

metro



Poslední šance. Ochránci evakuují zvířata z Rafáhu

Pouhé dva dny měl majitel **soukromé zoologické zahrady** v Rafáhu na jihu Pásma Gazy Fathi Juma k **odvozu svých zvířecích svěřenců** z oblasti, kde operuje izraelská armáda, do její bezpečnější části. **Jeden ze lvů nyní našel útočiště** ve výběhu malé farmy u Chán Júnisu. Izrael vede operaci v centrální části města Rafáh od víkendu. **MET**

Velké problémy s vratnými obaly

Ve snaze snížit uhlíkovou stopu a omezit obalový odpad se jako řešení mimo recyklaci nabízí znovuvyužitelné obaly. Avšak ani ty nejsou jednoznačným řešením. Za určitých podmínek totiž životnímu prostředí úlevu nepřinášejí, překvapila aktuální analýza.

STRANA 3

Otlých dětí i koček přibývá

Obezita trápí celé Česko, týká se nejen dospělých lidí. Vrásky dělá rodičům i majitelům zvířat. S nemocemi, které se s ní pojí, bojují stále častěji i němé tváře, jak upozorňují veterináři. A péče o lidské pacienty? Ta stojí stát asi třicet miliard korun ročně.

STRANA 7

Black Eyed Peas roztančí Prahu

Před čtrnácti lety Black Eyed Peas vyprodali O2 Arenu. V ČR vystoupí teprve podruhé, a to v červenci. Skupina za více než 25 let své kariéry získala šest cen Grammy a prodala 35 milionů alb. Do Prahy přiveze na začátku prázdnin svou nezaměnitelnou energii.

STRANA 8

McDavid vykročí za nesmrtelností

Dočká se hvězdný útočník Edmontonu Oilers Connor McDavid vytoužené trofeje? Zvládne Florida druhé finále po sobě lépe než vloni s Vegas? To jsou hlavní otázky před vrcholem NHL. O týmech, které se utkají o Stanley Cup, rozhodla včerejší noc.

STRANA 12

„Mír není samozřejmostí“

Podle Paměti národa vzpomínky na druhou světovou válku mizí s odchodem generace, jež zažila nacistickou okupaci a válečné utrpení.

Projekt Paměť národa chystá na květen příštího roku oslavy 80 let od konce druhé světové války, do nichž chce symbolicky zapojit 80 českých měst a obcí. Významné výročí chce pojímout jako vyprávění příběhů různými poutavými formami.

Během výstav, videomappingů v ulicích, filmových večerů, veřejných projekcí, debat, vzdělávacích a dalších aktivit využije svou unikátní databázi tisíců autentických výpovědí přímých účastníků války, které shromažďuje posledních víc než 20 let.

Hlavním poselstvím připravovaných akcí je podle pořadatelů myšlenka, že mír a svoboda nejsou samozřejmostí

a mohou přijít chvíle, kdy je třeba pro ně něco obětovat. O události informovali zástupci organizace Post Bellum, která projekt Paměť národa spravuje. Paměť národa nabízí zapojeným městům a obcím finanční spoluúčast, organizační součinnost, produkci a hlavně svědectví pamětníků z jejich kraje. „Nyní se obrací s nabídkou na hejtmány, primátory, starosty a také firmy či společnosti, kteří si význam oslav uvědomují,“ uvedli organizátoři.

Každé město či obec si může vybrat program z široké nabídky akcí a začlenit příběhy z Paměti národa do svých připravovaných oslav výročí.

Zástupci Paměti národa ukázali na to, že vzpomínky na druhou světovou válku mizí spolu s tím, jak odchází generace, která zažila nacistickou okupaci, válečné utrpení na frontách, v koncentračních táborech a zvěznicích. Jejich vzpomínky ale zůstávají. Paměť národa ve zvukových nahrávkách i videích uchovává svědectví více než



Jedna z loňských expozic pod záštitou Paměti národa

PROFIMEDIA

15 tisíc pamětníků války a protektorátu. „Spolupracovníci organizace od roku 2001 systematicky vyhledávají poslední žijící účastníky a svědky klíčových událostí druhé světové války a nacistického útlaku, stejně jako násilné poválečné odplaty, ve které už o sobě dávala vědět rodící se diktatura komunistická. Na tisících nahrávkách ve sbírce Paměť národa promlouvají svědci válečných zvěstev,

ale i lidského hrdinství – od lidických dětí a přeživších holokaustu až po účastníky odboje a příslušníky zahraničních armád,“ uvedli zástupci projektu.

Post Bellum odhaduje cenu projektu až na 30 milionů korun. Více než polovinu chce dát dohromady od soukromých dárců, druhou část shromáždí od zúčastněných obcí, popřípadě státních institucí.

ČTK

INZERCE



SPA HOTEL DĚVÍN & MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

SVĚTOZNAMÉ LÁZNĚ NABÍZEJÍCÍ NEJČISTŠÍ OVZDUŠÍ A POLOHU UPROSTŘED SLAVKOVSKÉHO LESA

Hledáte místo pro váš pobyt? Co zkusit Mariánské Lázně, lázeňské město, které je zapsané na seznamu UNESCO. Čisté ovzduší, procházky v okolních parcích či lesích, relaxace při vybraných procedurách, nová restaurace v moderním stylu s výbornou českou i mezinárodní kuchyní, to vše je základem pro přísun nové energie a regenerace. Mariánské Lázně kromě procházek nabízejí také cyklistické stezky do blízkého okolí, plavání, možnost zahrát si golf nebo tenis. Vyzkoušejte některý z našich balíčků, které vám dodají novou energii a optimismus. **Uvedené ceny jsou s 15% slevou.**

KOMPLEXNÍ LÁZEŇSKÁ KÚRA & BONUS DENNĚ 1x KÁVA (KÁVOVAR RECEPT)

8 dní / 7 nocí | od 12.860 Kč / osoba *

8 dní / 7 nocí | od 16.450 Kč / osoba **

Nabízíme jedinečnou kombinaci léčebného pobytu v Mariánských Lázních se zaměřením na prevenci, regeneraci a obnovu vitality. Balíček nabízí ubytování v komfortním pokoji, polopenzi, konzultace s lékařem, 3 léčebné procedury denně (dle rozpisu lékařů), 1x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu. Wi-Fi internetové připojení na pokoji i ve veřejných prostorách hotelu zdarma.

ANTI-AGE PROGRAM & BONUS PARKOVNÉ PO DOBU POBYTU (BONUS CENA S 20% SLEVOU)

4 dny / 3 nocí | od 8.860 Kč / osoba *

4 dny / 3 nocí | od 12.900 Kč / osoba **

Věnujte se chvíli jen sami sobě a vyzkoušejte náš Anti-age program a nebudete litovat! Ubytování v luxusním pokoji De Luxe s přípitkem, polopenze, 1x anti-age – protivráskové ošetření (liftingové) ošetření GdC (peeling, čišťení pleti (ultrazvuk), masáž, liftingové sérum a maska), 1x aroma masáž, 1x minerální koupel s přísadou „Linala Fett Oilbad“; 1x plynová obálka (suchá plynová lázeň na krevní oběh a imunitu; 1x 2-hodinový vstup do bazénu, vstup do privátní sauny po dobu pobytu.

WELLNESS & RELAX POBYT (BONUS CENA S 20% SLEVOU)

3 dny / 2 nocí | od 3.880 Kč / osoba *

3 dny / 2 nocí | od 5.930 Kč / osoba **

Odpocíňte si od starostí všedních dnů a přijďte načerpat novou energii. Pobyt zahrnuje: ubytování v pokoji De Luxe s přípitkem, polopenzi, klasickou částečnou masáž (žáda a šije), 1x minerální koupel s přísadou „Linola Fett Oilbad“ (20 min.), privátní saunu, čajovný a kávový set na pokoji, župan, 1x 2-hodinový vstup do bazénu.

*ve dvoulůžkovém pokoji (při obsazenosti 2 osob) | **v jednolůžkovém pokoji



VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKÁCH: WWW.SPAAHOTELDEVIN.CZ/CZ/VOUCHERS/

Příkra 618/2a, 353 01 Mariánské Lázně | +420 354 470 400 | +420 354 621 692 | info@spahoteldevin.cz

Vratné obaly nejsou pokaždé ekologičtější, překvapila analýza

Obalového odpadu v Evropě přibývá.

Ve snaze snížit uhlíkovou stopu a omezit obalový odpad se jako řešení mimo recyklaci nabízí znovuvyžitelné obaly. Avšak ani ty nejsou jednoznačným řešením. Za určitých podmínek, jako jsou dlouhé přepravní vzdálenosti, životnímu prostředí úlevu nepřinášejí, uvádí analýza portálu Evropa v datech. Další možností je využití inovativních materiálů nebo algoritmů, které vypočítají nejmenší množství potřebné velikosti obalu.

Vratné obaly se jeví oproti různým typům jednorázových jako ty zelenější, ukázal přehled studií analyzujících životní cyklus obalů z roku 2020. Avšak jejich potenciál ovlivňuje několik faktorů. Podstatný je počet cyklů, kte-

ré vratný obal absolvuje. Od určitého bodu se však pozitivní efekt opětovného využití obalu takzvaně vynuluje emisemi. Ty vznikají při čištění a transportu, které jsou běžnou součástí cyklu vratného obalu. Přeprava je u vratných obalů zodpovědná za největší emise. „Zatímco na kratší přepravní vzdálenosti je tedy vhodné vsadit na vratné obaly, v případě delších vzdáleností mírají menší dopady na prostředí ty jednorázové,“ uvedla analytička Evropy v datech Hana Vincourová.

V neprospekch znovuvyžitelných obalů může hrát také to, že je lidé dostatečně nevracejí. Při volbě, jestli využít raději jednorázové plastové obaly, nebo ty znovuvyžitelné, je zásadní, kolika cykly se daří vratné obaly takzvané protočit. Vratné plastové sáčky nabízejí v oblasti elektronického nakupování podle studie z roku 2020 oproti těm

jednorázovým ekologičtější řešení ve většině případů už po jednotkách použití. Znovuvyžitelné plastové krabice se ale v porovnání s jednorázovou alternativou ekologicky vyplatily jen v případě, že absolvovaly minimálně 32 cyklů. Avšak podle analýzy je ve většině případů použití vratných plastů k prostředí šetrnější. Za rok 2021 podle dat Eurostatu vznikl největší nárůst obalového odpadu za deset let. V Evropské unii ho na jednoho obyvatele připadalo 188,7 kilogramu, což je o 11 kilogramů více než v roce předchozím, vyplývá z unijních dat. Hlavní evropskou legislativou je v oblasti obalových odpadů Směrnice o obalech a obalových odpadech.

Ta v současnosti stanovuje míru využití obalových odpadů na minimálně 60 procent a míru recyklace na alespoň 55 procent, přičemž do roku

2030 se podíly ještě budou zvyšovat. Firmy mají ve výsledku na výběr z několika cest, kudy se při eliminaci odpadů obalů na životní prostředí vydat. V Česku například systém vratných plastových krabic a obálek využívá operátor T-mobile. „Průměrná otočka trvá asi osm pracovních dní, jednu vratnou krabici tedy nyní otočíme asi třikrát do měsíce,“ řekl Martin Zmeškal ze společnosti T-mobile. Celkem je asi polovina zásilek dopravena ve znovuvyžitelných obalech. Alternativním řešením je využívání inovativních materiálů, jako je například Myco od českého start-upu, založených na houbovém myceliu. Společnost Alza problematiku kolem obalů řeší zavedením nástroje, který pomocí algoritmu vypočítává rozměry obalů tak, aby byly podle potřeb konkrétního produktu co nejmenší. **ČTK**



Kromě recyklace existují další využití obalů. PROFIMEDIA

SLOŽITÉ VÝPOČTY

2020

Od roku 2020 platí nová pravidla pro výpočty nárůstu obalů, a srovnání mezi lety je obtížnější. **MET**

INZERCE

BENU

LIVSANE

Podpora zmírňování pocitu těžkých nohou

LIVSANE Diosmin Complex Premium

60 tablet

- Prémiový přípravek s unikátním složením: extrakt ze semen jírovce maďalu-kaštanu koňského (*Aesculus hippocastanum*)*, diosmin 450 mg, hesperidin 50 mg, aescin 30 mg, rutin 25 mg a vitamin C.
- Pro normální funkci krevních cév.**

229 Kč

Doplnek stravy. *Extrakt ze semen jírovce maďalu-kaštanu koňského (*Aesculus hippocastanum*) přispívá k udržení normální činnosti cévní soustavy a pomáhá zmírňovat pocit těžkých nohou. **Vitamin C přispívá mimo jiné k normální tvorbě kolagenu pro normální funkci krevních cév, k ochraně buněk před oxidativním stresem a k normální funkci imunitního systému. Doplňky stravy nenahrazují pestrou a vyváženou stravu ani zdravý životní styl. Nepřekračujte jejich doporučené denní dávkování a uchovávejte je mimo dosah dětí. V některých kamenných lékárnách BENU je zboží k dostání pouze na objednávku, rovněž se mohou v jednotlivých kamenných lékárnách BENU lišit běžné ceny zboží. Informujte se ve své kamenné lékárně BENU o dostupnosti a ceně zboží. Případné změny této nabídky a/nebo tiskové chyby této informace jsou vyhrazeny.



Světlo může zachránit život



Při jízdě na kole je důležité dodržovat pravidla. Například helma by měla být standardem. PROFIMEDIA

Helma by měla být standardem při každé cyklovyjízdě.

Včera se pod záštitou OSN konal již šestý ročník Světového dne jízdního kola. Významný den připomínal důležitost, všestrannost a hlavně ekologičnost tohoto dopravního prostředku. Zároveň to byl den příležitosti ke zopaková-

ní si základních bezpečnostních pravidel městské i sportovní cyklistiky. Jedním z nich je i v posledních letech stále častěji diskutované téma denního svícení. I proto maloobchodní cyklistická síť Mojekolo realizuje projekt Zapni světlo.

V posledních pěti letech zažila obrovský boom i cyklistika sportovní. Ruku v ruce s rozvojem cyklistiky jde samozřejmě počet stoupajících

nehod. Téma bezpečnosti a ochranných prvků je tak více než namístě.

„Příčin vážných cyklistických úrazů je více. Ať už je na vině alkohol, nebo přecenění zkušeností, nezvládnutí terénu, špatné vybavení, či neodhadnutí sil, následky mohou být fatální. Je na nás, na prodejcích, abychom zákazníky edukovali o rizicích. Samozřejmostí by měla být jednoznačně helma. Vždy a všude,“ zdrazňuje Jan Schindler, majitel maloobchodní sítě Mojekolo, a dodává: „Celoevropským trendem se pak stává i denní svícení. I během nastávajících měsíců, v létě, mohou nastat situace, kdy je cyklistova viditelnost podstatně nižší. Takovým případem je ostré protisvětlo či stín. Pokud cyklista nesvítí ani neblinká, ostatní účastníci provozu ho mohou lehce přehlédnout a neštěstí je na světě.“

Základní sada světel a blikáček by tak měla být v celoroční výbavě každého cyklisty. Podle dostupných statistik blikání i ve dne snižuje riziko

vážné nehody o 19 procent. Na tato fakta upozorňuje iniciativa Zapni světlo, jež byla spuštěná na podzim roku 2024 sítí Mojekolo.

Mezi ambasadory projektu patří například snowboardistka Eva Adamczyková, bývalý profesionální cyklista Jan Hruška nebo ultramaratónová cyklistka Peggy Marvanová.

Helma by měla být standardem při každé cyklovyjízdě. Bohužel také to je nutné si stále připomínat – a to nejen v rámci Světového dne jízdního kola.

Podle dostupných dat projektu Nakolejenspiilbou.cz bylo v roce 2023 při dopravních nehodách usmrčeno 39 cyklistů, dalších 251 jich bylo těžce zraněno. Nejvíce usmrčených bylo ve věkové kategorii 65 až 74 let.

Alarmující je, že téměř 72 procent usmrčených cyklistů nemělo na hlavě přilbu. Právě během letních měsíců, kdy se zvyšuje počet cyklistických nehod, je nutné věnovat bezpečnosti pozornost více než kdy jindy. ČTK

KRÁTCE

1500 padělků

Ostravští celníci zadrželi na letišti v Mošnově na Novojičínsku zásilku 1500 padělaných adaptérů na telefon značky Samsung, celkem v hodnotě okolo 500 tisíc korun. Firmě, která si padělky nechala poslat, hrozí nyní pokuta až deset milionů korun. Informace sdělila mluvčí Celního úřadu pro Moravskoslezský kraj Zuzana Němcová. „Zásilku z Hongkongu si nechala mezinárodní přepravní společnost doručit ostravská firma. Objednané zboží za bezmála půl milionu korun však k adresátovi nedošlo. Celníci si zásilku vytipovali k fyzické kontrole, při níž vzniklo podezření z porušování práv duševního vlastnictví,“ vysvětlila Němcová a dodala, že zboží celníci zajistili a pak ho uložili ve skladu celního úřadu do doby, než se případ uzavře. ČTK

INZERCE

PROČ STOUPÁ POPULARITA STRANY PRO

a proč lidé začínají přemýšlet o její volbě?

V poslední době je zajímavé sledovat, jak stoupá občanská podpora strany PRO a stále více lidí si začíná všimnout jejího odlišného přístupu. Jejich program je jasný a srozumitelný, zaměřený na reálné potřeby občanů a na dosažitelné cíle.

Důvěru voličů si získává i díky transparentnosti a plnění slibů, a to i přesto, že je novou a neparlamentní stranou.

Popularitu PRO - Jindřicha Rajchla lze také sledovat v kontextu současné politické scény, která se zdá být postavena na slibech a málo konkrétních krocích. Dle průzkumu lidé touží po jasných a konkrétních řešeních, která jim strana PRO nabízí. Nebojí se nahlas a férově pojmenovat problém, navrhnout expertní



PRO – Jindřicha Rajchla

řešení a představit odborníka, který se umí problematikou naplno zabývat. Její program není pouze o teoretických slibech, ale o konkrétních krocích, které mají skutečný pozitivní dopad na životy občanů.

I když je někdy označována za „protisystémovou“, avšak dle odborníků je

její politický program zaměřen na prosazování tradičních hodnot, a národohospodářských zájmů. To může být klíčovým faktorem, proč stále více lidí nachází názorovou shodu s touto stranou.

Možná je čas si uvědomit, že politická mapa se po

stupně mění a PRO - Jindřicha Rajchla není jen „další“ politickou stranou, ale možná je i klíčem k aktuálním potřebám občanů. Důležitou roli hraje i silná poptávka veřejnosti po nové politické krvi, která prosadí systémové změny, jež naše země bezesporu potřebuje.

POLITIKA

Jak na cestovatelský průjem

Léto přímo vybízí k cestování do exotických zemí, jenže dovolená s sebou nese i zdravotní rizika. Nejčastějším onemocněním cestovatelů je průjem. Ten dovede dovolenou nepěkně pokazit. Přečtěte si, co by ve vaší cestovní lékárníчке nemělo chybět.

Zaživací problémy nás nemusí dostihnout pouze v exotických zemích. I při pobytu v Česku na nás může číhat nejedno nebezpečí. Příčinou průjmů mohou být bakterie a viry, typicky například z potravin připravovaných v nehygienických podmínkách. Při delších ces-

žování hygienických zásad. K základním tipům pro dovolenou ve vzdálenějších lokalitách patří používání balené vody jak na pití, tak například na omývání ovoce nebo čištění zubů. Pozor si dávejte i na led v nápojích, rozhodně je lepší mít teplejší limonádu, než protivný průjem.



tách nás může potrápít přechod na nezvyklou stravu, roli může hrát stres z balení, náročné cesty, péče o potomky nebo jen prostá únava z cestovatelských aktivit.

Když prevence nestačí

Nejdůležitějším preventivním opatřením je dodr-

žování hygienických zásad. K základním tipům pro dovolenou ve vzdálenějších lokalitách patří používání balené vody jak na pití, tak například na omývání ovoce nebo čištění zubů. Pozor si dávejte i na led v nápojích, rozhodně je lepší mít teplejší limonádu, než protivný průjem.

Pro všechny případy je ale dobré si s sebou zabalit prostředky, které od potíží rychle pomohou. V součas-

nosti už můžete volně v online i kamenných lékárnách koupit šetrné a účinné přípravky, které působí skutečně rychle, a vy se tak budete moci vrátit zpátky k vašim plánům.

První pomoc při průjmu

Zabalte si s sebou přípravky s tanátem želatiny: Jejich výhodou je v tom, že působí proti všem typům průjmu, takže nepotřebujete řešit jeho příčinu.

Tanáť želatiny je látka přírodního původu, která působí tak, že vytvoří na střevní sliznici ochranný film, který chrání střevní stěny a další orgány před nepřátelskými mikroby, neutralizuje zánětlivé procesy ve střevě a elimi-

nuje škodlivé látky ve střevě tím, že podporuje rychlejší odchod bakterií a virů z těla.

Kromě toho, že tanáť želatiny rychle uleví od akutního průjmu a šetrně obnoví funkci střev, pomůže také od nepříjemných příznaků, jako jsou bolesti břicha a křeče, které průjem často doprovází.

Praktické je, že jej mohou využívat i děti již od narození. Pro malé děti se prodává prášek v sáčkích, který jim jednoduše můžete vmíchat do tekuté stravy nebo nápoje.

Pomáhají tekutiny i lehké jídlo

A co dalšího můžete udělat pro to, abyste se v pří-

padě průjmu co nejdříve zase cítili fit? V první řadě byste neměli zapomínat na dostatečný přísun tekutin, dehydratace může být totiž obzvlášť v horkém podnebí velmi nebezpečná. Úplně nejlepší je voda či chladnější bylinkový čaj, naopak příliš by vám nepomohly sladké limonády, mléko nebo káva. Co se týká jídla, není potřeba držet žádnou speciální dietu, snažte se jíst v menších porcích lehké potraviny, naopak raději nepokoušejte vaši trávicí soustavu kořeněnými a tučnými pokrmy.

Pokud průjem trvá déle než 48 hodin, připojí se k němu horečka, krvavé stolice či zvracení, měli byste vyhledat lékaře.

NENECHTE SI ZKAZIT DOVOLENOU



Rychle* vyřeší akutní průjem



Šetrně obnoví funkci střev

BAUSCH Health

Čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání. Tasectan je zdravotnický prostředek určený k obnově fyziologické funkce střevní stěny. Číslo notifikované osoby: 0373. *Podle výsledků klinických studií účinkuje tanáť želatiny již do 12 hodin.

PŘÍPRAVEK na LUPÉNKU tchajwanských mnichů!

„Psoriázové skvrny na mých dlaních, kolenech, loktech a krku byly každým dnem menší. Po 9 dnech jsem je sotva viděl a po 11 byla moje pokožka dokonale hladká!“

Tchaj-wan si většina lidí spojuje s konfliktem s Čínou, který se může změnit v další světovou válku. Málokdo tam byl a málokdo ví něco víc o Tchaj-wanu a hlavně o tom, že v této zemi... je nejnížší procento pacientů s psoriázou na celém světě! Mnoho tchajwanských lékařů vyrábí přírodní přípravky na neudu, které jsou na našem kontinentu považovány za nevléčitelné!

Přesvědčil se o tom Švýcarský dermatolog z Lausanne:

„V roce 2021 se mi zhroutil celý život. Soukromý i profesionální. Letos mi zemřela matka, rozvedl jsem se a zjistil jsem, že několik desetiletí mé vědecké práce bylo prakticky k ničemu...“

Rozhodl jsem se stát dermatologem jako teenager. Bylo mi 16, když se u mě objevila psoriáza. Pro mladého chlapce to byla noční můra. Měl jsem na ruce opakující se boule, které se nedaly skrýt. Navíc na krku, hrudi, kolenu, loktech... Ve škole mi říkali „ještěřka“. Upadl jsem kvůli tomu do depresí, chodil jsem k psychologovi.

Léčil jsem se všemi způsoby, ale vždy jsem slyšel, že lupénka je nevléčitelná. Pak jsem se rozhodl, že na lupénku najdu lék, i když to přede mnou nikdo nedokázal.

Svou ženu jsem potkal na vysoké škole. Moje lupénkové skvrny jí nevadily, protože podobné měl její otec. Je to přece obyčejný neduh. Za několik desítek let své práce jsem na sobě a tisících svých pacientů vyzkoušel vše, co bylo dosud na lupénku vynalezeno. Přípravky, které jsem dovezl, byly z jiných evropských zemí, případně z USA nebo Kanady. Nikdy jsem si nemyslel, že neobjevený způsob na psoriázu byl v zemi, která byla pro mě a mé kolegy Třetím Světem!

Rok 2021 byl nejhorší rok mého života. První zemřela moje matka na rakovinu. O pár měsíců později mi manželka oznámila, že odchází. Jako důvod uvedla, že trávím dny v práci a zanedbávám rodinu. Nemohl jsem popřít, že měla pravdu... To vše mě přimělo žít ve velkém stresu, kvůli kterému lupénka téměř vždy útočí s dvojnásobnou silou! Ruce jsem měl pokryté svědivými šupinami. Krémy na svědění nepomáhaly. Celou dobu jsem se škrábal, kůže mi všude padala, lidé se ode mě na ulici vzdalovali.

Byl jsem deprimovaný, nic se mi už nechtělo. Pak mi můj přítel navrhl... odjet na Tchaj-wan. Christian je cestovatel a fotograf, procestoval celý svět. Právě taková exotická, méně oblíbená místa má nejraději. V tu chvíli jsem potřeboval nějakou pestrost. Souhlasil jsem.

Na Tchaj-wanu jsme se ubytovali v hotelu ve městě Xinzhu. Christian běhal od rána do večera s kamerou a já... se začal zajímat o buddhistický klášter. Přečetl jsem si, že tam byly nějaké meditační kurzy, a zoufale jsem potřeboval chvíli klidu. Byl jsem uzlíček nervů.

Šel jsem do tohoto kláštera a zúčastnil jsem se skupinové meditace, ale nebyl jsem schopen se uklidnit, protože... celou dobu jsem se škrábal na rukou! Nakonec jsem to nevydržel. Místo abych se uklidnil, cítil jsem ještě větší vztek. Na mou lupénku a na celý život. Vstal jsem a chtěl odejít, ale jeden z mnichů mě dohnil.

Dal mi pytlík něčeho, co vypadalo jako naše pilulky

Intenzivně voněl, takže jsem poznal, že to jsou nějaké bylinky. Mnich se na mě usmál, ukázal na mé ruce, na pytlík a odešel.

Vrátil jsem se do hotelu. Ty bylinkové kuličky jsem vůbec nechtěl spolknout. Neproověřený přípravek jsem zpravidla nebral. Ale další den mě psoriatické léze tak svědily, že jsem si myslel, že se zblázním! Nepomohly žádné masti přivezené ze země. V nějakém amoku, škrábjící se jako blázen, jsem spolkl jednu pilulku od mnicha. O vteřinu později jsem byl na sebe naštvaný, že jsem to udělal, protože jsem netušil, co to doopravdy je. Pak mi dcera volala ze Švýcarska. Zvednul jsem to, povídali jsme si půl hodiny, pak jsem si začal připravovat něco k jídlu a ... najednou jsem si uvědomil, že mě už nesvědí ruce!

Nebyl jsem vůbec přesvědčen, že to svědění zastavila pilulka od mnicha. Pomyslel jsem si, že díky rozhovoru s dcerou jsem se uvolnil a zapomněl na svědění, ale nebyl jsem si jistý a... druhý den jsem spolkl další pilulku.

To, co se stalo v následujících dnech, dodnes nazývám zázrakem. Svědění se nevrátilo a lupénkové skvrny na mých rukou, kolenu, loktech a krku byly každým dnem men-

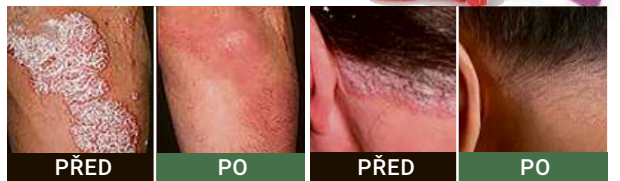
Odrůda bobule Gou Qui Zi, vyšlechtěná mnichy z kláštera Xinzhu.

Podle laboratorních testů, extrakt z těchto klášterních plodů v kombinaci s 12 dalšími přírodními složkami:

+ výrazně snižuje svědění a pálení již po jedné dávce

+ eliminuje všechny psoriatické změny za 7-21 dní

+ obnovuje správné fungování imunitního systému



ší. Po 9 dnech jsem je sotva viděl a po 11 byla moje pleť dokonale hladká! Takhle moje ruce a nohy vypadaly naposledy před mými 16. narozeninami!

Vrátil jsem se do kláštera. Mnich, který mi dal přípravek, byl velmi laskavý a přesně vysvětlil, z jakých surovin je vyroben. Některé z nich jsou rostliny pěstované mnichy na území jejich kláštera. Ale pak anglicky řekl:

„Ve Vašem světě nebudou chtít naše léky!“

Slova mnicha se ukázala prorocká... Vrátil jsem se do země a i když jsem byl sám živoucím důkazem účinnosti tchajwanského přípravku, moji profesní kolegové... ani neměli zájem ověřovat jeho účinnost v laboratorních podmínkách. Rozhodli se, že přípravek dočasně zabral a lupénka se za chvíli vrátí. Nepřesvědčila je ani skutečnost, že měsíce plynuly a moje psoriatické léze se vůbec nevracely!

Měl jsem dojem, že prostě... raději dávají svým pacientům stále stejnou metodu. Drahé a nefunkční!

Výzkum nad přípravkem jsem financoval sám. Sám jsem si našel dobrovolníky na testy, které potvrdily jeho téměř 100% účinnost v boji s psoriázou a jejími příznaky. Nyní je mým cílem, aby se o tomto přípravku dozvědělo co nejvíce lidí s lupénkou“.

Profesor dovezl všechny potřebné ingredience z Tchaj-wanu a našel farmaceutickou společnost, která přípravek vyrobila.

V současné době v rámci propagační kampaně koupil inzeráty v 16 evropských zemích včetně Česka, aby navrhl vyzkoušet přípravek na lupénku... zcela **ZDARMA!**

Pro každou zemi je 130 balení přípravku zdarma.



555 441 802

Po-Pá 8:00-20:00,
So-Ne 9:00-18:00;
náklady za běžný hovor.

Obezita trápí celé Česko. Vrásky dělá rodičům i majitelům zvířat

Diabetem trpí nejen bývalý prezident. Cukrovka spojená s nadváhou zasahuje i němé tváře.

Český zdravotní systém přichází kvůli kilogramům navíc asi o třicet miliard korun ročně. Ty totiž musí vynaložit na léčbu nemocí spojených s obezitou. Ať již na zákroky, medikamenty, nebo speciální vybavení.

„Ty náklady se nepřímo vztahují i k invaliditě, předčasným úmrtím a také ke ztrátě pracovní produktivity,“ varuje farmakoekonom Tomáš Doležal. Odhaduje se totiž, že do roku 2060, pokud se přístup k životosprávě české populace nezmění, vysplhají celkové náklady českého zdravotnictví v tomto směru až na 700 miliard korun za

rok. Což je téměř pětkrát víc, než představuje letošní rozpočet ministerstva obrany.

Obzvláště varovné jsou signály ohledně nadváhy a obezity u dětí a mladistvých. „Špatnou zprávou je, že větší na obézních dětí zůstává obezní i v dospělosti,“ konstatuje Jan Boženský, primář dětského oddělení vitkovické nemocnice v Ostravě a člen České obezitologické společnosti.

Příčiny jsou setrvalé, řadí se k nim nejen nulové vzory v rodině ohledně zdravého stravování nebo pohybu, ale i rostoucí podíl energetických a vůbec slazených nápojů v dětském stravování.

Kočka divně chodí? Pozor, může trpět cukrovkou

Takzvanou prezidentskou nohou, za niž může cukrovka, netrpí ale pouze bývalá hlava státu a další pacienti s cukrovkou. Stále častěji se s diabe-

tem setkávají zvěrolékaři. Choroba postihuje především kočky, a to hlavně ty obézní. „Doporučuji kočku sledovat. Když se začne víc schovávat, víc pít nebo když divně chodí,“ vysvětluje Martina Načeradská, veterinářka z pražské Veterinární kliniky. Vyplatí se proto sledovat u kočky i hmotnost, která je někdy příčinou diabetu a dalších chorob.

Podle střizlivých odhadů trpí cukrovkou s podobnými příznaky a následky každá dvoustá kočka. Údaj ovšem platí pro celosvětovou populaci těchto zvířat. V Česku jich je asi jeden a půl miliónu, což by bylo kolem 7,5 tisíce diabetických zvířat. V porovnání s lidmi jsou na tom ovšem kočky-diabetičky lépe, v Česku má cukrovku každý dvanáctý obyvatel.

Kolik je obézních domácích zvířat, hlavně koček a psů, na to statistiky neexistují. Odhadovat to lze ale pouze z údajů konkrétních veterinárních ordinací. „Asi pětadvacet až čtyřicet procent psů a koček, které přicházejí na kliniku, je obézních,“ uvádí zjištění veterinární kliniky Vethope v Praze.

MASTNÁ POKUTA

7,5

Až tolik tisíc eur pokuty může vídeňský zvířecí ombudsman udělit majiteli za to, že nadváha způsobuje zvířeti bolesti.

poň co do hmotnosti to může platit často. Stravovací návyky člověka se přímo přenášejí i na jeho zvíře. U doma připravovaného krmení platí víc než u kupovaného, že majitel nedokáže určit energetickou hodnotu. Kromě toho, že se snaží, aby v misce byla stále nějaká potrava, takže pes či kočka mají neomezený přístup k jídlu, i když je jejich výdej energie minimální.

Bývá to přímý otisk životního způsobu majitele zvířete. Buď přikrmuje u televize psa chipsy či jinými laskominami jako sebe, nebo dopřeje zvířeti pohyb nanejvýš nutný pro krátké vyvenčení. „Sedavý způsob života, spojený s podobným životním stylem majitelů nebo jejich nepřítomností po většinu dne, je jednou z příčin obezity u psů,“ konstatuje ve webové poradně obchod s krmivem a současně klubu chovatelů VetExpert. **PAVEL HRABICA**



Kartou, nebo hotově?

Bez peněz k veterináři nelez. Kvůli včasnému zachycení cukrovky u zvířete doporučují veterináři minimálně jednou do roka kontrolu, pokud už zvíře diabetem trpí, tak ještě častěji. A na kolik korun to může vyjít? Namátkově z ceníku jedné veterinární kliniky: vstupní vyšetření (790), klinické vyšetření (590), kontrola (450), diagnostika kulhání (až 1400), odběr a vyšetření krve (350), případně echokardiografie (až 2500). Pokud veterinář nasadí v souvislosti se zvířecí obezitou a cukrovkou léky, počítejte s dalšími pravidelnými měsíčními náklady kolem 2500 až 3000 tisíc korun. Často se stane, že obézní domácí zvířátko jen kopíruje tělesný vzhled majitele. **PH**



INZERCE



LEPŠÍ JÍDLO NEJEN PRO NAŠE ZÁKAZNÍKY

Příspěvek přes 2 000 Kč měsíčně na stravování

PRÁCE, KTERÁ DÁVÁ SMYSL



www.albert.cz/kariera

Black Eyed Peas roztančí Žluté lázně

Před čtrnácti lety vyprodali O2 Arenu. V Česku vystoupí teprve podruhé.

Shut Up, Pump It, Boom Boom Pow nebo I Gotta Feeling. Pecky, které bořily hitparády, zazní v pražském Podolí. Legendární The Black Eyed Peas se po letech vrací do Česka, 10. července vystoupí ve Žlutých lázních.

Skupina za více než 25 let své kariéry získala šest cen Grammy a prodala 35 milionů alb. Do Prahy přiveze začátkem prázdnin svou nezměnitelnou energii. Lístky na koncert pro šest tisíc lidí jsou již v prodeji. „Očekáváme velký zájem, proto doporučujeme zajistit si vstupenky co nejdříve,“ vzkazují fanouškům pořadatelé.



Současnými členy kapely The Black Eyed Peas jsou Taboo (vlevo), will.i.am (uprostřed) a Apl.de.ap.

ARCHIV KAPELY

The Black Eyed Peas tvoří will.i.am, Apl.de.ap a Taboo. O ženský vokál se stará filipínská zpěvačka J. Rey Soul,

kteřá se skupinou vystupuje od roku 2018, kdy The Black Eyed Peas opustila zpěvačka Fergie.

MET

HISTORIE

The Black Eyed Peas je americká hiphopová skupina z Los Angeles, ale od roku 2009 se spíše zaměřuje na dance a elektro žánr.

- Počátky kapely sahají do roku 1988, když se na škole potkali William Adams (will.i.am) a Allan Pineda Lindo (Apl.de.ap). Nahráli dokonce i jedno CD, ale to nikdy nevyšlo.
- Zpěvačka Fergie se přidala v roce 2001. Původně mělo jít jen o dočasnou spolupráci. Úspěch alba Elephunk z ní ale udělal stálého člena kapely. Po několika letech se ale nakonec vydala na sólovou dráhu.



TRANZISTOR LABEL

Sedmnáctiletá Kaya vydává debut

Teprve sedmnáctiletá zpěvačka Kaya má za sebou tři singly, přesto si ji platforma Spotify vybrala jako tvář pro dvě mezinárodní kampaně a držela se na předních příčkách playlistů. Debutové EP s názvem I Am Supposed To Be Sad je autorskou výpovědí mladé skladatelky, která se sama doprovází na klavír a věnuje se i hudební produkci. Novinku pokřtí Kaya se svou kapelou ve čtvrtek 6. června na pražském Střeleckém ostrově v rámci otevření nové sezony Headliner Pontonů od 20 hodin.

MET

KRÁTCE

Springsteen vystoupí za rok

Americký zpěvák a skladatel Bruce Springsteen vystoupí v pražských Letňanech 15. června příštího roku. Vstupenky ze zrušeného koncertu ze dne 28. května jsou platné i na tento termín a není nutné je měnit. Refundace vstupenek je možná po dobu následujících tří měsíců, tedy do 3. září 2024. Springsteen v Letňanech nevystoupil kvůli zdravotním problémům.

ČTK

Vypsaná fiXa přidává koncert

Rozhodli se vyjít vstříc svým fanouškům, kteří si nestačili koupit vstupenky na narozeninový koncert 21. srpna a přidávají další. Vypsaná fiXa na pražském Střeleckém ostrově zahraje také v úterý 20. srpna, tedy přesně třicet let poté, kdy vydala úplně první demo No Burp! Součástí akce je například také výstava unikátních fotografií mapujících celou historii skupiny.

MET

Pragovka otevírá hned čtyři výstavy

Se čtyřmi novými výstavami přichází pražská Pragovka Gallery. Skupinová výstava A Spring of Hope, A Winter of Despair ve spolupráci s rumunskou asociací Contrasens otevírá téma naděje v konceptuálním umění. Výstava Geovýběh představuje průřez prací umělce Martina Káni reflektující geopolitická témata. Výstava Broken Femur Šárky Koudelové a Gideo-

na Horvátha vyzývá k uzdravení společnosti a čtveřici uzavírá video série Daniela Nováčka Rekonstrukce č. 6, zkoumající omezení současné podoby narace. Zahájení všech výstav se uskuteční ve čtvrtek od 18 hodin.

Výstavy budou otevřeny od úterý do pátku od 13 do 19 hodin a o víkendů od 12 do 18 hodin až do 29. srpna. Více na pragovkagallery.cz.

MET

Inkontinence moči? Už vás neděsí!

Opravuje močový měchýř za 96 hodin. A JE A JE K DOSTÁNÍ ZA 0 KČ Přestaneš běhat na záchod.



Rozlučte se s plenkami, studem, bolestí, pálením a zápachem.
Tento prostředek navrátil důstojný život 1,5 milionu Evropanů!

Jediný způsob, jak doma utěsnit močový měchýř! Kúra vyvinutá předními odborníky v oboru urologie vás zbaví pomočování a pocitu neustálého tláčení - bez chirurgického zákroku nebo lékařského dohledu. „Nezáleží na tom, jaký typ inkontinence vás postihl. Náš přípravek si s ní poradí okamžitě a navždy,“ říká Edvard Holland - tvůrce přípravku. U příležitosti uvedení na trh v České republice rozdáváme 100 balení zdarma. Chtěli byste jeden z nich získat? Okamžitě nám zavolejte - platí pravidlo „kdo dřív přijde, ten dřív mele“!

Přelom v boji proti inkontinenci! Britští odborníci vytvořili metodu, která z vašeho života konečně vyloučí mokré skvrny na spodním prádle, honičky na záchod, noční vstávání a další nepříjemnosti. Účinnost tohoto inovativního výrobku je přímo šokující: až 98 % uživatelů získalo plnou kontrolu nad močovým měchýřem v průměru za 96 hodin.

Jedno GENIÁLNÍ ŘEŠENÍ pro 3 typy inkontinence:

1. Exerciční (při kašli, smíchu, námaze)
2. Urgentní (noční pomočování, zánět močového měchýře)
3. Z přeplnění (po těhotenství nebo při hypertrofii prostaty)

Pod tímto číslem na vás čeká balíček přípravku:

467 027 049

ZAVOLEJTE, než vás předběhnou!

Už žádný život pod diktátem protivného močového měchýře!

Než jsem se dozvěděla o tomto produktu, točil se můj život kolem... toalety! Když jsem někam šla, musela jsem se ujistit, že je tam otevřená toaleta. Už zase zvládám dlouhé cesty na nákupy do obchodu, žádné fronty... Přípravek Pro. Hollanda způsobil, že nyní ovládám svůj močový měchýř, a ne svůj močový měchýř! Už jsou to 4 měsíce, co ho používám, a mezi návštěvami toalety vydržím až 2,5 hodiny!



Danička, 52 let, Telč

Po 4 dnech jsem byl úplně novým člověkem

Myslel jsem, že inkontinence je ženské trápení, ale bohužel... V mých 60 letech a ve mně tam dole se to uvolnilo. Styděl jsem se, že mám s čistotou větší problémy než můj tříletý vnuk. Naštěstí mi syn, který je vědec, přivezl z nějakého zahraničního symposia tento přípravek. Vzal jsem si ho a od té doby nevím, co je to únik. Po čtyřech dnech jsem přestal v noci vstávat na záchod a jsem vždycky v pořádku, i když vezmu vnučka „na ramena“.



Petr, 64 let, Praha

„Tato metoda v sobě spojuje tři obrovské výhody: je účinná, všestranná a snadno použitelná,“ říká Edvard Holland - ředitel výzkumného centra, v němž byl průlomový objev učiněn. „Náš přípravek dokonale funguje u lidí všech věkových kategorií. A to i v případě, že u nich močová inkontinence (NTM) již přešla do akutní fáze.“ A věděli jste, že v českém časopise čeká se 100 bezplatnými baleními unikátní kúry? Jeden z nich bude váš, pokud dostatečně rychle zavoláte na číslo uvedené na této stránce.

Číslo 1 ve všech odborných žebříčcích - rozhodně doporučuji

Britská formule má potenciál účinně zinkontinence zcela zapomenutý problém. Po jeho užívání také 299/300 lidí přestane trpět chronickými infekcemi močového měchýře.



Kryštof Svěrák, odborník na močové potíže

Lisování? Pálení? Svědění? Bolí to? Tohle vám uleví už po 1 dávce

Jaké tajemství se skrývá za tímto úžasným receptem? Profesor Edvard Holland říká: „Úplné složení výrobku je přísně tajné. Co o něm mohou říci, je jeho účinek na lidský organismus.“

Především potlačuje nadměrnou reaktivitu močového měchýře od prvních minut. To cítíte jako ustání obtěžujícího tláčení.

→ Poté léčba pomáhá zvýšit sevření močové trubice až 8krát. Již to nepustíte při kýchnutí, zvedání nákupu nebo změně polohy. → Důležité je,

Funkce močového měchýře a vždy suché spodní prádlo - již za 96 hodin

PODÍVEJTE SE, JAK SE VÁŠ ŽIVOT ZMĚNÍ ↓

PŘED	PO 4 DNECH
Mokré skvrny a zápach	Komfort a hygiena 24 h/7
Neustálé tláčení, bolest při močení	8 návštěv toalety místo 16
Běhání na toaletu, zánět močového měchýře	Močový měchýř bez bakterií 98,6 %

že přípravek posiluje svaly pánevního dna u žen a pečuje o prostatu u mužů. Proto je přípravek ideální pro obě pohlaví! Jsem přesvědčen, že v současné době není na trhu účinnější, bezpečnější a 100% neinvazivní metoda záchrany močových cest. Během pouhých 96 h jsou všechny úseky močových cest posíleny, jsou pružnější a odolnější vůči útokům bakterií - od ústí močové trubice až po ledviny.

Regenerace močových cest

Bez chirurgického zákroku a vložek

Budete chodit na záchod 3x méně často již za 96 h

Požádejte o produkt zdarma:

467 027 049

A OKAMŽITĚ ZABLOKUJTE NEKontrolované úniky



Chcete získat sebedůvěru, abyste už nikdy nepolevili? Tuto příležitost si nesmíte nechat ujít!

Již 1,5 milionu Evropanů dostalo svůj neposlusný močový měchýř pod kontrolu a znovu si užilo radost z dlouhých cest - bez nervydrásajícího hledání toalety, radost ze závodního sportování - bez pomočování a z dlouhého hodování s dostatkem nápojů - bez strachu, že za to zaplatí noční návštěvou toalety. Teď jste na řadě vy. Zavolejte na číslo uvedené na této stránce a požádejte o **bezplatné balení revolučního inkontinenčního přípravku**. Zasloužíte si důstojný a zdravý život a lepší šanci k tomu prostě nenajdete! Těšíme se na váš telefonát.

Místo plýtvání penězi za vložky si vyzvedněte **ZDARMA HIT** proti inkontinenci a žijte na 100 % bez mokřých nehod.

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 18.06.2024 r., obdrží **BALENÍ ZDARMA!**

Zavolejte: **467 027 049**

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

POZNÁMKA: Na jednu domácnost připadá 1 balení výrobku.



PLAY

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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

Na krála!

Nedávno jsem se ocitl ve Vizovicích, kde jsem při průjezdu tímto slivovíci požehnaným místem narazil na plakát hlásající, že další den se koná legendární a organizací UNESCO do památných lejster zanesená Jízda Králů ve Vlčnově! Úplně jsem zjhl, protože to je akce, na kterou jsem se chtěl celý život podívat... a najednou jsem byl náhodou přímo na místě činu! Tož jsem se tam vypravil. Hned jak jsem se přiblížil k centru dění, zmerčil mě chlapík v kroji a začal mě vítat. Ukázalo se, že je to starosta Vlčnova, takže jsme naše setkání hned stvrdili malou štamprličkou... a už jízdu pobočníci krále neboli legrůti... „Na krála, matičko, na krála! Tamtoho pána z televize kdekdo zná, ten mi peníz do botěčky jistě dá!“ Legrůti spontánně veršují a vykřikují různá oslavná hesla, botěčka je speciální kasička, již má jezdec připevněnou u boty. A už jsem solil.

„Měl ženské šaty a v puse kytičku, což má historické opodstatnění!“

Když jsem takto počastoval celou družinu, přijel král. Měl ženské šaty a v puse kytičku, což má historické opodstatnění! Jízda králů vznikla na základě skutečné události, kdy po porážce u Bílovic prchal král Matyáš Korvín před Jiříkem z Poděbrad směrem k Uhrám, a aby nebyl odhalen, byl oblečen do dívčích šatů, a aby nebyl lapen kvůli mužskému hlasu, nesměl ani promluvit – proto ta kytička. Mnoho místních bylo v krojích, vyprávěli mi různé příhody a celé to bylo moc pěkné. Když jsem odcházel, dojel mě ještě jeden legrůt s žádostí o příspěvek: „Jízda králů sa koná v moderním módu – prispět môžete aj pomocí kjú ár kódu!“



JAKUB KOHÁK
ŠUP DO BOTĚČKY

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
19/23 °C	22/26 °C	20/24 °C	22/26 °C

Teplotní rekordy: ↓ 3,8 °C (1810) ↑ 32,6 °C (1947) Bio: ❤️❤️❤️

ČT1



20.10 Modelář
Drama (ČR, 2020). O tom, že něco je ve vzduchu. Hrají: K. Hádek, J. Mádl, V. Khek Kubařová, Z. Fialová. Režie P. Zelenka

21.55 Škoda lásky
Povídkový cyklus (ČR, 2014). Hrají: T. Töpfer, H. Seidlová, M. Procházková, P. Rezníček. Režie V. Karas, P. Zahrádka

23.20 Místo činu – Frankfurt
Je to zlý. Krimisériál (N, 2012). Hrají: J. Král, N. Kunzendorfová, P. Kurth, L. Wagnerová

00.55 AZ-kvíz

ČT2



20.00 Alžběta II., jak ji neznáme
Královna, jak ji ještě nikdo neviděl, na domácích filmech od dětství až po korunovaci v roce 1953, v jedinečných záběrech ze soukromých archivů

21.25 Franz Kafka – známý neznámý
Slavný spisovatel a jeho dílo mezi mýtem a skutečností

22.20 Egypt (3/6)
Faraon a dobrodruh

23.15 Ve vině je vražda (4/4)

00.00 Severokorejská dynastie (1/4)

NOVA



20.20 Policie Modrava II (7)
Vražda u plavebního kanálu. Krimisériál (ČR, 2017). Hrají: S. Norisová, J. Satoranský, F. Tomsa, Z. Palusga

21.40 Survivor Česko & Slovensko III (27)
Survivor je hra plná nečekaných zvrátů, vzletů i pádů. Emoce, slzy i šokující události, které nenechají na ostrově kámen na kameni

23.40 Kriminálka Miami VII (10, 11)
Krimisériál (USA, 2008)

01.40 Specialisté (225)

PRIMA



20.15 Zoo (205)
Proč to nejde bez právníků? Rodinný seriál (ČR, 2023). Hadák má starost o dědu. Kristýna Alberta ignoruje, Tamara žárí. Hrají: M. Pecháčková, Š. Bilina, E. Burešová, T. Klus

21.40 7 pádů Honzy Dědka
7 pádů Honzy Dědka z Malostranské besedy

22.55 7 pádů Honzy Dědka

00.05 Ano, šéfe!
Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!

01.10 Policie v akci

ÓČKO



17.00 Óčko hity
Klipy nonstop

19.00 Party ride
Příprava na dnešní mejdan

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction Poland
Polská verze nahé seznamky

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

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Objevte inovativní kúru, která vrátila 78765 Evropanům **normální hladinu glukózy v krvi!**

Průlomová švédská receptura

VÁM POMŮŽE ZVRÁTIT

diabetické změny!



Díky této unikátní metodě se Barbora (73 L.) z Plzně vyhnula amputaci nohy!

Lékaři nepochybuji! Na trhu se konečně objevil revoluční přípravek, který od prvního použití vyrovnává hladinu glukózy v těle, zlepšuje práci slinivky břišní a obnovuje správnou hladinu cukru v krvi. Vyhraje s cukrovkou jako 2000 Čechů a paní Barbora (73 L.) z Plzně: „Není to tak dávno, co mi chtěli uříznout nohu, a teď jsem se přihlásila na taneční kurz pro seniory,“ říká nadšená žena.

Přes 15 let jsem bojovala s cukrovkou, což pro mě bylo plné úzkosti a utrpení. Neustálé **mlsání sladkostí** a noční vyzprázdňování lednice mě proměnilo ze štíhlé atraktivní ženy v obrovské nechutné monstrum! Z každým novým dnem jsem viděla čím dál hůř písmena v mých oblíbených novinách. **Nohy mě bolely a znečitlivěly a sotva jsem vyšla po schodech**, a jelikož bydlím ve 4. patře bez výtahu, málem jsem přestala vycházet z domu. Cítila jsem, že jsem úplně na dně, zkusila jsem všechno, ale **přestaly mi dokonce pomáhat i injekce inzulinu**. Jednou, po dalších

noční žranici, to moje tělo nevydrželo. Omdlela jsem a sanitka mě odvezla do nemocnice. Když jsem se probírala, lékaři oznámili: „Už není pomoci, **brzy Vás čeká amputace!**“ Přišla jsem domů a plakala jsem jako dítě, ale nakonec jsem se rozhodla jednat.

„Cukrovka mi už není život!“

Dcera našla na internetu nějaký nový švédský přípravek. Dočetla se, že ve Skandinávii je to skutečný hit. Měla jsem trochu obavy, ale risknula jsem to, neměla jsem absolutně co ztratit. Hned na začátku používání tohoto přípravku jsem přestala pociťovat nálehavou potřebu sáhnout po sladkém. Už jsem necítila žádnou nečekanou ospalost, **cítila jsem se lehčí, energičtější** a uvědomila jsem si, že už necítím necitlivost v nohou. Po dvou týdnech jsem se úplně zbavila náhlých návalu hladu. Už jsem zase mohla normálně vyjít schody i bez zadýchání! Noviny

už jsem přečetla bez problémů. Když jsem dokončila kúru, nepoznával jsem se! Moje výsledky testů jsou nesrovnatelně lepší, **za měsíc jsem také zhubla 11 kg!** Doktor byl v šoku! Řekl, že ve své kariéře nic podobného neviděl. Jakmile jsem od něj odešla, zavolala jsem dceři a znovu brečela jak malé dítě. Zachránila mi nejen nohu, ale i celý život!

Jste jeden krok od lepšího života!

Přípravek je na českém trhu dostupný teprve nedávno. K prodeji je pouze po

Fenoménem švédské metody vysvětluje její tvůrce

Fenomén naší receptury spočívá ve zcela přírodních, vhodně extrahovaných složkách. Přípravek díky jeho vhodné koncentraci pomáhá **udržovat správnou hladinu cukru v krvi** a chrání tělo před hyperglykemií, která zastavuje uvolňování inzulinu. Vhodně zvolené **látky až 4x zpomalují rozklad škrobu na jednoduché cukry**, díky čemuž tělo dokáže vstřebat jen nezbytné množství a my hubneme. Naše metoda má nejen ochranné, ale i regenerační schopnosti. Obnovuje slinivku břišní na buněčné úrovni, díky čemuž **pomáhá při diabetických změnách** v každé fázi pokročilosti onemocnění. Náš výzkum na 658 dobrovolníků potvrzuje, že přípravek **potlačuje negativní příznaky cukrovky**, jako je zhoršení zraku, obezita, necitlivost nohou a mnoho dalších. A co je nejdůležitější, dělá to 100% přirozeně a bezpečně pro tělo.

9 Z 10 RESPONDENTŮ
přiznává, že díky kúře:

- ✓ **vyrovnali** hladinu cukru již po první dávce
- ✓ **zhubli** (až 12 kg za měsíc) bez jojo efektu
- ✓ jejich zrak se zlepšil **asi o 83%**
- ✓ **plně zregenerovali slinivku břišní**
- ✓ zbavilo se pocitu neustálé únavy a nepříjemné necitlivosti nohou
- ✓ **mají až o 88 % nižší hladinu cholesterolu!**
- ✓ a více si užívali sex

Víte, že...?

Lékaři uvádějí, že obvod pasu větší než **102 cm u mužů a 88 cm u žen** významně zvyšuje riziko vzniku cukrovky.

Bála jsem se, že svého manžela už nikdy neuvidím!

Již několik let se potýkám s cukrovkou. Někdy to bylo lepší, někdy horší. V určitém okamžiku jsem však špatně viděla. Ze dne na den jsem byla slepá jako krtek! V jednu chvíli jsem sotva viděla tvář svého manžela ležícího vedle něj v posteli. Pak mi moje kamarádka řekla o nové kúře diabetiků. Sama byla po dvou dávkách a zhubla 8 kg, tak jsem se rozhodla, že to zkusím. **Právě jsem skončila používat přípravek a wow... Můj zrak už dlouho nebyl tak dobrý! A moje výsledky? Úžasné!**



Beáta (54 L.)
Jičín

Po 70. letech jsem se zbavil cukrovky!



Josef (71 L.)
Hodonín

Nějakou dobu mám potíže s močením, myslel jsem, že je to začátek prostaty, ale ukázalo se, že je to poškození ledvin cukrovkou! Teď už také vím, co způsobilo posledních pár kil navíc. Byl jsem vyděšený, myslel jsem, že ve stáří skončím na dialýze. Naštěstí se o tomto novém přípravku zmínil můj soused. Neváhal jsem ani chvíli! Jsem trochu starý, ale co s tím? **Chtěl bych žít důstojně!** Objednal jsem, otestoval a připadám si jako puberták. Problémy s ledvinami jsou pryč a mimochodem jsem shodil trochu z břicha!

ZDARMA

Jedinečná AKCE!

Prvních **130 lidí**, kteří nám zavolají do: **03.06.2024** získá přípravek se slevou **100%**! Množství revolučního přípravku na **regeneraci diabetických změn** je omezené, rozhoduje pořadí přihlásek.

Zavolejte

555 441 748

Po-Pá 8-20 hod., So-Ne 9-18 hod.
(Obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků)

Přípravek nebude nikdy k dostání ve stacionárním prodeji.



Útočník Edmontonu Connor McDavid (v popředí) předčil útočnou hvězdu Dallasu Start Roopa Hintze, když v šestém duelu finále Západní konference zaznamenal gól a přihrávku. Podaří se mu ve finále Stanley Cupu vyvrát i na floridského brankáře Sergeje Bobrovského? 2x ČTK

Finále NHL: McDavid chce naplnit svůj sen

KRÁTCE

Scalvini přijde o Euro

Italský obránce Giorgio Scalvini kvůli přetrženým vazům v levém kolenu přijde o mistrovství Evropy. Dvacetiletý stoper Bergama se zranil v posledním zápase klubové sezony, nedělní ligové dohrávce s Fiorentinou (2:3).

Opavu povede Zápotočný

Fotbalisty Opavy bude v druhé lize trénovat třičtyřicetiletý Tomáš Zápotočný. Slezský FC s bývalým obráncem s reprezentací zkušenostmi včera podepsal dvouletou smlouvu.

Kometa je bez kouče

Jaroslav Modrý z rodinných důvodů skončil jako trenér hokejistů Komety Brno a vrátí se do USA. Nového kouče klub oznámí. ČTK

Dočká se hvězdný Connor McDavid vytoužené trofeje? Zvládne Florida druhé finále po sobě lépe? To jsou hlavní otázky před vrcholem NHL.

Krátce poté, co skončil světový šampionát, čeká hokejové fanoušky druhý vrchol sezony – finále Stanley Cupu. O nejslavnější trofej ledového sportu si to s Floridou Panthers rozdává Edmonton. Oilers totiž v noci na pondělí díky

dvěma využitým přesilovkám ze zahajovací třetiny rozhodli o vítězství 2:1 nad Dallasem a celkově tak o svém postupu po triumfu 4:2 na zápasy.

Edmonton si finále Stanley Cupu zahraje poprvé od roku 2006, kdy gólem českého obránce Františka Kaberleho nakonec slavila triumf 4:3 na zápasy Carolina, a celkově poosmé v bohaté klubové historii. Tým kolem legendárního Waynea Gretzského a Marka Messiera stříbrný pohár vybojoval čtyřikrát v letech 1984, 1985, 1987, 1988 a po přestupu slavné 99 do Los Angeles ještě popáté v roce 1990.

Pod vedením největší hvězdy NHL z posledních let Connorem McDavidem, který

kraluje bodování play-off s 31 body (5+26) z 18 startů, si o další zápis do historie Oilers zahrájí poprvé. McDavida i jeho taktéž vysoce produktivního spoluhráče Leona Draisaitla čeká první finálová účast v kariéře. „Po letech bolesti a lekci, které jsme v play-off dostávali, je skvělé tu stát jako finalista Stanley Cupu. Dostat se až sem byl vždycky náš plán, jsme rádi, že se to konečně povedlo,“ řekl včera McDavid.

To Florida si účast ve finále zajistila o dva dny dříve. Původně favorizované newyorské Rangers vyřadila taktéž 4:2 na zápasy, přičemž v podstatě ve všech duelech byla lepší. Rangers ve finále Východní konference srazila

ztráta formy všech hlavních hvězd s výjimkou brankáře Igora Šestorkina, jenž chytal skvěle, ale jeho spoluhráči jej hlavně hrou v útoku nepodpořili. Florida si tak zahraje ve své historii třetí finále, zároveň ale druhé po sobě. V roce 1996 podlehla Florida ve finále Stanley Cupu 0:4 Coloradu, loni pro změnu nestačila 1:4 na Vegas. „Loni jsme se cítili úzasně, že jsme se dostali tak daleko. Chtěli jsme udělat maximum, abychom to mohli opět prožívat,“ uvedl kapitán Floridy Aleksander Barkov.

První finálový zápas je na programu v noci na neděli, výhodu domácího prostředí budou mít v úvodních duelech hráči Floridy. MB, ČTK, IDNES.cz

Obří prémie pro elitní atlety

Světová atletika bude pořádat nový globální šampionát. Na třídní akci s názvem World Athletics Ultimate Championship má startovat osm až 16 atletů v každé disciplíně, přičemž na prémii je určeno deset milionů dolarů (asi 228 milionů korun). První ročník tohoto klání se uskuteční od 11. do 13. září 2026 v Budapešti.

Mezinárodní federace to oznámila včera. Účastníci šampionátu se budou vybírat na základě světového žebříčku. Celkem by měly na šampionátu závodit zhruba čtyři stovky atletů. Na běžném mistrovství světa jich loni v Budapešti bylo více než dva tisíce. Vítěz každé disciplíny si odnese asi 3,4 milionu korun. To je v atletickém prostředí mi-

mořádná finanční odměna. Za světový titul loni v Budapešti dostávali atleti 1,6 milionu korun, olympijským šampionům z Paříže bude Světová atletika vyplácet po zhruba 1,2 milionu korun. Program bude zhuštěný do tří večerních bloků, které budou delší než tři hodiny. Nový šampionát by se měl konat každé dva roky. ČTK

ČÍSLO DNE

52

Jaromír Jágr už se připravuje na svou poslední sezony, 52letá legenda včera řekla, že si chce ověřit, zda je ve svém věku ještě schopna hrát vrcholové hokeje. ČTK