívala i jistá Olga rozená Šplíchalová. V roce 1964 si vzala jistého Václava, a protože se ještě zákonně přechylovalo, napsali jí do občanky, že je Havlová... Dál už to všichni známe.

**Souvislosti: Třeba si můžete popovídat, jak se na Pražském hradě střídali od roku 1918 prezidenté, co kdo byl zač.**

Další zastávku doporučujeme na Ohradě. Hned na rohu, v Koněvově 116, je dosud aulavala pražská obecní plynárna. Stěžujete-li si, že se ve městě nedá dýchat, vygooglujte si staré fotky, jak to tady vypadalo kdysi a co mu-

nik František Šťastný. Tenhle neznámý karambolista (v těle snad neměl jedinou nezlomenou kost) žil jen pár kroků odtud, v Koněvově 117, i se svou ženou Jarmilou...

**Souvislosti: Od Františka Šťastného není ze Žižkova daleko k motocyklům Jawa, které celý život sedlal. Ještě na sklonku šedesátých let patřily, alespoň na závodní dráze, ke špičce. Jawy také léta ovládaly známou krosovou soutěž Šestidenní, vyráběly se v Týnci nad Sázavou, ale teď už je to jen dávná historie, byť Jawa se v Týnci rodí stále, už ale bez té slávy.**

## Hurá za Hrabelem, Formanem a Havlem

Tramvaje vyměňte za další ekologické vozidlo, za bicykl. Doporučujeme začít putování v Poděbradech. Nejde ani tak o krále Jiříka, který tu má na náměstí jezdeckou sochu, jako o fakt, že za královými zády je zámek, kde byla po druhé světové válce „ubytovna“ a škola pro děti ze zámožnějších rodin. Jedním ze studentů byl i jistý Václav Havel, o kterém již byla řeč při putování pražskou tramvají.

Malý Vašík nebyl internátním pobytem dvakrát nadšený, takže si jednoho dne vy-

půjčil bicykl. Byl mu velký, musel šlapat vestoje a uháněl do Prahy. Chytili ho někde před Nymburkem, takže ho můžete napodobit. Nikdo vás stíhat nebude, navíc už nemusíte po silnici, po cyklostezce se dostanete téměř bez míjení autoprovozu až na kraj města Prahy.

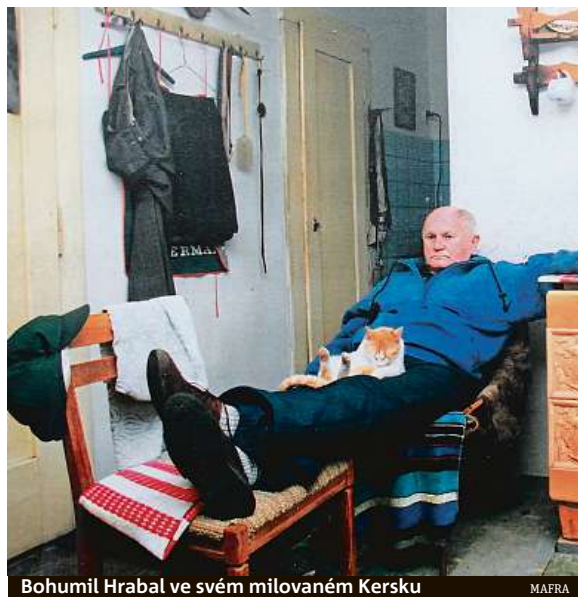
**Souvislosti: Z Nymburka není daleko do Milovic, které jsou synonymem pro okupaci v roce 1968, kdy odtud sovětská armáda vystrnadila tu československou a na dvě desetiletí si tu udělala domov pro svou mnohahlavou armádu a velitelství. Ale dějiny milovického vojenského prostoru sahají mnohem dál, už do Rakouska-Uherska, za první světové války zde byl zajatecký tábor, který připomíná vojenský hřbitov. Jsou na něm ti, kteří se konce války v Milovicích nedočkali.**

Ještě v Nymburku, pojedete-li po levém břehu Labe, narazíte na atletický areál vrcholového sportu. Kdo fandí atletice a Barboře Špotákové, ví, že sem jezdila trénovat. A že formu tu za desítek let ladil i ne jeden náš zlatý olympionik či olympionička, fotbalisté i další sportovci. V Nymburku, tentokrát na pravém břehu, je pivovar, kde zase vyrůstal Bohumil Hrabal.

Pokud si spojíte jeho jméno se vším, co napsal a co z toho pak jiní natočili (Postřižiny – zlatá éra malých pivovarů v Čechách, Ostře sledované vlaky – druhá světová a odboj i s humorem v jednom balení, Slavnosti sněženek – venkovský život v době normalizační), máte námětů na dějepisnou písemku s volným tématem do školy jak vyšitou.

Procvičíte si nejen historii pivovarnictví, ale i kapitoly z literatury. Kdo má v nohách dost sil, může si přišlápnout a odbočit pár kilometrů do kerských lesů. Hrabalovských stop je tam nepřehledně, včetně slavné hájenky, kde se podával kančí guláš se šípkovou i se zelím.

**Souvislosti: V Nymburku si připomenete Emila Zátopka, jeho jméno nese ulice, kde sportovní areál sídlí. Od atleta není daleko k nejnovějšímu filmu Zátopek od Davida Ondříčka, od něho zase k jeho otci, kameramanu Miroslavu Ondříčkovi, který byl dvorním kameramanem Miloše Formana a ten studoval právě v Poděbradech s Václavem Havlem...**



Bohumil Hrabal ve svém milovaném Kersku. MAFRA

# JE LÍSTEK DO TRAMVAJE

## Trocha malířství neuškodí kousek od Karlštejna

Doslova dějinami je napěchovaný Beroun, Králův Dvůr a okolí. A nemusíte se vůbec prodírat davy od Berounky nahoru ke slavnému Karlštejnu. Z Prahy (nebo z Plzně) vás doveze vlak do Loděnice. Tam si hned na nádraží připomenete slavný oscarový film Ostře sledované vlaky, který se tu natáčel (opět ten všudypřítomný Hrabal).

**Souvislosti:** V Loděnici si můžete připomenout, že zdejší lisovna gramodesek tvoří současné dějiny jako největší výrobce klasických vinylových nosičů hudby a slova.

V Berouně bude ve svém živlu příznivec Jaroslava Haška. Neboť spisovatel, při putování s kumpánem Zdeňkem Matějem Kudějem, objevil „jedinečnost“ místního rynku. Hašek zjistil, že náměstí (natáčel se zde i Muž na radnici) má dvě vstupní brány a poskytuje jedinečný zážitek. Když jednou bránou vstoupíte,



Preislerův hrob



Černé jezero namaloval malíř v několika verzích.

2x METRO

te, můžete tou opačnou zase z náměstí vystoupit! Při zpáteční cestě se tento zázrak opakuje, výstupní bránou vstupujete, vstupní vystupujete. Absurdita českého genia loci jako vyšitá.

**Souvislosti:** Jméno spisovatele Haška může inspirovat k návštěvě Lipnice nad Sázavou, kde literát zemřel a kde napsal (ale nedokončil) Švejkova dobrodružství. Při té příležitosti můžete obejít na Lipnici sochy od

Radomíra Dvořáka, které jsou součástí přírodního Národního památníku odpoledního. Sochař žije v nedalekém Havlíčkově Brodě, odkud pocházejí slavní hokejoví bratři Jiří a Jaroslav Holíkové. Takže k historii literární si můžete připomenout i něco z dějepisu sportovního.

Kdo si chce trochu vylepšit myšlenky, na Beroun v podstatě hned navazuje Králův

Dvůr. Ten je kromě výroby železa od Karlových dob i místem, kde se v Popovicích, nyní součástí Králova Dvora, narodil novoromantický, secesí poznamenaný český malíř Jan Preisler (jeho tatínek vyráběl železo v místní huti). Patřil k významným postavám přelomu 19. a 20. století, má tu pamětní desku na základní škole a hrob na nedalekém hřbitově. Preislerovy obrazy jsou možná šmrncnuté Alfonsem Muchou, ale mají i něco

z ponurosti Edvarda Muncha, jemuž svého času pomohl zorganizovat výstavu v Praze.

Každopádně si malíř vybuchoval vlastní, neopakovatelný styl a je na první pohled rozpoznatelný. U Preislerova hrobu si připomenete, že odešel ze světa už v březnu 1918, půl roku předtím, než vzniklo Československo. A to jsou také dějiny. Od jeho místa odpočinku není daleko do Národní galerie, kde mají například Preislerovo slavné Černé jezero na Šumavě.

**Souvislosti:** Černé jezero připomene fingovanou aféru s nacistickými dokumenty, které v roce 1964 „objevila“ StB. Bedny dodala ona, dokumenty přivezla KGB z Moskvy. Se Šumavou se můžete propojit ještě dvě desítky let zpět, kdy tam „řádili“ králové Šumavy, o nichž natočil napínavý, ale historicky pokroucený příběh Karel Kachyňa...



PAVEL HRABICA  
pavel.hrabica@metro.cz

INZERCE

## VAŠE NOVÁ PRÁCE

## OBCHODNÍ ZÁSTUPCE – DENÍK METRO

Jsmo tým obchodního oddělení jedné z nejsilnějších mediálních skupin na českém trhu a jsme na to hrdí. Náš výsledek práce je viditelný a mnohdy i hmatatelný – a to v deníku i magazínu Metro. Chcete společně s námi utvářet vzhled našich novin i webu? Tak čtěte dál!

### Budete se s námi realizovat v(e):

- komunikaci se stávajícími klienty, se kterými udržujeme dlouhodobé vztahy
- aktivním vyhledávání nových obchodních příležitostí, jimiž si budete rozšiřovat své stávající portfolio
- mediálním poradenstvím v oblasti inzerce
- správně obchodního případu od A do Z a v komunikaci s ostatními odděleními

### Chceme vás mezi sebe, protože:

- máte obchodní talent a baví vás komunikace s lidmi
- jste týmový hráč a dokážete táhnout za jeden provaz i ve chvílích, kdy by ostatní již „přetahovanou“ vzdali
- cítíte touhu se nadále vzdělávat a stát se tím nejlepším z nás
- PC berete jako nedílnou součást vašeho života
- máte zájem prožívat svůj pracovní den v kanceláři i mimo ni

### Máme pro vás:

- samostatnou a různorodou práci na zaměstnanecký poměr
- moderní pracovní prostředí s výbornou dopravní dostupností
- nás - přátelský kolektiv, který je mnohdy k nezaplacení
- fixní základní mzdu, pohyblivou složku a provize včetně kvartálních a ročních bonusů
- propracovaný adaptační proces, takže vás do vody nehodíme
- možnost kariérního růstu, pokud o něj budete stát
- příležitost podílet se na klíčových kampaních v regionu
- spoustu benefitů (5 týdnů dovolené, 2 dny sick days, stravenky, mobilní telefon a notebook systematické profesní vzdělávání a příspěvky, multisport karta, příspěvek na sport a kulturu zvýhodněné pojištění, zajímavé mobilní tarify pro celou vaši rodinu firemní akce, volné vstupy do ZOO a mnoho dalšího)

Své nabídky posílejte na [Karolina.Kralova@mafra.cz](mailto:Karolina.Kralova@mafra.cz)

metro | DENNĚ TVĚ

# Vybarvujte s Metrem



**Kniha *Omalovánkový bestiář***  
z nakladatelství Grada vám poskytne  
hodiny zábavy, odreagování a poučení.  
Ponořte se do světa barev a vyzkoušejte  
účinky zábavy, kterou jsme milovali  
jako děti a která nás dodnes dokáže  
do dětství přenést.

Pochlubte se, jak jste vy nebo  
vaše děti omalovánku vybarvili,  
a sdílejte fotku na svém Instagramu  
s hashtagem #metromalovanka...  
Nejkrásnější výtvoři zveřejníme  
v deníku Metro a odměníme!  
Sdílejte radost a barvy!

# Týden kroužků se blíží

**Se školou začíná také „sezona“ volnočasových kurzů pro děti. Jsou i zdarma.**

„Období lockdownu pro nás bylo zatěžkávací zkouškou,“ uvádí Roman Rozbroj z Rodinného a pohybového centra Pražáčka na Žižkově, kde kvůli pandemii zavedli třeba jednorázové vstupy na kroužky bez nutnosti předchozích registrací a plateb.

Dobrou zprávou je, že na „covidovou“ nabídku rodiče slyšeli, a ještě lépe zní, že děti, dočasně zbavené přátel a pohybu, mají nyní násobnou chuť na volnočasové aktivity. „Aktuálně registrujeme zvýšený zájem o sportovní kroužky,“ pokračuje Rozbroj s poznámkou, že v centru na Pražáčke kladou důraz na budování správných motorických návyků a radost z pohybu. „Děti předškolního věku



Děti si užijí akce s kamarády a zkušenými lektory. ARCHIV

a řekněme prvního stupně většinou nevědí, který sport je bude bavit a pro který mají předpoklady, takže se snažíme do konkrétních kroužků jako třeba fotbal začlenit i jiné míčové sporty, což je pro děti příjemná změna – mohou se tak seznámit se základy volejbalu nebo basketbalu. Obdobný přístup uplatňujeme i u atletiky.“ upřesňuje Rozbroj.

Právě tato filozofie, respektive možnost nezávazně vy-

zkoušet ten či onen sport či kroužek, stojí za pořádáním Týdne kroužků zdarma, jenž proběhne od pondělí 6. září do pátku 10. září v areálu na Pražáčke bez předchozí registrace a plateb. „Letošní novinkou je pondělní kroužek ‚sportovní příprava‘. Chystáme ji ve spolupráci s FK Viktoria Žižkov, TJ Spoje Praha – tenisovým klubem a atletickým klubem Jeseniouva. Je určen pro trochu starší děti a kurz střídavě povedou tre-

## Akce v Písnici, Podolí a na Kampě

**Začátek září je v metropoli zasvěcen dětem.**

- V sobotu 4. září v Komunitním centru Jasoň v Písnici oslaví 1. narozeniny. Pro děti budou připraveny hry s hlavolamy, opičí dráha, korálkování, senioři budou dětem číst.

- O týden později, v sobotu 11. září od 10.00 do 12.15, se na multifunkčním sportovním hřišti mezi Podolskou vodár-

nou a Sokolovnou odehraje sportovní dopoledne. Akce, která předchází Festivalu Podolí na Nedvěďově náměstí, je určena žákům mateřských škol a prvního stupně základky. Děti si vyzkouší i kolektivní sporty pod vedením licencovaných trenérů. Proběhne také plyšáková loterie.

- V pondělí 13. září začne ukázkový týden kurzů zdarma v Komunitním centru Kampa.

neři ze zmíněných sportovních klubů,“ doplňuje Rozbroj.

V pondělí budou na pořadu dne také „sportovky“ zaměřené na všeobecnou pohybovou a gymnastickou přípravu. V úterý proběhnou dvě fotbalové přípravky a kurz in-line bruslení, středa se ponese ve znamení atletiky a gymnastiky, čtvrtek bude patřit plavání a míčovým hrám. V pátek se uskuteční fyzioterapeutické cvičení pro

rodiče s dětmi a novinka – sportovní hry pro starší děti.

Speciální program je připraven na středu 8. září, kdy se Pražáčka připojí k Olympijskému běhu, který pořádá Český olympijský výbor, a to pouze jeden den v roce. Účast na Olympijském běhu bude pro všechny děti otevřená, každý se bude moci běhu zúčastnit. „Pro děti máme připravené drobné dárky a pohostění,“ uzavírá Roman Rozbroj. **DAVID HALATKA**

INZERCE

KREJČÍ BUDE HRÁT ZA MATERSKOU OLOMOUČ  
HOLEŠOVY ÚTOČNÍSE  
metro  
Po městě maximálně třicítkou? Plošně ne!  
Jeden z ústeckých podchodů zabil příběh jednoho z Wintonových dětí

**POŠLI METRO DO DALŠÍHO KOLA**

**NEVYHAZUJ MĚ, NECH MĚ NA SEDAČCE PRO DALŠÍ CESTUJÍCÍ!  
NIKDY NEVÍŠ, KDY MĚ NAJDEŠ ZROVNA TY :)**

GREEN GENERATION METRO

## 2. 9.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
11.30 AZ-kvíz 12.00 Zprávy ve 12 12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus 12.30 To jsem z toho jelen (5/6) 12.55 To jsem z toho jelen (6/6) 13.25 Než poznáš první úsměv 14.40 Profesionálové 15.35 Na krok od nebe 16.30 Cestománie 17.00 Všechno, co mám ráda 17.30 AZ-kvíz 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny	09.25 H2O: Molekula života (1/3) 10.20 Ještě nekončíme 11.35 Letečtí stíhači v boji II (9/14) 12.25 Historie.cs 13.20 Pod ochranou laguny 14.15 Zázračná planeta. Kouzla přírody (4/4) 15.05 Kvarteto 15.30 Alžírsko – země moře, slunce a pouště 16.25 Černý tulipán 18.15 Podivuhodný Laos 19.10 Auto moto svět 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	08.45 Ulice (4098) 09.40 MasterChef Česko V 10.55 Na lovu 11.50 Tescoma s chutí 12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 12.30 Krok za krokem IV (6) 12.50 Ordinance v růžové zahradě 2 (1023) 14.05 Odložené případy IV (6) 15.00 Můj přítel Monk VI (9, 10) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.35 Na lovu 18.25 Ulice (4099) 18.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	06.15 Mstítel Blade (6) 07.00 Nový den 08.15 M.A.S.H (148) 08.45 M.A.S.H (149) 09.15 1. MISE (2) 10.35 Show Jana Krause 11.45 Walker, Texas Ranger III (16) 12.40 Jake a Tusťoch (14) 13.45 Policie Hamburk VII (15) 14.45 Komisař Rex V (14) 15.50 Prostřeno! 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Krimi zprávy 19.55 SHOWTIME	06.00 Ranní fresh 08.00 Ranní fresh 09.00 Zpátečka 10.00 Óčko hity 11.00 Race across the world 11.30 Óčko hity 13.30 Óčko trendy 14.30 Óčko esport 14.40 Óčko trendy 15.00 Kitkat Óčko chart 17.05 Óčko hity 18.00 #Naočkujsehudbou 18.15 Óčko hity 19.00 Moje desítka Top 10 klipů dle diváků Óčka 19.50 Óčko hity Klipy nonstop
				
20.10 První republika (22/22) Šťavnice. Seriál (ČR, 2014) 21.00 Sanitka 2 (11/13) Seriál (ČR, 2013) 21.59 Výsledky losování Šťastných 10 22.00 Komisař Montalbano Pavoučí trpělivost. Krimiseriál (It., 2006) 23.50 AZ-kvíz 0.15 Banánové rybičky 0.55 Malá farma Divoká karta 1.15 Kuchařská pohotovost 1.40 Přes nový práh 2.05 V kondici 2.20 Zkus mít vkus 2.45 Dobré ráno 5.20 Etiketa	20.00 Rána deštníkem Krimikomedie (Fr., 1980) 21.40 Frajer Luke Krimidrama (USA, 1967) 23.50 Ve stínu lebek 0.15 Queer: Zpátky do budoucnosti 0.45 Gomora IV (11/12) Krimiseriál (N/It., 2019) 1.30 Apokalypsa: 1. světová válka (5/5) Vysvobození 2.25 Duchovní kuchyně Slovanské pohanství 2.50 Historie.cs 3.45 Uchem jehly 4.10 Mistr opratí Tomáš Barták 4.35 Julie a Mireček	20.20 Můj příběh Romantické drama (ČR, 2019) 22.10 Nedělej Zagorku! Tešit se můžete na osobní vzpomínky známé zpěvačky, ale také na vyprávění mnoha jejich přátel, unikátní videozáznamy a fotografie a na její největší hity 23.40 Můj přítel Monk VI (9) Krimiseriál (USA, 2007) 0.30 Můj přítel Monk VI (10) 1.25 Odložené případy IV (6) 2.10 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans V (5) 3.05 Na lovu 3.45 Ordinance v růžové zahradě 2 (1023) 4.45 Novashopping	20.15 Slunečná (120) Láska za milion. Seriál (ČR, 2020). Hrají: E. Burešová, B. Jánová, M. Lambora, L. Langmajer. Režie J. Polišenský 21.35 Inkognito 22.45 Přeslapy II (1) Seriál (ČR, 2009) 23.55 Ano, šéfe! 1.05 Policie v akci 2.00 Komisař Rex V (14) Bratrovražda. Krimiseriál (N/Rak., 1999) 3.05 Jake a Tusťoch (14) Musel jsi to být ty. Krimiseriál (USA, 1987-1992) 4.15 Policie Hamburk VII (15) Mlčení měď. Krimiseriál (N, 2012)	21.00 O black list fresh Novinkový playlist rapu a R&B od kolegů z Óčko BLACK 22.00 O black list party Čtvrtek malý pátek, nalaď se před vikendem s playlistem v rytmu party bangerů z Óčko BLACK 23.00 Óčko flirt Proud klipů ve vzky diváků Óčka 1.00 Race across the world Dalším levelem zbylých čtyř soutěžních dvojic je Čínská lidová republika. Nervy jsou čím dál tím napjatější a peníze docházejí 1.30 Óčko hity Klipy nonstop

## 3. 9.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
11.30 AZ-kvíz 12.00 Zprávy ve 12 12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus 12.30 Ať žijí rytíři! 14.15 Reportéři ČT 15.05 Cestománie 15.35 Příběhy slavných... Saša Rašilov 16.35 Půjčka 17.30 AZ-kvíz 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.05 Losování Sportky a Sance	14.35 Peklo pod hladinou II (1/6) 15.20 Apokalypsa. 1. světová válka (5/5) 16.15 Senegal, africký šaman 17.10 Krásné živé památky (1/16) 17.35 Co Čech, to chovatel II (1/8) 17.45 Heydrich – konečné řešení (1/44) 18.15 Tučňáci – život z blízka (3/3) 19.10 Dobrodružství vědy a techniky 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	09.30 Jménem krále Na lovu 10.55 Na lovu 11.50 Tescoma s chutí 12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 12.30 Krok za krokem IV (7) 12.50 Ordinance v růžové zahradě 2 (1024) 14.05 Odložené případy IV (7) 15.00 Můj přítel Monk VI (11) 15.55 Můj přítel Monk VI (12) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.35 Na lovu 18.25 Ulice (4100) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	06.15 Mstítel Blade (7) 07.00 Nový den 08.15 M.A.S.H (150) 08.50 Slunečná (120) 10.20 Inkognito 11.25 Walker, Texas Ranger III (17) 12.40 Jake a Tusťoch (15) 13.45 Policie Hamburk VII (16) 14.45 Komisař Rex V (15) 15.50 Prostřeno! 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Krimi zprávy 19.55 SHOWTIME	06.00 Ranní fresh Začni každý den s hity které tě nakopnou a k tomu ti naservírujeme aktuální zprávy v infošité 08.00 Ranní fresh Šťavnatý, lahodný a osvěžující. Takový je Ranní fresh na Óčko! 09.00 Zpátečka 10.00 Óčko hity Hity, které musíš slyšet... a hlavně vidět! 13.30 Óčko trendy 14.30 Top 3 kitkat chart 14.50 Óčko trendy 15.00 Óčko hity 16.30 Óčko e-sport
				
20.10 Osada (1/13) 21.10 13. komnata Patrika Eliáše 21.35 Všechnopárty 22.29 Výsledky losování Šťastných 10 22.30 Profesionálové 23.25 Kriminálista 0.25 AZ-kvíz 0.50 Toulavá kamera 1.25 Objektiv 1.50 Rajske zahrady 2.10 Dobré ráno 4.45 Hobby naší doby – letní speciál 5.10 Sváteční slovo herce Jiřího Sedláčka 5.15 Etiketa 5.30 Události v regionech	20.00 Profesionál Drama (Fr., 1981) 21.55 Cartouche Dobrodružná romantická komedie (Fr./It., 1962) 23.50 Sestra (1/4) Seriál (VB, 2020) 0.40 Ještě nekončíme 1.55 H2O: Molekula života (1/3) 2.50 Dominik kardinál Duka Počesku Kláster cisterciáků v Plasích 3.25 Před půlnocí 3.55 Rodinné křížovatky Poslední jízda 4.20 Notes 5.05 Kvarteto 5.30 Auto moto svět	20.20 Ženy v pokušení Komedie (ČR, 2010). Hrají: E. Balzerová, L. Vlasáková, V. Kubařová, J. Macháček a další. Režie J. Vejdělek 22.40 Millerovi na tripu Komedie (USA, 2013) 0.50 Můj přítel Monk VI (11) Krimiseriál (USA, 2007) 1.45 Můj přítel Monk VI (12) Krimiseriál (USA, 2007) 2.25 Víkend 3.25 Na lovu 4.10 Ordinance v růžové zahradě 2 (1024) Táňol! Seriál (ČR, 2021) 5.10 Novashopping	20.15 Česko Slovensko má talent Vstupte do magického světa neuvěřitelných talentů tentokrát s moderátorskou dvojicí Jasmínou Alagic Vrbovskou a Davidem Granským 22.00 Máme rádi Česko 23.45 Ano, šéfe! 0.55 Policie v akci 1.55 Komisař Rex V (15) Na plný plyn. Krimiseriál (N/Rak., 2000) 2.55 Jake a Tusťoch (15) Ale pro mě ne. Krimiseriál (USA, 1987-1992) 4.00 Policie Hamburk VII (16) Helen. Krimiseriál (N, 2012) 5.35 Pohoda u krb	16.40 Óčko hity Hity, které musíš slyšet... a hlavně vidět! Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube 19.00 Moje desítka Top 10 klipů dle diváků Óčka 20.00 Tmax street party Taneční party z tvého města a klipy, co si vybereš. 21.00 CZ & SK České a slovenské klipy 22.00 Party ride Dance music pro všechny na páteční mejdan 1.00 Óčko flirt Proud klipů ve vzky diváků Óčka












## 6. 9.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
12.00 Zprávy ve 12 12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus 12.30 Sama doma 14.00 Dokonalý muž, dokonalá žena aneb Návštěva mladé dámy 14.40 Škodná 15.45 Na krok od nebe 16.40 AZ-kvíz 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny	14.30 Cesty víry 14.55 Podivuhodné Thajsko (1/2) 15.50 Neobyčejná planeta (10/10) 16.40 Dobrodružství vědy a techniky 17.10 Afghánistán: 40 let války (1/4) 18.05 Letecké katastrofy 18.50 Svědkové času II: Památky Angkoru (1/2) 19.20 Co Čech, to chovatel II (1/8) 19.35 Československý filmový týdeník 1971 (1373/2379) 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	08.55 Ulice (4100) 09.50 Specialisté (42) 10.55 Na lou 11.50 Tescoma s chutí 12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 12.40 Ordinance v růžové zahradě 2 (1025) 14.05 Odložené případy IV (8) 15.00 Můj přítel Monk VI (13) 15.55 Můj přítel Monk VI (14) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Na lou 18.25 Ulice (4101) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	06.15 Mstítel Blade (10) 07.00 Nový den 08.15 M.A.S.H (152) 08.50 M.A.S.H (153) 09.20 Přeslapy II (1) 10.25 Tloušťci 11.35 Walker, Texas Ranger III (18) 12.35 Jake a Tlustoch (16) 13.45 Policie Hamburg VII (17) 14.45 Komisař Rex VI (1) 15.50 Prostřeno! 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Krimí zprávy 19.55 SHOWTIME	06.00 Ranní fresh 09.00 Zpátečka 10.00 Óčko hity 13.30 Óčko trendy 14.30 Užít Česko 14.45 Óčko hity 15.00 Mixxxer e-sport 16.00 Óčko hity Klipy nonstop. Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube 19.00 Moje desítka Top 10 klipů dle diváků Óčka 19.50 Óčko hity 20.30 Over Drive 20.35 Óčko hity
				
20.05 Losování SAZKA mobil šance 20.10 Rapl II (1/13) 21.10 Reportéři ČT 21.54 Výsledky losování Šťastných 10 a Extra renty 21.55 Sladký 22.25 Sejdrem 23.55 AZ-kvíz 0.20 Banánové rybičky 0.50 Zkus mít vkus 1.15 Z metropole, Týden v regionech 1.40 Kalendárium 1.55 Sváteční slovo pomocného brněnského biskupa Pavla Konzubla 2.10 Dobré ráno	20.00 Nejzajímavější divy starověku (1/10) Tajemství Egypta 20.50 Hitlerův kruh zla (1/10) Hrdinové a nežádoucí 21.45 Cesta z města Romantická komedie (ČR, 2000) 23.40 Mrtvá a živá Mysteriózní drama (USA, 1940) 1.45 Queer: Zpátky do budoucnosti 2.15 Co dokáže lež 3.10 Stopy, fakta, tajemství Hitler v Čechách 3.40 Konec vodáctví v Česku 4.05 Přísně tajné vraždy Konec „Magistra Kelleyho“ 4.20 Sabotáž	20.20 Specialisté (137) Frankenstein. Krimiseriál (ČR, 2021) 21.20 Specialisté (43) Zlomená srdce. Krimiseriál (ČR, 2018) 22.30 Námořní vyšetřovací služba. New Orleans V (6) Libra masa. Krimiseriál (USA, 2018) 23.20 Můj přítel Monk VI (13) Krimiseriál (USA, 2007) 0.10 Můj přítel Monk VI (14) Krimiseriál (USA, 2007) 1.05 Odložené případy IV (8) Světlušky. Krimiseriál (USA, 2006) 4.45 Novashopping	20.15 Hvězdy nad hlavou (2) Oslava. Seriál (ČR, 2020) 21.40 První večere Nová seznamovací show, která dává možnost rande naslepo pro nezadané muže a ženy všech věkových kategorií v příjemné restauraci 22.45 Tloušťci 23.55 Ano, šéfe! 1.05 Komisař Rex VI (1) Vraždy za úplňku. Krimiseriál (N/Rak., 2000) 2.05 Jake a Tlustoch (16) Nikdo neví, co je to láska. Krimiseriál (USA, 1987-1992) 3.05 Policie Hamburg VII (17) Nevěstino tajemství. Krimiseriál (N, 2012)	21.00 CZ & SK České a slovenské klipy 22.00 Naked Attraction Seznamka na tělo 22.30 Drive Nemainstreamová hudba, extrémní sporty, lifestyle 23.00 Óčko flirt Proud klipů ve vzkazy diváků Óčka. Pošlete zprávu všem, kdo se právě dívají na Óčko! Váš příspěvek bez telefonního čísla bude zobrazen s co nejmenším zpožděním. Pokud nestihnete zprávu přičíst, zapsat si číslo nebo zprávu chcete poslat přímo k sobě na mobil, máte možnost 01.00 Tattoo Fixers

## 7. 9.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
10.35 Dobrodružství kriminalistiky 11.30 AZ-kvíz 12.00 Zprávy ve 12 12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus 12.30 Sama doma 14.00 Všechno, co mám ráda 14.30 Nanečisto 15.30 Na krok od nebe 16.40 Cestománie 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny	13.25 Svědkové času II: Památky Angkoru (2/2) 13.50 Peklo pod hladinou II (2/6) 14.35 Příběhy domů 14.55 Bertin – historie v současnosti 15.50 Království divočiny: Národní park Ruaha, Tanzanie 16.15 Planeta Země 17.05 Krásy britského pobřeží 18.00 Landák 19.00 Cyklotoulky 19.15 Křesťanský magazín 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	08.55 Ulice (4101) 09.50 Specialisté (137) 10.55 Na lou 11.50 Tescoma s chutí 12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 12.25 Gympl s (r)učením omezeným 14.00 Odložené případy IV (9) 15.00 Můj přítel Monk VI (15) 16.00 Můj přítel Monk VI (16) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Na lou 18.25 Ulice (4102) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	06.15 Mstítel Blade (11) 07.00 Nový den 08.15 M.A.S.H (154) 08.50 Hvězdy nad hlavou (2) 10.20 První večere 11.30 Walker, Texas Ranger III (19) 12.40 Jake a Tlustoch (17) 13.45 Policie Hamburg VII (18) 14.45 Komisař Rex VI (2) 15.50 Prostřeno! 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Krimí zprávy 19.55 SHOWTIME	09.00 Zpátečka 10.00 Óčko hity 13.30 Óčko trendy 15.00 Mixxxer Live 17.00 Óčko hity Klipy nonstop Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube 17.30 Smartmania Novinky ze světa technologií, testy a tipy 17.35 Óčko hity Klipy nonstop Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube
				
20.10 Nejlepší trapasy 21.20 Sanitka 2 (12/13) Seriál (ČR, 2013) 22.19 Výsledky losování Šťastných 10 a Euro-milióny 22.20 Neobyčejné životy Hana Zagorová 23.15 Případy detektiva Murdocha XII 0.00 Kriminální 1.00 AZ-kvíz 1.25 Zajímavosti z regionů 1.50 Chalupa je hra 2.15 Dobré ráno 4.45 Bydlet jako... na startovní čáře 5.15 Černé ovce 5.30 Události v regionech	20.00 Blaník Záznam divad. inscenace (ČR, 1997) 21.35 LEGIE 100 – Krvavá francouzská pole 22.30 Sto divů světa II (1/13) 23.25 Lidstvo. Příběh nás všech (2/12) 0.15 Desatero hříchů (5/6) 1.00 Příběh služebnice III (8/13) 1.45 Cesty víry 2.10 Stopy, fakta, tajemství 2.40 Dřevopis 2.45 Náš venkov 3.10 Přísně tajné vraždy 3.25 Sabotáž 3.55 Hranice dokořán – Rozmówki polsko-české 4.20 Pravá tvář bílých tygrů	20.20 MasterChef Česko V 21.40 Soubor na talíři 22.45 Víkend 23.50 Můj přítel Monk VI (15) Krimiseriál (USA, 2007) 0.45 Můj přítel Monk VI (16) Krimiseriál (USA, 2007) 1.40 Odložené případy IV (9) Osamělá srdce. Krimiseriál (USA, 2006) 2.25 Námořní vyšetřovací služba. New Orleans V (6) Libra masa. Krimiseriál (USA, 2018) 3.05 Na lou 3.45 Ordinance v růžové zahradě 2 (1025) 4.45 Novashopping	20.15 Slunečná (121) Když kulky osobně jmenují. Seriál (ČR, 2020). Hrají: E. Burešová, B. Jánová, M. Lambora, L. Langmajer a další. Režie J. Polišenský 21.35 7 pádů Honzy Dědka 22.40 7 pádů Honzy Dědka 23.55 Ano, šéfe! 1.05 Policie v akci 2.05 Komisař Rex VI (2) Mrtvý se vrací. Krimiseriál (N/Rak., 2000) 3.10 Jake a Tlustoch (17) Budte na mě hodná. Krimiseriál (USA, 1987-1992) 4.20 Policie Hamburg VII (18) Rizikantní rozhodnutí. Krimiseriál (N, 2012)	19.00 Moje desítka Top 10 klipů dle diváků Óčka 19.50 Óčko hity Klipy nonstop Největší hity českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube 20.55 Tour de park: Anna K., Olga Lounová, Láska Óčko Parky v Palackého sadech v Písku 21.00 CZ & SK České a slovenské klipy 22.00 Naked Attraction Seznamka na tělo 22.30 Óčko flirt 01.00 Tattoo Fixers Krotitelé zřušovaných kerek 01.30 Óčko flirt

**Herečka Barbora Hrzánová: „Pořád věřím, že každý člověk se snaží být čestný, (tajenka).“**

	STAVEBNÍ PLÁN	KRITIKA UMĚL. DÍLA	VLNĚNÉ TKANINY	JMÉNO KOMENSKÉHO Ā-	ČESKÁ ARMÁDA (ZKR.)		NEČINNĚ POSTÁVAT (EXPR.)	SEMKNUTÁ SKUPINA	JEŽTO (ZAST.)	MÍSTNOST PALÁCE	JMÉNO AMERICKÉ HEREČKY TAYLOR		OSCHLĚ NA POVRCHU	UPADNOUTI (DĚTSKY)	SLOUČENINA FE A AL	KOČKOVITÉ ŠELMY
ČLOVĚK VELKÝCH PRSOU (HOVOR.)						VÝHODNÁ KOUPEL-S-						OHAREK (ZAST.)				
REVMATISMUS (DRÍV. VÝRAZ)						STOKA						SVATEBNÍ KVĚTINY				
TAŤKA (SLOVEN.)					BOTANIKA (ZAST.)							VELKÉ NOSY				
ZAČÁTEK TAJENKY					CIZOKRAJNÍ ŽIVOČICHOVÉ					ROZORATI PLUHEM						
ŠPANĚLSKÁ EKSKRÁLOVNA				XENIE (DOM.)						POUPĚ KAPAROVNÍKŮ					TU (SLOVEN. HOVOR.)	JERÁBINOVÝ CUKR I-
ZPĚVÁK ZICH (INIC.)			ORÍ	POLITICKÁ STRANA (KOMUNISTÉ)				NAPAKOVATI		VYSOUKAT (RUKÁVY)						
LETOVISKO NA JADRANU			LIHOVÉ NÁPOJE					JEDLÁ HOUBA		NAŘADÍ					URANOVÉ DOLY (ZKR.)	
	RÁMUS	VZDĚLÁVAT					VÝTAŽKY Z BYLIN					TAMTI				
CITOSLOVCE PŘEMÍTÁNÍ		ZNAČKA OLEJE DO AUT				ROZTRŽENÍ (ŘÍD.)	OPLOČENÝ LES					RYBÍ OLEJ (TUK) -Ā-				
SAMOHLÁSKY SLOVA "PATOKY"						TVOŘENÉ HÁKEM					PRACOVAT NA STAVU					
LOGARITMUS (OZN.)			JEN ZŘÍDKA NĚCO	SLOV. ZPĚVÁK (PALO)							ZVUK TRUBKY -Ā-				VOJENSKÝ VLAK -A-	JAPONSKÝ BOJ
TURISTICKÝ AUTOBUS			ČINIT TUČNÝM	JMÉNO ZPĚV. ABSOLONOVÉ							MŽIKNUTÍ					
SLUNEČNÍ ZÁSTĚNA										MRÁK (ZDROB.)					ŠTÁTNY ARCHIV (ZKR.)	
	TÁČY (ZDROB.)	NERV (KNIŽ.)					LETMÝ POHLED					AFRICKÁ ANTILOPA				
SLABÉ	VŘESOVEC (LID.) -K-						VYMEZENÉ ÚZEMÍ					PROSTÝ VOJÁK (ZAST.)				
ÁRIE (SLOVENS.)						ÚLY (ZASTAR.)						KROUŽENÍ (BÁSNICKY)				
EMOCE (J. Č.)		VŘESOVEC (LID.) -K-			KONEC TAJENKY	ŘÍMSKÁ BOHYNĚ ÚRODY						PLÁTĚNÉ PŘÍSTŘEŠKY				
KNÍŽNÍ KLUB (ZKR.)				ODRŮDA ŽULY	DLOUHÁ DOBA (ŘECKY)										KĚRE (ZAST.)	PRAHA (ST. SPZ) -EK
INTERNETOVÝ VYHLEDÁVAČ			KDO SKLÍŽÍ PLODY	TENISOVÝ ÚDER						CITOSLOVCE TROUBENÍ						
POM.: ALIT, ANTO, APLIT, ELIZABETH, MOGUL	JAPONSKO (KÓD)		ZPĚVAČKA JANKŮ (INIC.)					NAVNÍ ŽENA (ZAST.) -I-		OBYVATEL NORSKA						
						NACHÝLENÍ		LITVA (MPZ)				DŘEVINY BEZ KMENŮ				
						SLOVENSKE HORY						ŽVÁSTY (NAPIS POZPÁTKU!)				

AUTOR KRÍŽOVKY: JAROSLAV VANĚČEK

Tajenka: jen se mu to občas smekne

*Hvězdná  
sezóna*



**JEN SILNÍ PŘEŽIJÍ**

**1.  
MISE**

dnes  
**2015**

**Prima**



**Nech se  
unést.**



## Tvoje nová slabost.

Nový SEAT Arona je smělé, dynamické a kompaktní SUV s odvážným designem, pro ještě odvážnější nápady. V době, kdy svět čeká, až jej začneme znovu objevovat, přichází všestranný vůz, který svým postojem ukazuje jasnou cestu. Kam to bude?

**5** ZÁRUKA  
LET

SEAT  
FINANCIAL SERVICES

Úvěr. Leasing. Pojištění. Mobilita.

Nový **SEAT**  
**Arona**  
měsíčně za 4 299 Kč\*.

Kombinovaná spotřeba a emise CO<sub>2</sub>: 4,8–5,0 l / 100 km, 94–115 g/km. \*Vzorový příklad úvěru na vůz SEAT Arona Style 1.0 TSI 70kW v ceně 455 900 Kč, při financování se SEAT Financial Services v ceně 455 900 Kč, splátka předem 150 447 Kč (33 %), výše úvěru 305 453 Kč, poplatky za uzavření a vedení smlouvy 0 Kč, celkové platby za úvěr 338 492 Kč, celkové platby za úvěr vč. pojištění 388 712 Kč, RPSN vč. pojištění 8,541 %, délka úvěru 48 měsíců, poslední nerovnoměrná splátka 182 360 Kč, měsíční splátka úvěru 3 253 Kč, měsíční splátka úvěru vč. pojištění 4 299 Kč, úroková sazba p. a. 3,35 %. SEAT Pojištění MINI obsahuje havarijní pojištění, povinné ručení (10% spoluúčast) s uznáním bonusů za bezškodní průběh dosavadních pojištění (60 měsíců) a pojištění skla (limit plnění 10 000 Kč). Další parametry jsou: věk klienta 46 let a běžné použití vozu. Tato indikativní nabídka není nabídkou ve smyslu § 1732 zákona č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku, a jejím přijetím nevzniká mezi společností SkoFIN s.r.o. a druhou stranou závazkový vztah. Použité obrázky jsou pouze ilustrativní. Nabídka je platná do odvolání.