

METRO EXTRA DNES PATŘÍ JENOM MUŽŮM

UVNITŘ SPECIÁLNÍ PŘÍLOHA PLNÁ ROZHOVORŮ, TIPŮ A PŘÍBĚHU

metro

mojemetro | denikmetro

Středa, 3. června 2020

Č. 105, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Tamara



Bankovky a mince. Bakteriemi se hemží

Mytí rukou. Po dotyku s penězi je lidé podceňují. **Průzkum.** Na amerických dolarech přezívají plísně a bakterie i roky. **Důkaz.** Při likvidaci se svazky peněz váží, kvůli nánosu špíny jsou mnohem těžší STRANA 2



Expozice o autorovi Krtečka Zdeňku Milerovi v kladenském zámku

V kladenském zámku je nová expozice věnovaná autorovi Krtečka Zdeňku Milerovi. Její součástí jsou originální kresby, projekce a interaktivní prostor. O vznik výstavního místa usilovala kurátorka Pavla Slancová více než deset let. Kladenský rodák Miler si podle Slancové vznik malé galerie věnované dětem, kde by mohly koukat na pohádky, kreslit si a podobně, přál už za svého života. V listopadu by v Kladně měla mít výstavu i Milerova dcera Kateřina, která na jeho dílo navázala. Unikátem je mimo jiné část spojená s letem postavičky Krtečka do vesmíru, na které spolupracovali odborníci z Astronomického ústavu Akademie věd ČR, chystají se také přednášky určené předškolákům i školákům popularizující kosmonautiku i další vědy, na které budou pracovníci ústavu s městem spolupracovat.

ČTK

Čisté peníze jsou iluze. Poznává se to třeba při jejich likvidaci

Cizím zubním kartáčkem byste si vlastní chrup nevyčistili. Na bankovky a mince se však sahat neobáváme.

Koronavirová pandemie probudila větší obavy lidí při používání hotovosti. Jako nosiče nebezpečného viru. Větší důraz na bezkontaktní placení, nebo minimálně platby kartou, zaznamenal zřejmě každý z nás. Některé obchody během nouzového stavu přijímaly platby výhradně bezhotovostní.

„Mladší generace přijímá platby bez hotových peněz už zcela samozřejmě, většina lidí kombinuje platby penězi i bezhotovostně,“ říká Tomáš Hládek, poradce České bankovní asociace. „Výhradně

hotovost používá v Česku jen deset procent populace,“ dodává Hládek.

Podle světových statistik se hotové peníze i přes postupující digitalizaci peněžnictví používají ve více než polovině všech plateb. „Podle jednoho výzkumu ve Spojených státech se už v 70. letech minulého století zjistilo, že na amerických bankovkách a mincích přežívají celé roky plísňe a řada bakterií,“ vysvětluje Pavel Juřík, bývalý předseda Sdružení pro bankovní karty České republiky. Některé ze silně odolných stafylokoků stojí za infekcemi močových cest, případně za kožními vyrážkami.

Umýt si ruce poté, co jsme použili hotovost, většinou lidi nenapadne. Podle jednoho z průzkumů společnosti Mastercard a Oxfordské univerzity v roce 2014 si tehdy ruce po placení myli jen Maďaři a Francouzi. Tahle praxe se

nyní může podstatně změnit. „Jak jsou peníze opravdu špinavé, to si uvědomíte, když se stahují z oběhu a centrální banka je posílá k likvidaci,“ vysvětluje Tomáš Hládek. S vazek bankovek určité hodnoty je před skartováním zvaženo. Je v naprosté většině o desítky gramů až celý dekagram těžší, než kolik vážily tytéž bankovky jako nové.

Nečistoty se na papírových penězích mohou držet i několik let. Podstatně nehygieničtější jsou ty peníze, při jejichž tisku se používá takzvaný bankovkový papír. Ten je totiž smíšením lnu a bavlny. Takové peníze jsou díky této kombinaci nejen hůře padělatelné, ale současně i déle vydrží. Jenže... „Drsný povrch takových bankovek je pro zachycení nečistot ideální,“ připomíná Pavel Juřík. Pozor bychom měli dávat hlavně na peníze vyšší nominální hodnoty. Taková pětistovka to

Korejci peníze vyprali

150

Jihokorejská centrální banka dezinfikovala během koronavirové nákazy při 150 stupních Celsia.

45,7

Na jednoho Čecha připadlo v roce 2019 něco přes 45 kusů papírových bankovek. V roce 1996 to přitom bylo necelých 23 kusů na osobu.

Tisíce bakterií

Podle studie New York University „Dirty Money“ (špinavé peníze) se na povrchu amerických bankovek vyskytují až tři tisíce druhů bakterií.

- Na bankovkách používaných na rybích trzích se podle švýcarských průzkumů vyskytuje až 48 tisíc bakterií. Na penězích ze supermarketů „jen“ 120.
- Více než devadesát procent amerických bankovek nese stopy kokainu a heroínu.

tiž obíhá podstatně déle než stokoruna nebo dvoustokorunová bankovka.

Některé centrální banky se proto snaží, i z důvodů životnosti fyzických peněz, emitovat polymerová platidla. Takové bankovky jsou podobné

plastu, mají hladší povrch, nečistoty na nich ulpívají hůř. Můžete se s nimi setkat například v Austrálii (tam s nimi začali už v roce 1988), Velké Británii, Rumunsku, Kanadě, ale i v Rusku a v Albánii. **PAVEL HRABICA**

INZERCE



sparesortlibverda Wellness

#sparesortlibverda #lazne #wellness #Liberec

WELLNESS & RELAX
2 / 3 / 5 nocí • od 3.340 Kč / os. / pobyt
Ubytování, polopenze, 2-5 wellness procedur, voucher na kávu a zákusek

JIZERSKÝ RODINNÝ ZÁŽITEK
2 / 3 nocí • od 3.260 Kč / os. / pobyt
Ubytování, polopenze, 3 (4) wellness procedury a vyzítí pro rodinu, voucher na kávu a zákusek

CYKLO AKTIV
2 noci • od 3.720 Kč / os. / pobyt
Ubytování, polopenze, 3 wellness procedury, mapy tratí, možnost zapůjčení elektrokol, voucher na kávu a zákusek

LÁZNĚ NA ZKOUŠKU
Min. 5 nocí • od 1.400 Kč / os. / noc
Ubytování, polopenze/plná penze, vstupní lékařská prohlídka, 1 procedura denně



Spa Resort Libverda
Tel.: +420 482 368 100-102
E-mail: info@lazne-libverda.cz
www.lazne-libverda.cz

Při předložení vouchera
KÁVA Z DARMA
MAPRA

Krátce

Schillerová podepsala navýšení odměn

Ministryně financí Alena Schillerová podepsala rozpočtové opatření na navýšení odměn pro policisty, hasiče, celníky a vojáky 1,2 miliardy korun. Na služební platy vojáků z povolání má jít 35,6 milionu korun, na příslušníky Celní správy ČR má jít 44,2 milionu korun navíc. Na platy policistů získá ministerstvo vnitřní 783,9 milionu korun a na platy hasičů 99,76 milionu korun.

Kojenec podlehl náhlému úmrtí

Mrtvý kojenec nalezený na Mělnicku zemřel podle předběžných výsledků pitvy kvůli syndromu náhlého úmrtí. Matka pak podle policie mohla tělo hodit do vody. Vyšetřování ale ještě není uzavřeno. Kriminálníisté vyloučili násilný trestný čin, proto nikdo nebyl obviněn. Mrtvého čtyřměsíčního kojence našli policisté v sobotu u Hořína, mrtvý byl již několik dní. **ČTK**



Opraveno

V centru Javorníku na Jeseňnicku se po rozsáhlé několikaleté rekonstrukci otevřela veřejnosti bývalá soudní budova. Město v ní vybudovalo nové informační centrum, městské muzeum, galerii i přednáškové sály. „Zázemí zde najdou i cyklisté v odpočívárně, k dispozici je také půjčovna elektrokol. Budovu získalo město před lety ve veřejné dražbě, celková rekonstrukce vyšla na 67 milionů korun,“ řekl starosta Javorníku Jiří Jura. Třípatrový objekt, který má na půdě expozici netopýrů, se otevřel v pondělí. **ČTK**

NEJLEPŠÍ GRILOVAČKY ZA CO NEJMÉNĚ



ZKUSTE NÁŠ
NOJ
ANGUS BURGER



ANGUS
97 %
MASA

Albert Excellent
Burger Angus

- masný polotovar
- 260 g
- 1 kg = 211,15 Kč

~~69,90~~ -21%

54,90

NOVINKA



RECEPT NA WWW.ALBERT.CZ/GRIL

albert
EXCELLENT



Hamburgerová bulka

- 70 g
- 100 g = 8,43 Kč

~~6,90~~ -14%

5,90



BULKY
PŘÍMO
Z PECE



Pilsner Urquell 6pack

- světlý ležák
- 6 × 0,5 l
- 0,5 l = 23,99 Kč
- 1 l = 47,97 Kč

~~180,-~~ -20%

143,90



~~49,90~~ -20%

39,90

Albert
Salát Rodinný mix

- 500 g
- 100 g = 7,98 Kč
- širší nabídka salátů na vybraných prodejnách



~~54,90~~ -36%

34,90

Albert Excellent
Rajčata soudková
keříková

- 300 g
- 100 g = 11,63 Kč

albert
HYPERMARKET

Akce platí v prodejnách Albert hypermarket od 3. 6. do 9. 6. 2020
nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

Primátor Zdeněk Hřib: Je už čas vrhnout se na záhonky

Praha má přes čtyřicet komunitních zahrad.

Manuál, jak zakládat další, přináší deník Metro.

„Věděli jste, že v Praze máme už přes čtyřicet komunitních zahrad?“ ptal se minulý týden na svém Facebooku primátor Zdeněk Hřib. Svoji otázkou upozorňuje na nový manuál, který magistrát pro Pražany před časem sepsal. Od něj si slibuje skokový nárůst počtu zahrad.

„Najdete tam pohromadě všechny důležité informace, třeba jak najít vhodný pozemek, jak mít vše úředně v pořádku a jak zahradu udržovat. Nejbližší již existující zahrady ve vašem okolí pak naleznete na mapě mapko.cz. Doporučuji vždy zjistit si více informací, každá je totiž jiná a má své jedinečné kouzlo,“ píše na svém Facebooku Hřib.

Primátorovo oblíbené místo pro setkávání komunitních zahrádkářů najdete ve Vinoři. Místní dva roky stará komunitní zahrada Pastvina je známá mimo jiné tím, že se zde kromě pěstování zeleniny a bylinek mohou její návštěvníci potěšit také s opuštěnými zvířaty.



Primátor Hřib v komunitní zahradě ve Vinoři

FACEBOOK

„Takže tam kolem vás běhají koně, husy, prasata, telátka se jménem Nebeská a ovce se jménem Karel the Sheep. Je tam zkrátka pěkně a je tam skvělé společenství srdcařů, kteří se o místo starají,“ dodává Hřib.

Primátor také doplnil, že bohužel ze své funkce nemůže ovlivnit dotační procesy, a tedy i dostatek či nedostatek financí pro „svou“ zahradu. Praha totiž zároveň každoročně vyhlašuje granty v oblasti životního prostředí, které mohou být využity právě na tvorbu komunitních zahrad či oživení vnitrobloků. Dotační řízení se obvykle vy-

hlašuje koncem kalendářního roku a podklady je třeba zaslat do konce ledna.

„Nejvyšší možný příspěvek je 200 tisíc korun a Praha celkově v loňském roce rozdělila 45 milionů korun,“ uvádí mediální manažer Pirátů, jejichž členem je i Hřib, Michal Polák.

Pokud se rozhodnete založit komunitní zahradu, podle vyjádření té vinořské můžete očekávat boj s byrokracií, únavou, nedostatkem financí i lidskou závistí a zlobou. Alespoň s tím prvním má vypomoci právě magistrátní manuál. Podle něj je pro zakládání nejprve důležité si

Komunitní návod

Dokument s podrobným popisem, co a jak, lze v kompletním znění dohledat pod troškou krkolomnou adresou bit.ly/metodika_zahrad.

- V posledních několika letech zaznamenává komunitní pěstování značný nárůst jak v zahraničí, tak v Česku. V zahraničí tvoří významný podíl i produkční farmy. Ty na území Prahy působí pouze tři.

- V Česku vzniká většina komunitních zahrad ve větších městech, v roce 2018 se k nim ale přidala i města menší, jako je například Nový Jičín, Blatná a další. Komunitní zahrady ne-

jsou z celorepublikového pohledu zmapovány.

- Informace jsou souhrnně evidovány na mapě komunitních zahrad www.mapko.cz, kde je jejich evidence dobrovolná, a tedy celkový počet vyšší.

- První komunitní zahrady v Praze vyrostly před sedmi lety v roce 2012, rok nato jich bylo 10, ke konci roku 2017 již čtyřicet a v současné době je evidováno celkem 42 veřejně přístupných zahrad a další prosperují „v utajení“. Celkově je pak na celorepublikové mapě zaregistrováno zhruba sto zahrad.

ujasnit, jaký účel zahrada bude mít. Na výběr je léčebně-terapeutický, pěstebně-produkční, volnočasový či výchovně-nápravný. V takovém typu zahrady se potkávají lidé s trestní minulostí. Podobnou zahradu nalezneme třeba v Praze 8 v rámci Komunitního centra Kotlaska. „U většiny komunitních zahrad se prolíná více funkcí najednou,“ uvádí se v manuálu.

Mezi top problémy, na které lze při budování komunitní zahrady nejen v hlavním městě narazit, patří podle dokumentu například nedořešené majetkoprávní vztahy. Typickým příkladem je zrození

a zánik komunitní zahrady Smetanka v Praze 2, odkud byli místní zahrádkáři vykáženi kvůli plánovanému hřišti pro děti.

V některých případech jsou pro zbudování zahrady nutné stavební změny finančně příliš nákladné nebo technicky neuskutečnitelné. Celý proces umí pořádně zpomalit také úřad městské části. „Pokud je nejasná kontaktní osoba na místním úřadu, potenciální zájemci o provozování komunitní zahrady nevědí, na koho se obrátit či s kým následně řešit rozvoj zahrady,“ píše se dále v dokumentu. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

Renta z nemovitosti je jen jedna

Renta z nemovitosti neboli zpětná hypotéka je druh hypotéky, který je přímo šitý na míru potřebám seniorů nad 60 let a zajistí jim příjem oproti nemovitosti. Produkt, s nímž se senioři v České republice teprve seznamují, funguje běžně v zahraničí již několik desetiletí.

Renta z nemovitosti je určena pro seniory žijící v vlastní nemovitosti, kteří by rádi získali k důchodu nějaké peníze navíc. Ty potom mohou využít na cokoli, od nehrzené zdravotní péče, přes zaplacení dluhů, přilepšení k důchodu, nečekané výdaje, pomoc potomkům nebo vnukům či na dovolenou, o níž celý život snili. Mohou tak žít důstojněji a život si více vychutnat.

Je potřeba zdůraznit, že se nejedná o prodej nemovitosti. Senior zůstává bydleť ve svém bytě či domě a dál je jeho vlastníkem. Nikdy nedluží víc, než je cena jeho nemovitosti a během života nemusí nic splácet. Rentu si

může zvolit jako jednorázovou výplatu, jako zaslání pravidelné měsíčky částky nebo kombinaci obojího. Výše úvěru bude později odečtena od hodnoty dědictví.

Renta z nemovitosti není určena mladým lidem nebo těm, kteří nevládní nemovitost, lidem, kteří řeší jen krátkodobý finanční výpadek a dále lidem, jež nejsou ochotni dát svou nemovitost do zástavy anebo ji chtějí co nejdříve prodat.

Společnost FINEMO.CZ, která jako jediná Rentu z nemovitosti v České republice nabízí, je držitelem licence

České národní banky na poskytování spotřebitelských úvěrů a je pod jejím pravidelným dohledem. FINEMO.CZ má tudíž oficiální status nebankovního poskytovatele spotřebitelského úvěru.

VÝHODY RENTY Z NEMOVITOSTI:

- Získáte peníze na cokoli (najednou či postupně).
- Za života nemusíte nic splácet.
- Zůstáváte bydleť doma a **jste nadále majitelem svého bytu či domu.**
- Můžete žít důstojněji a život si více užít



CHCETE VĚDĚT VÍC?

- Přečtěte si příběhy klientů a odpovědi na nejčastější dotazy na www.rentaznemovitosti.cz.
- Vyžádejte si orientační kalkulaci zdarma.
- Můžete nám také zavolat na tel. 233 321 850.
- Jsme držiteli licence České národní banky na poskytování spotřebitelských úvěrů.



Společný plán Klause i Jurečky jde k ledu

Snaha 23 poslanců, aby bylo v obchodech povinně 85 procent českých potravin, včera narazila.



Citát

Nenechme si zakázat svobodný výběr kvality i ceny.

MIROSLAV KALOUSEK
ŠEF POSLANCŮ TOP09

a šéf Trikolóry Václav Klaus mladší.

„To se nesmí stát! Nikdo v téhle zemi si nezaslouží jíst předražené odpadky pro větší zisky agrobaronů. Braňme se!“ kritizoval návrh šéf po-

slanců TOP 09 Miroslav Kalousek.

Faltýnek včera uvedl, že nyní se o návrhu zákona vede odborná debata mezi zemědělci a potravináři, cílem podle něj je najít lepší kompromis, než je nynější podoba návrhu.

„Na první pohled může návrh působit jako podpora českých zemědělců i spotřebitelů. Ve skutečnosti by však vedl k tomu, že by Češi měli menší možnost výběru a ještě by museli sáhnout hlouběji do peněženky,“ uvedla předsedkyně TOP 09 Markéta Pekarová Adamová.

Hospodářská komora označila návrh za nepřijatelný zásah do podnikání. Podle ní předpis také odporuje evropskému právu, které zakazuje omezení dovozu mezi členskými státy EU. Podle Svazu obchodu a cestovního ruchu by se po zavedení normy omezila nabídka v českých obchodech, protože řada potravin se v Česku nevyrobí. **IDNES.cz**



Sehraná čtyřprstá rodinka

Samice mravenečnicka čtyřprstého nese na zádech své mládě. Fotka byla pořízena v zoologické zahradě na Svatém Kopečku u Olomouce. Tato zahrada patří na území Česka a Slovenska k jediným chovatelům, kterým se daří mravenečnicka čtyřprstého rozmnožovat. Letos na jaře se tam narodilo v pořadí již třinácté mládě. **ČTK**

INZERCE

Sex, který chceme všichni vidět.



S námi to zvládnete.

hornbach.cz



Floydův pohřeb platí Mayweather

Obřad bude v Houstonu. Boxer hradil i rozloučení se soupeřem.



Floyd Mayweather AP

Bývalý profesionální mistr světa v boxu Floyd Mayweather zaplatí pohřeb a smuteční obřady za George Floyd. Rodina černocho, jenž zemřel poté, co mu bělošský policista při zásahu několik minut klečel na krku, nabídku podle agentury AP přijala. Šéf

boxerovy společnosti Mayweather Promotions Leonard Ellerbe řekl, že někdejší šampion uhradí pohřeb, který se uskuteční 9. června ve Floydově rodném Houstonu a také

smuteční obřady v Minnesotě a Severní Karolině.

Nyní třiačtyřicetiletý Mayweather je považován za jednoho z nejlepších boxerů své generace, během profesionální kariéry nebyl ani v jednom z 50 duelů poražen. V roce 1998 porazil v boji o svůj první mistrovský pás Genara Hernández. Když jeho soupeř o 13 let poté zemřel na rakovinu, náklady na obřad uhradil Mayweather. Někdejší nejlépe placený sportovec světa za kariéru vydělal stamiliony dolarů. **ČTK**



Připomínka referenda

Akrobatická letecká skupina italské armády Frecce Tricolori včera slavnostně přeletěla nad Římem. Italové si připomněli referendum, jímž v červnu 1946 rozhodli o přeměně země z království v republiku. **AP**

Krátce

Twitter mazal

Společnost Twitter smazala účet vystupující jako profil levicově-anarchistického hnutí Antifa. Podle firmy jej však ve skuteč-

nosti vytvořila americká neonacistická skupina Identity Evropa. Příspěvky vyzývaly k násilnostem při nepokojích v USA, jež vypukly po úmrtí černocho George Floyd. **ČTK**

Cyklon se blíží

K západnímu pobřeží Indie se blíží cyklon Nisarga, který má dnes zasáhnout pevninu nedaleko velkoměsta Bombaj. **ČTK**

INZERCE



Karlovy VARY°

Karlovy Vary se mohou letos rozdat.

Přispějí 2 500 Kč na wellness, nebo 5 000 Kč na lázně.

A k tomu MOŘE dalších výhod.

MOŘE ROMANTIKY

Nemusíte do zahraničí abyste si v létě užili ...

www.mestozazitku.cz

Tržní kolonáda 

Odrzte se od DNA a žijte naplno!

Nezdravý životní styl je běžným projevem dnešní doby. Bohužel právě on stále častěji ústí ve zdravotní komplikace. Jednou z nich může být nepřírovnost vylučování kyseliny močové, která v těle krystalizuje. Poté se vytvoří jehličkovité krystalky, jež se postupně usazují v kloubech.



Řešení představuje posilný doplněk stravy z lékárny Enzycol® DNA. Jeho unikátní složení napomáhá k omezení kyseliny močové^{1,2} a podporuje její lepší vylučování z těla². Přípravek obsahuje jedinečný komplex přírodních látek Multi CleanUP™, kde původní trojkombinace extraktu z kyselého višně, celeru a vitamínu C je nyní

obohacena o extrakt z pistácie a kurkumin. Díky přidání zinku je DNA pod kontrolou.

Léto v plné kondici



Na afty v ústech POMŮŽE KONOPÍ

Afty trápí nejčastěji ženy, které se potýkají s vysokým stresem nebo narušeným imunitním systémem. Bělavé puchýřky na sliznicích úst jsou velmi bolestivé a dávají o sobě vědět prakticky neustále.

Pokud se vám v ústech objevila afta, vsaďte na Cannadent regenerační sérum s vysokým obsahem konopného oleje (65%), hřebíčku, arniky, jedle sibiřské a Tea tree. Díky této kombinaci účinných látek sérum urychluje regeneraci poškozených tkání a přispívá ke zmírnění nepříjemných pocitů. Sérum je vhodné také při oparech a otlačích dásní od rotéz či rovnátek.

TIP

Z LÉKÁRNY:

Potýkáte se s otlaky, afty, citlivými zuby a dásněmi? Vyzkoušejte šetrnou zubní pastu Cannadent.



SÍLA HOŘČÍKU Z MRTVÉHO MOŘE zbaví únavy a stresu!



Se stresovými situacemi se setkáváme dennodenně. Často s sebou přináší únavu, nervozitu, a dokonce i ztrátu koncentrace. Nedovolte, aby vás stres a vyčerpání dále ničily. Spolehněte se na sílu hořčíku z Mrtvého moře.

Vyzkoušejte Magnesium Dead Sea z prémiové řady Da Vinci Academia. Tento jedinečný doplněk stravy se vyznačuje unikátní kombinací přírodního hořčíku z Mrtvého moře

(Dead Sea) s vitamíny B6 a B12, díky které budete lépe zvládat únavu a vyčerpání. Hořčík rovněž přispívá k normální nervové a psychické činnosti. Jeho pravidelný přísun vám proto pomůže dokonaleji zvládat stres, nervozitu, navíc podpoří vaši koncentraci. Přispívá také ke správné činnosti svalů, takže se již nebudete muset bát křečí při náročnější fyzické aktivitě. Magnesium Dead Sea žádejte ve své lékárně.

PRVNÍ POMOC pro záda, svaly i klouby

NEJEN NA VÝLETĚ!

Ztuhlá záda, bolest kloubů a namožené svalstvo vás mohou zastihnout nejen na výletě, ale i po náročné práci na zahrádce nebo strnulém sezení za počítačem. Ať už jsou problémy dány věkem, fyzickým výkonem či celkovou ztuhlostí, s mazáním Mentholka už vás nezastaví.

Originální konopné mazání Mentholka rychle a účinně uleví od potíží s namoženými svaly, ztuhlými klouby i bolestí zad. Mentholka, která je k dostání v lékárnách, je vhodná pro seniory, sportovce i oso-



by trpící následky sedavého či fyzicky náročného zaměstnání. Originální receptura s konopným olejem, jedlí sibiřskou a směsí bylin spolehlivě zregeneruje a uleví od bolesti i přetížení a chladivý efekt mentolu příjemně osvěží unavený pohybový aparát.

S mazáním Mentholka si na vás bolest zad, kloubů ani svalů nepříjde.

Sudoku

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

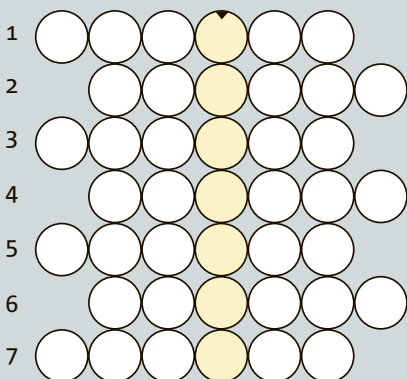
Napište svou bublinu



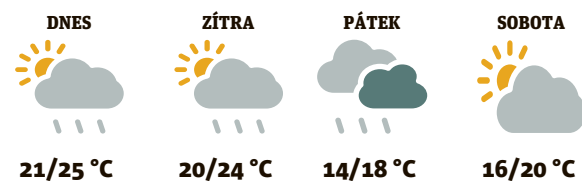
Luštěnka

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

- | | |
|---------------|-------------------------|
| 1. dámská | 4. 3 × 10 |
| 2. malý tchoř | 5. odborník v taktice |
| 3. tesknit | 6. pánské spodní prádlo |
| | 7. cvičební úbor |



Počasí



Teplotní rekordy: ↓ 4,4 °C (1810) ↑ 31,9 °C (1947) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

| ČT1 | ČT2 | Nova | Prima | Óčko |
|---|--|--|---|--|
| <p>15.55 To je vražda, napsala X</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Případy 1. oddělení (22/22)</p> <p>Krimiseriál (ČR, 2013)</p> <p>21.15 Ani ve snu!</p> <p>Romantický film (ČR/SR/Bulh., 2016)</p> <p>22.35 Přítelkyně z domu smutku (2/4)</p> <p>Andy. Drama (ČR, 1992)</p> <p>23.45 Cítilivá místa</p> <p>Drama (ČR, 1987)</p> <p>01.15 Máte slovo s M. Jílkovou</p> | <p>16.00 Evropa dnes</p> <p>16.30 Rezavý ráj (3/4)</p> <p>17.20 Místa ticha</p> <p>18.15 Divočina bez hranic (11)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Babylon</p> <p>19.25 Francie s ozvěnou domova</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>Kamera na cestách: Podivuhodná Asie – Indie</p> <p>20.00 Na cestě po jihokorejském Kjongsangu</p> <p>20.55 Papua Nová Guinea: Dva světy (2/6)</p> <p>21.25 Útěky na Kostariku (3/3)</p> <p>21.50 Gomora IV (7/12)</p> <p>22.45 V pasti II (5, 6/10)</p> | <p>15.55 Dr. House VI (2)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>Co na to Češi</p> <p>17.25 Comeback</p> <p>18.20 Sliby chyby. Sitcom (ČR, 2008)</p> <p>18.50 Hospoda (14)</p> <p>Obránci. Seriál (ČR, 1995)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>MasterChef Česko</p> <p>20.20 Nova je s vámi</p> <p>21.35 Výměna manželek IX</p> <p>23.50 Dr. House VI (2)</p> <p>00.40 Můj přítel Monk V (10, 11)</p> <p>02.25 Krok za krokem II (13)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (712)</p> | <p>16.30 Krimí zprávy</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.40 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.05 Počasí</p> <p>20.15 Modrý kód (259)</p> <p>Ten správněj čas.</p> <p>Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.35 Temný Kraj (10)</p> <p>Krimiseriál (ČR, 2016)</p> <p>23.55 Policie v akci</p> <p>00.45 Policie v akci</p> <p>01.35 Walker,</p> <p>Texas Ranger VII (9)</p> <p>02.30 Poslední polda II (2)</p> <p>03.25 Prostřeno!</p> <p>04.55 Pohoda u krbu</p> | <p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>11.00 Óčko trendy</p> <p>12.30 Óčko hity</p> <p>14.00 Smartmania</p> <p>14.05 Óčko hity</p> <p>15.00 Můj Mixxxer</p> <p>16.30 Óčko hity</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>Top 10 klipů podle diváka Óčka</p> <p>20.00 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>21.00 Óčko hity</p> <p>České a slovenské klipy nebo živá vystoupení</p> <p>23.00 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů ve sřazky diváků Óčka</p> |

Král papíru. Legenda Mario hlásí návrat

Papírové dobrodružství nejznámějšího instalatéra historie dostane již brzy další pokračování. Své fanoušky si série Paper Mario získala díky neotřelému grafickému zpracování a nečekaně vysoké, ale zároveň motivující obtížnosti. První díl vyšel již téměř před dvaceti lety a papírový Mario se tak podíval na slušnou řádku Nintendo konzolí. Poslední z nich bylo Wii U v roce 2015 a od příchodu Nintendo Switch se čekalo, kdy vyjde nový díl i pro tuto velice populární konzoli. Dočkáme se sice až nyní, ale



Fanoušci se dočkali!

MIRONET

podle prvních záběrů ze hry to vypadá, že se čekání opravdu vyplatilo. Hlavní zápletkou tentokrát bude proměnění princezny Peach v origami

skládačku. Nestojí za tím klasičticky Bowser, nýbrž král Olly. Postavte se jeho armádě z překládaných vojáků ve strategických soubojích a řešte pro-

storové puzzle a hlavolamy pomocí skládacích a natahovacích paží, které dostal Mario v tomto dílu do vínku. Možností, jak k soubojům i hlavolamům přistoupit, je nespočet a o úspěchu rozhodne vaše fantazie a strategické myšlení. Hra Paper Mario: The Origami King pro Nintendo Switch vyjde 17. července a vy ji můžete předobjednat už nyní v internetovém obchodě Mironet, kde ji najdete za skvělou cenu 1390 Kč. Zajistěte si originální zápravu s Mariem na dlouhé letní večery ještě dnes.

Zahrajte si The Last of Us Part II mezi prvními!

Kupte si počítačovou hru o půlnoci a levněji!

Půlnoční předprodejové akce internetového obchodu Mironet si oblíbila slušná řádka nedočkavých herních fanoušků, a pokud jste mezi nimi i vy, můžete se začít těšit na další takovou událost. Tentokrát se bude akce týkat nového dílu dnes již legendárního The Last of Us. K předobjednávce této exkluzivity pro PlayStation 4 navíc získáte klíčenku, parádní plakát, pre-order bonus, který vám usnadní začátek dobrodružství a energetický nápoj Big

Shock od partnera půlnočního prodeje, abyste vydrželi hrát až do rána.

Co se týče samotné hry, pokračování The Last of Us je jednou z největších herních událostí tohoto roku a očekávání jsou obrovská. Můžete se těšit na geniálně propracovaný příběh plný zvrátů a nečekaných událostí, ponorou atmosféru postapokalyptického světa a samozřejmě i na dechberoucí grafické provedení, výsperkovaný soundtrack a potěší i české titulky.

Půlnoční prodej The Last of Us Part II se uskuteční 6. 6. na centrální prodejní Mironetu v Praze. Najdete ji kousek od zastávky metra Chodov na adrese Hráského 2231/25. Akce začne již ve 23:45, o půl-



Zažijte dobrodružství v kůži statečné Ellie.

MIRONET

noci pak začne výdej předobjednaných her. Nenechte si ujít herní událost tohoto

roku a zažijte mrazivé napínavé dobrodružství v kůži statečné Ellie jako první.

Digi řešení. Hledají pro zdravotnictví

Zájemci se nyní mohou přihlásit do druhého ročníku soutěže inovativních digitálních a mobilních řešení ve zdravotnictví Czech DIGI@MED Award, a to na www.digimedaward.cz. Třináctičlenná porota sestavená z odborníků v oblasti medicíny, farmacie, digitálních technologií, epidemiologie, obchodu a marketingu vyhodnotí tři nejlepší nápady ve třech kategoriích a biotechnologická společnost Roche je podpoří částkou 300 tisíc korun. V prvním ročníku se zúčastnilo 13 projektů a vzešli z něj tři vítězové: mobilní koč pro mladé lidi s cystickou fibrózou CF Hero, aplikace LISA, která rozšiřuje možnosti současné klinické péče o pacienty s nádorovým onemocněním jater, a zavedená Záchranka, která získala čestné uznání za dosavadní přínos společnosti a pacientům.

Na výlet, dovolenou i na sport. Koupíte na Výstavě stanů a vybavení do přírody!



Výstava je v areálu PVA EXPO Praha Letňany do 16. 8. ARCHIV

Od 29. května do 16. srpna 2020 proběhne v areálu PVA EXPO Praha Letňany už 23. ročník Výstavy stanů a vybavení do přírody. Jedinou akcí svého druhu ve střední Evropě s největší nabídkou sortimentu pro outdoorové aktivity, kempování, turistiku, sport a volný čas pořádá e-shop s outdoorovým zbožím 4camping.cz.

Na již tradiční akci v pražských Letňanech se letos představí 250 outdoorových značek toho nejlepšího, co je v současné době na trhu outdoorového zboží. Nabídka zahrnuje kromě více než 320 postavených stanů stov-

ky modelů turistických bot, sandálů a obuvi pro volnočasové aktivity, kompletní sortiment sportovního oblečení významných českých i světových výrobců, více než 300 modelů spacáků dekových, mumiových, péřových i dětských a stejný počet karimatek, kempinkový nábytek napříč všemi kategoriemi i lezecké vybavení a vybavu do těch nejnáročnějších podmínek.

Hlavní výhodou akce však není jen širší sortimentu, ale také unikátní možnost si dřívou většinu všech stanů, spacáků, karimatek, bot, nábytku i dalšího vybavení pro-

hlédnout, vyzkoušet, osahat, porovnat a rovnou zakoupit.

Pěčlivě vyškolený odborný personál bude po celou dobu akce připraven se vším poradit a zodpovědět jakékoliv dotazy, a i letos na návštěvníky čekají velké výstavní slevy, dárky k nákupu a soutěž o atraktivní ceny, jako je SUV automobil, dovolená dle vlastního výběru, špičkové kolo, hodinky, koloběžky, skialpový set, lety balonem a mnoho dalších. Parkování i vstupné jsou zdarma.

Více informací najdete na www.vystavastanu.cz.

Diginemovitosti už sypou, lidé rádi utrácejí za iluzi

Hra typu letadlo, nebo skutečné podnikání? Realitní kanceláře lákají na prodej pozemků a stavbu nemovitostí ve virtuální realitě.



Pozemky jsou sice nekonečné, ale jen fiktivní. SOMNIUM SPACE

Na skutečném povrchu planety Země volných ploch k developerské činnosti ubývá. Zato ve virtuálním světě „zrcadlem“ je pozemků dost a dost. A kupodivu o ně mají investoři zájem. Sice si na nich nepostaví ani továrnu, ani chalupu, ve které strávíte dovolenou, ale peníze se sem už hrnou.

V jednom ze současných virtuálních světů už nyní působí řada společností z celého světa. Firmy zde nakoupi-

ly pozemky a využívají je jako virtuální sídla, meeting roomy či používají zdejší reklamní plochy. Běžně se zde draží stavební parcely v řádu tisíců dolarů. Zatím se v tomto počítačovém prostředí podařilo prodat pozemek za rekordní cenu více než 27 tisíc dolarů (kolem sedmi set tisíc korun). Některé české realitní kanceláře se už do tohoto byznysu zapojily. Zprostřed-

kují nejen prodej nemovitostí, ale postarají se i o její správu. V rámci virtuálního světa nabídnou realitky několik oficiálních služeb. Konkrétně se jedná třeba o pronájem parcely nebo poskytování profesionální architektonické služby pro majitele pozemků ve virtuálním prostředí.

Už nyní v tomto prostoru aktivně funguje zhruba tisíc stálých a vracejících se uživa-

Prohlídky na dálku

Developeři a realitní kanceláře virtuální prohlídky nabízejí u skutečných nemovitostí.

- V Česku fungují přes 3D brýle prohlídky nabízených nemovitostí už od roku 2017.
- Návštěvu bytu či domu na dálku využívají hlavně zájemci o kratší dobu pronájmu.

telů. Obrat virtuální realitní ekonomiky stále roste. Uživatelé, kteří denně nakupují a prodávají pozemky a kupují nástroje pro správu nemovitostí, generují momentálně přes dva a půl milionu korun týdně. Otázkou je, co se stane, jestli jednou někdo vypne světová digitální úložišť s veškerými daty, jako teď vlády vypnuly své ekonomiky. **PAVEL HRABICA**

Číslo dne

7

Zaměstnanci v Česku odpracovali v dubnu o sedm hodin týdně méně než loni. Práci strávili 28,4 hodiny týdně (před rokem 35,3 hodiny). Jestliže pracovní den loni trval sedm hodin, letos v dubnu pracovali čtyři dny v týdnu místo pěti. U podnikatelů se počet odpracovaných hodin snížil výrazněji, letos v dubnu odpracovali týdně o 12 hodin méně.

Krátce

Hatě praskaly ve švech

Za tři týdny, kdy se znovu otevřela nákupní centra po zmírnění pandemie, nakoupili čeští zákazníci v outletovém centru v Hatích u Znojma o polovinu více zboží než za stejné období loňského roku. Tržby dosáhly loňské úrovně i bez rakouských zákazníků. **ČTK**

Lodě opět zvedly kotvy

Cestující na vyhlídkové palubě lodi Vídeň. Plavidlo odrazilo od břehu během uplynulého víkendů z bystrického přístaviště na Brněnské přehradě. Zahájila se tak letošní plavební sezona. Pěkné počasí přilákalo k projíždce zhruba dvacet nadšenců. Kvůli opatřením v souvislosti s covidem-19 byl letošní start ochuzen o úvodní slavnost a odjezd tak přihlíželo jen několik lidí. **ČTK**



Kola. Každé třetí bude na elektřinu

Prodej elektrokol na českém trhu letos vzroste až o polovinu na zhruba 120 tisíc. Zhruba každé třetí jízdní kolo prodané letos v Česku tak bude mít elektrický pohon. Loni tvořila elektrokola asi čtvrtinu cyklotrhu. Řekl to jednatel největšího tuzemského obchodu s elektrokoly Ekolo.cz Jakub Ditrich.

Letos se podle Ditricha elektrická kola prodávají daleko více on-line a také na

více místech. Nově je začaly nabízet velké řetězce, jako například Mountfield, Hecht, Eurosport nebo Decathlon. Dalším trendem je, že větší na horských elektrokolech je již z prodejny zrychlená na více než 25 km/h, protože se předpokládá, že kola budou primárně používána mimo veřejné komunikace. Zvyšuje se i nabídka nákladních elektrokol, některá uvezou až 260 kilogramů. **ČTK**

INZERCE

**REALIŤÁK
ROKU**

**reality
IDNES.cz**

**ADOL
MONITOR**

Prodáváte byt či dům?

Najděte si prověřeného makléře ve vašem okrese na www.realitakroku.cz.

Hlavní partneři projektu Realiták roku:

CSOB Pojišťovna

REKONSTRUKCE

NH CAR
JEDEME S VÁMI

Mediální partner:

Český rozhlas



Formule 1 už má jistý kalendář



Mistrovství začne v Rakousku na okruhu ve Spielbergu. AP

Nový ročník šampionátu F1 začne za měsíc v Rakousku.

Vedení mistrovství světa už má jasno, jak bude vypadat opožděná sezona. Místo březnového startu se kvůli pandemii koronaviru začne 5. července Velkou cenou Rakouska. Týden nato se na okruhu ve Spielbergu pojedou znovu, pak se formule přesune do Maďarska. Následovat budou dva závody v britském Silverstonu a Velké ceny Španělska, Belgie a Itálie, kde by se mělo jet 6. září. Zatím se všechny závody pojedou bez diváků a za přísných hygienických opatření.

Konečný program seriálu by měl být zveřejněn v nejbližších týdnech. Uskutečnit se má 15 až 19 závodů a mistrovství by mělo skončit v prosinci. „V posledních týdnech jsme neustále jednali se všemi partnery včetně stájí a Mezinárodní automobilové federace, abychom připravili úvodní část kalendáře pro sezonu 2020 a mohli za co nebezpečnějších podmínek začít závodit,“ uvedl na webu šéf seriálu Chase Carey. „Sezona sice odstartuje bez diváků na závodech, ale věříme, že v příštích měsících bude situace už natolik bezpečná, že je budeme moci znovu přivítat zpátky. Jsme přesvědčeni, že návrat formule 1 udělá radost sportovním fanouškům na celém světě,“ dodal. **ČTK**

Krátce

Rallye vyčkává

Promotér mistrovství světa v automobilových soutěžích nechce úspěchat případné rušení závodů a plánuje posunout termín rozhodnutí až do poslední možné chvíle. Před pandemií koronaviru jezdci stihli odjet tři závody a vedení seriálu věří, že nejméně čtyři se ještě letos uskuteční.

Zemřel kouč Žák

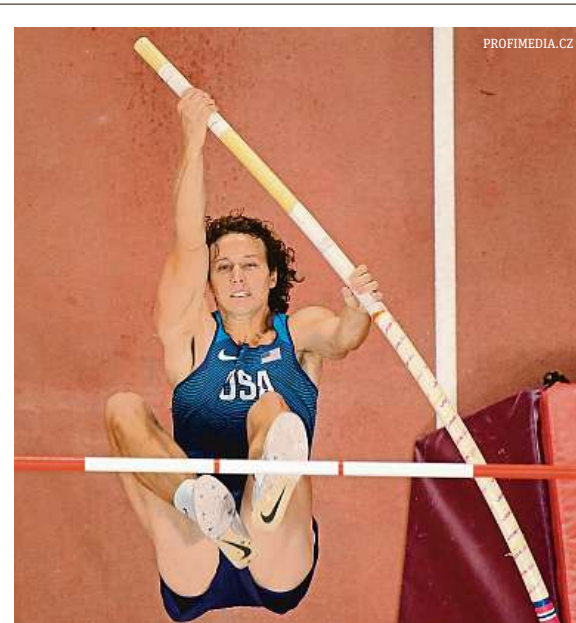
Jeden z neúspěšnějších tuzemských cyklistických trenérů Jaromír Žák zemřel ve věku 86 let. K jeho svěřencům patřili v 70. a 80. letech minulého století vynikající dráhaři v čele s olympijským vítězem Antonem Tkáčem.

Další odklad

Výkonný výbor Fotbalové asociace ČR rozhodl o dalším odložení valné hromady, která se měla uskutečnit 18. června v Olomouci. Důvodem jsou přetrvávající opatření proti šíření nového typu koronaviru. **ČTK**

Start v Račicích

České reprezentanty v rychlostní kanoistice čekají od 12. do 14. června v Račicích svazové testy. Představit by se měla špička včetně kajakářů Josefa Dostála a Radka Šloufa i kanoistů Martina a Petra Fuksových. **MEF**



Tyčkař Walsh pykal za THC

Americký tyčkař Cole Walsh dostal šestiměsíční distanc za pozitivní test na THC, jež mu byla později zmírněna na polovinu. Desátý muž z loňského mistrovství světa v Dauhá byl přistižen na lednovém halovém mítinku v Chotěbuzi, kde skončil třetí. Americká antidopingová agentura uložila čtyřladvacetiletému Walshovi šestiměsíční distanc. Díky absolvování výchovného programu o užívání marihuany dosáhl tyčkař s osobním rekordem 583 cm snížení trestu o polovinu, takže už ho má za sebou. **ČTK**

Messi. Zůstává věrný, klauzuli nevyužil

Fanoušci FC Barcelony můžou mít klidnější spání. Nejlepší fotbalista katalánského klubu Lionel Messi bude oblékat jeho dres i nadále. Španělská média uvedla, že dvaatřicetiletý Argentinec nevyužil klauzuli ve smlouvě, podle níž mohl jednostranně ukončit kontrakt a v létě odejít.

O jeho odchodu se spekulovalo poté, co několikrát kritizoval vedení Barcelony. Messi do klubu přišel ve třinácti letech a od roku 2004 hraje za A tým. Výstupní klauzule v jeho smlouvě, jež vyprší příští rok, je podle médií 700 milionů eur (což je asi 18,7 miliardy korun). **ČTK**



FIFA nechce sankce pro protestující hráče

Mezinárodní fotbalová federace FIFA vyzvala národní svazy, aby netrestaly hráče protestující proti úmrtí černocho George Floyd. Ten minulý pondělí zemřel poté, co mu bělošský policista při zásahu několik minut klečel na krku. FIFA prohlášením reagovala na rozhodnutí německého svazu, jež zahájil disciplinární řízení s hráči, kteří během víkendových zápasů bundesligy připomněli Floydovo úmrtí. Weston McKennie ze Schalke nastoupil s páskou s nápisem „Spravedlnost pro George“, zatímco Jadon Sancho (na snímku vpravo) s Ašrafem Hakimim z Dortmundu měli podobné nápisy na tričku pod dresem. Marcus Thuram (vlevo) z Mönchengladbachu oslavil svůj gól pokleknutím. **2x AP**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30-17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

Práce - nabídka

PRÁKAB PRAŽSKÁ KABELOVNA, s.r.o.
hledá kandidáty na pozice

ELEKTROMECHANIK
vyhláška č. 50/1978 Sb.

KABELÁŘ

obsluha výrobního stroje,
nepřetržitý provoz

**PROGRAMÁTOR
ANALYTIK JUNIOR**
znalost JS

Pracoviště: Praha - Hostivař

Nabízíme:

zájem stabilní společnosti,
práci s moderními technologiemi,
dobrý finanční ohodnocení,
řadu firemních benefitů.

Email: personal@prakab.cz

tel: +420272070115, www.prakab.cz

Starožitnosti

• Solidní sběratel koupí: veškeré starožitnosti od houslí, hodin, šperků, obrazů, sošek až po nábytek. Solidní jednání, platba v hotovosti. 604806535.

Intimní

E.M.A. Europe sro, PO Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zaj. Materna, od 18let, 15min/45Kč, 1min/80Kč v DPH, max. délka hovoru 15 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



• **Nezkušené milenký z tvého města.** Vyber si svou začku a zauč jí. Pošli SMS ve tvaru 49KMD a text na 909 15 40



• **Jsem vdova.** Partnera na stálo už nehledám. Jen muže na erotické chvílky. Hana, 57 let. Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi rovnou napiš SMS na číslo 909 15 45 s kódem 60SKM a tvůj text!

clever

KDO NAKUJUJE CLEVER, NAKUJUJE CHYTŘE

VĚTŠINA
PRODUKTŮ
Z ČESKÉ
REPUBLICY



Clever
Čerstvé
mléko 1,5%
1 l

16⁹⁰



Clever
Granule
pro kočky
2 kg

64⁹⁰

100 g = 3,25 Kč



Clever
Energy drink
0,25 l

6⁹⁰

1 l = 34,50 Kč



Clever
Chipsy
vroubkované
150 g

17⁹⁰

100 g = 11,93 Kč

U NÁS NAJDETE VŠE, NA CO MÁTE CHUŤ, ZA DISKONTNÍ CENY.

www.billa.cz