



ELEKTRO | NÁBYTEK

metro®

ÚTERÝ 4. SRPNA 2020 Č. 142 • WWW.METRO.CZ

KOLO SLEV

VYTOČ SI SLEVOU
NA ELEKTRO A NÁBYTEK



Více na okay.cz/kolo-slev

OKAY.CZ

iDNES Premium

Výlet
lodí



Hluboká
nad Vltavou

Užijte si
České léto
plné výhod

1+1



Špindlerův
Mlýn

Všechny slevy a výhody
čerpejte na

iDNES.cz/Premium

„NA DVOJSKIFU MÁM V TOKIU VĚTŠÍ ŠANCI“

PODLE ONDŘEJE SYNKA JE VESLOVÁNÍ KRÁSNÝ SPORT, KTERÝ BOLÍ STRANA 9



metro



Úterý, 4. srpna 2020

Č. 142, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Dominik

mojemetro | denikmetro

Zelených okresů je jen devět, zbytek svítí bíle

Semafor. Ministerstvo zdravotnictví ukázalo mapu okresů podle epidemiologické situace, má čtyři stupně. **Hodnocení.** Jde o 25 parametrů, jsou výsledkem týdenního souhrnu. **Červenec.** Mnoho nakažených STRANA 2



Covid-19. Do nákupního centra v Moskvě jen přes dezinfekční kabinku

Podle americké Univerzity Johnse Hopkinse, která vývoj pandemie koronaviru monitoruje globálně, je Rusko co do počtu nakažených celosvětově na čtvrtém místě za Spojenými státy, Brazílií a Indií. Podle počtu úmrtí je však na místě jedenáctém. A pokud se vezme v úvahu počet mrtvých se zřetelem k počtu obyvatel, pak je Rusko nyní až na 41. místě. Nejpostiženějším z 85 ruských regionů je Moskva, přímo ve městě například lidé do nákupních center vcházejí dezinfekčními kabinami. Povinnost nošení roušek zůstává ve veřejné dopravě, obchodech a na dalších veřejných místech.

AP





Rozloučení se Skopečkem

Ve strašnickém krematoriu v Praze se včera uskutečnilo poslední rozloučení s hercem a dramatikem Janem Skopečkem, který zemřel 27. července ve věku 94 let. Skopeček byl herec malých rolí, tu největší měl v televizním seriálu *Tři chlapi v chalupě*. Rozloučili se s ním kolegové i fanoušci *Slávie*, které Skopeček také fandil. Na snímku nahoře uprostřed jsou herečky Kristýna Frejová a Petra Špalková. Na snímku dole uprostřed je herec Rudolf Jelínek a na fotografii zcela vpravo je Ladislav Trojan.

4x ČTK

Krátce

Nehody vlaků

Uplynulý červenec byl na železnici co do počtu incidentů nejhorším kalendářním měsícem minimálně od roku 2015. Drážní inspekce řešila 135 mimořádných událostí, což je skoro o třetinu více než v předchozím měsíci. Zvýšil se i počet nehod na přejezdech. Vyplyvá to ze statistik inspekce. Nehody přibývají v posledních letech pravidelně. Stát proto chce navýšit investice do zabezpečení a i zpřísnit kontroly strojířů.

Češi mizí do Tuniska

O dovolenou v Tunisku, které Česko od včerejška zařadilo na seznam bezpečných zemí, mají Češi podle cestovních kanceláří velký zájem. Například CK Exim Tours přes víkend zaznamenala stovky nových rezervací. Většina hotelů bude podle prodejců otevřena, navíc někteří hoteliéři nabízejí zvýhodněné nabídky, ceny tak mohou být až o pětinu nižší. **ČTK**

Číslo dne

917

Finanční správa do včerejška přijala 917 234 žádostí o vyplacení příspěvku osobám samostatně výdělečně činným a 79 407 žádostí o vyplacení příspěvku společníkům malých společností s ručením omezeným, kteří byli postiženi dopady pandemie koronaviru. Finanční správa vyplatila 21,8 miliardy korun.

Číslo dne

205,1

Schodek státního rozpočtu ke konci července stoupl na 205,1 miliardy korun z červnových 195,2 miliardy korun. Informovalo o tom ministerstvo financí. Letošní červenecový výsledek je nejhorší od vzniku ČR. Dosud byl ke konci července nejvyšší schodek rozpočtu v roce 2009, a to 76,2 miliardy korun.

Kde se šíří vir, ukáže semafor

Mapa Česka je kvůli covidu-19 barevná.

Ministerstvo zdravotnictví zveřejnilo první mapu čtyřstupňového systému, který označuje jednotlivé okresy podle rizika nákazy covidem-19. Takzvaný semafor vychází z dat Ústavu zdravotnických informací a statistiky a jsou s ním spojena doporučení pro opatření proti šíření nového koronaviru. Jednotlivé stupně se označují bílou, zelenou, žlutou a červenou barvou.

Podle dat představených minulý týden byl většina okresů byla v nejnižším, bílém, stupni rizika. Nejvyšší, červený, by nikde v zemi neplatil,

druhý nejvyšší stupeň, tedy žlutý, by byl v Praze. Primátor hlavního města Zdeněk Hřib to minulý týden kritizoval, podle něj k tomu není důvod. Šéfka pražské hygienické stanice Zdeňka Jádrová včera řekla, že by se Praha měla hodnotit podle jiných kritérií než menší města.

Epidemiologická situace v Česku se nyní podle hygieniků regionálně liší. Celkově je dobrá, ale vyskytují se lokální ohniska nákazy. Jedno z největších se nedávno objevilo v pražském nočním klubu Techle Mechtle, v jehož souvislosti se nakazilo asi 165 lidí. Předtím se nákaza šířila hlavně v Moravskoslezském kraji na Dolech ČSM. Další ložiska jsou v současnosti třeba na Prachaticku nebo Jihlavsku. **ČTK**

Praha nejhorší

Za červenec bylo nově diagnostikováno na covid-19 téměř 4600 lidí, seniorů desetiina. Do nemocnic muselo 237 lidí, vážné komplikace mělo 36, uvedl Ústav zdravotnických informací a statistiky.

- V Česku nejsou okresy s horší epidemiologickou situací nákazy covidem-19 než stupeň 1 označený zeleně, těch je devět. Jsou to Praha, Praha-západ, Praha-východ, Ostrova-město, Karviná a Frýdek-Místek a dále Brno-město, Jihlavsko a Prachaticko. Ostatní okresy jsou bílé, tedy bez rizika.

- „Hodnotí se 25 parametrů. Jsou výsledkem týdenního souhrnu nad denními sledováními. Konečné rozhodnutí o daném stupni je výstupem odborné expertizy epidemiologů a hygieniků,“ řekla včera při představení „semaforu“ hlavní hygienička Jarmila Rážová. Semafor určující míru rizika bude ministerstvo aktualizovat v týdenních intervalech. Riziko nákazy je rozlišeno do čtyř barevných stupňů, na základě kterých budou přijímána opatření proti šíření covidu-19.

Šéf Škody

Novým předsedou představenstva automobilky Škoda Auto byl zvolen Thomas Schäfer, který vedl jihoafrickou součást koncernu Volkswagen. Hlavním úkolem Schäfera bude změnit další fungování automobilky. Vedení koncernu Volkswagen si přeje, aby česká automobilka méně konkurovala prémiovým značkám koncernu a více se zaměřila na levnější vozy. VOLKSWAGEN AG



Deště. Auto se změní v loď

V deseti krajích vydatně prší, a až do středy hrozí vzestupy hladin některých toků, varuje ve výstraze Český hydrometeorologický ústav. Meteorologové varují před sníženou viditelností na silnicích a možností aquaplaningu. „Za deště je třeba snížit rychlost jízdy autem a jet velmi opatrně. Nevstupovat a nevjíždět do proudící vody a zapotýných míst,“ píše ve výstraze. Celkový úhrn srážek může dosáhnout až 60 milimetrů.

V důsledku vydatných dešťů se ale mohou zvednout hladiny řek. „Vzhledem k vysoké nasycenosti povodí po vydatných srážkách a vlivem dalších předpokládaných srážek očekáváme vzestupy hladin, které mohou překročit úroveň prvního stupně povodňové aktivity, místy až druhý stupeň,“ uvedl hydrometeorologický ústav. Aktuální informace zveřejňuje ústav na svém webu.

Výstrahu před prvním stupněm povodňové aktivity meteorologové vydali už včera i v dalších sedmi krajích, kde hrozí vzestup vod hladin v menších tocích. Jedná se o Jihočeský, Královéhradecký, Pardubický, Jihomoravský, Olomoucký, Moravskoslezský kraj a Vysočinu. I zde by se zájemci měli vyvarovat koupání nebo jízdy na lodích po řekách. Po vydatných srážkách a mírném ochlazení se znovu oteplí. **IDNES.cz**

Další Pan Tau bude na podzim

Hlavní postavu oblíbeného seriálu ztvárnil anglický komik.



Představitel hlavní postavy Matt Edwards

PROFIMEDIA.CZ

Německá televize ARD začne na podzim vysílat nové díly dětského seriálu Pan Tau, který v 70. letech minulého století natáčela Československá televize v západoněmecké koprodukcii.

Původní tvůrci seriálu, režisér Jindřich Polák, scenárista Ota Hofman ani představitel hlavní role Otto Šimánek, už nežijí. Práva k natočení dalších dílů si před několika lety zajistila německá produkční společnost Caligari.

Čtrnáctidílná série byla natočena v Německu, v angličtině s britskými a německými herci. Hlavní postavu usměvavého gentlemana s kouzelnou buřinkou ztvárnil anglický stand-up komik Matt Edwards.

V letech 1970 až 1978 vzniklo v československo-západoněmecké koprodukcii 33 dílů televizního seriálu Pan Tau, v němž se hlavní postava uměla mimo jiné mnohonásobně zmenšit. Usměvavý chlapec v obleku a s neod-

myslitelnou čarounou buřinkou, který v prvních dvou ze tří seriálových řad nemluvil a se světem komunikoval pantomimou a tancem, si dětská srdce získával kouzelnými kousky.

Příběhy Pana Tau vyšly i knižně a byly také zpracová-

ny do filmů Poplach v oblacích, Od zítřka nečarují a Pan Tau. Kromě Otty Šimánka se v seriálu objevily i další legendy českého filmu – Vladimír Menšík, Jiří Sovák, Jiřina Bohdalová, Slávka Budínová, František Filipovský a mnozí další. **ČTK a MET**



Islamisté osvobodili vězně

Při střetu afghánských složek s ozbrojenci z teroristické organizace Islámský stát u věznic ve městě Dželalábád na východě Afghánistánu zahynuly od neděle více než dvě desítky lidí a dalších pět desítek jich utrpělo zranění. Boje vypukly poté, co Islámský stát večer zaútočil na komplex trestnice, kde jsou vězňové také jeho členové. Desítky trestanců po útoku ze zařízení uprchly. Radikálové nejprve před vchodem odpálili bombu v automobilu. Přestože Islámský stát utrpěl celkově územní i personální ztráty, na afghánském území se stále nachází přibližně 2200 jeho členů.

2x AP



Krátce

Chytili mafiána

Mexické bezpečnostní složky zatklly jednoho z nejhledanějších mužů v zemi. Čtyřicetiletý José Antonio Yépez, známý jako El Marro, vede gang Cártel de Santa Rosa de Lima, který se specializuje na krádeže pohonných hmot z potrubií.

Udeřil ji žralok

Australanka utrpěla vážná zranění při šnorchlování se žralokem obrovským, který ji udeřil ocasní ploutví. Žena se tam koupala s dalšími lidmi. Plavání se žralokem obrovským, který má obvykle mírnou povahu, je turistickou atrakcí.

Zasáhli teroristy

Izraelská armáda uvedla, že na Golanských výšinách vypálila na skupinu ozbrojenců, kteří u hraničního plotu se Sýrií kladli výbušniny, a zasáhla je. Golanské výšiny na jihozápadě Sýrie židovský stát obsadil za války v roce 1967. **ČTK**

Hume. Přinesl mír Severnímu Irsku

Ve věku 83 let včera zemřel severoirský umírněný katolický politik John Hume, který za svou úlohu v severoirském mírovém procesu společně s vůdcem probritských unionistů Davidem Trimblem obdržel v roce 1998 Nobelovu cenu za mír.

Hume byl vždy považován za jednu z nejdůležitějších

osobností moderního vývoje politiky Severního Irsku. V roce 2010 byl ve veřejné anketě Největší Irové zvolen nejvýznamnější postavou irských dějin. Podpis mírové dohody o Severním Irsku, kde od roku 1969 zemřelo při násilnostech na 3500 lidí, byl v roce 1998 vyvrcholením jeho politické kariéry. **ČTK**



Utečte pryč

Evakuace nařízená tisícům lidí v jižní Kalifornii kvůli rozsáhlému lesnímu požáru v horách východně od Los Angeles stále platí. Hasičům práci komplikuje těžce přístupný terén a vysoké teploty. Plameny v okrese Riverside dosud sežehly zhruba 80 kilometrů čtverečních suchého porostu a lesů. Pod kontrolou se zatím hasičům podařilo dostat jen pět procent požáru. **AP**

Dáváme 500 Kč cestovatelům

FOTO ZA
500
Kč

Milí čtenáři, jste vážně skvělí. Před dvěma týdny jsme vás vyzvali, abyste si do našeho rámečku #METROTAG, který každý den najdete na stránkách SERVIS a jenž slouží k předávání vašich

vzkazů, nechali na svých cestách vlepít turistické razítka.

Plníme slib a všem deseti vylosovaným výhercům pošleme odměnu 500 korun na další výlety. Fotku razítka v rámečku stačílo

vložit na Instagram a otagovat ji #metrotag nebo zaslat mailem. Budeme rádi, když budete rámeček sdílet na Instagramu i nadále. Posílejte nám razítka i vzkazy a tagujte #metrotag.



Marie Kocourková vzala Metro do kláštera Plasy.



@everkasisizbrna sdílela hned několik razítek!



Čtenářka Jitka Černá se podívala na Helfenburk.



Joanna Glaz byla v Mariánských Lázních.



Luboš Zoubek sbíral razítka v Českém Krumlově.



Lenka Svobodová našla trochu starší Metro.



Pavlna Siskosová navštívila zajímavé muzeum.



„Zbožňuji sbírání razítek,“ píše @keepcalmcz.



Metro se podívalo i do Německa s @peddye.van.

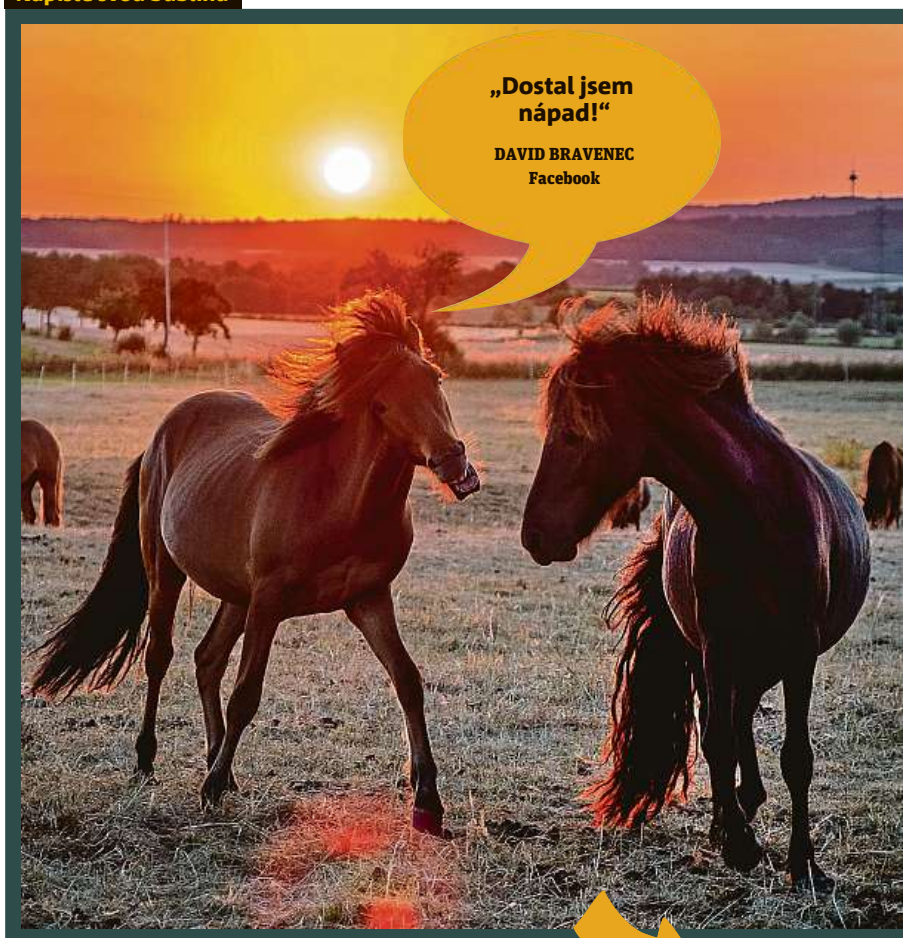


Květuše Urban Klimentová se vydala na pouť.

Sudoku

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

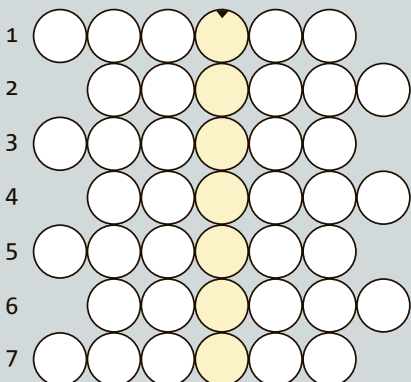
Napište svou bublinu



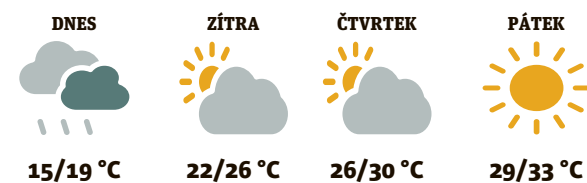
Luštěnka

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

- 1. opak „záporný“
- 2. postava z Divokého západu
- 3. země javorového listu
- 4. stoky
- 5. zimníky
- 6. samec kočky
- 7. učitel (zast.)



Počasí



Teplotní rekordy: ↓ 9,4 °C (1988) ↑ 34,0 °C (1986) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.10 To je vražda, napsala</p> <p>17.00 Cestománie</p> <p>17.30 AZ-kvíz</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 Vyprávěj</p> <p>21.05 Nejlepší Bakaláři</p> <p>V hlavní roli Václav Vydra</p> <p>22.30 Hop nebo trop (5)</p> <p>Komedijní seriál (ČR, 2008)</p> <p>23.45 Profesionálové</p> <p>00.40 AZ-kvíz</p> <p>01.05 Rájské zahrady</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 Malá farma</p> <p>02.20 Dobré ráno</p> <p>04.50 Žiješ jenom 2x</p>	<p>16.15 Jižní Indie – hinduistické chrámy</p> <p>17.10 Jeden den ve Španělsku</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Trvalé bydliště venkov (8/16)</p> <p>19.15 Emoce a my (6/13)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>Švestka</p> <p>20.00 Divadelní představení (2001)</p> <p>21.45 M. R. Štefánik: Dobrodružný život legendy</p> <p>23.05 Apokalypsa: 2. světová válka (5/6)</p> <p>00.00 Příběh služebnice II (6, 7/13)</p> <p>01.50 Hitlerův itinerář</p> <p>02.45 Věříte médiím?</p>	<p>15.55 Dr. House VII (23)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Co na to Češi</p> <p>18.15 Comeback</p> <p>18.50 Comeback</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Kriminálka Anděl III (16)</p> <p>Pasták. Krimiseriál (ČR, 2012)</p> <p>21.35 Kriminálka Anděl IV (1)</p> <p>22.55 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans III (23)</p> <p>23.55 Dr. House VII (23)</p> <p>00.50 Odložené případy II (10, 11)</p> <p>02.25 Krok za krokem IV (8)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (754)</p>	<p>16.30 Krimí zprávy</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.05 Počasí</p> <p>20.15 Kateřina Veliká (7)</p> <p>Historický seriál (Rus., 2015)</p> <p>21.30 Cesty z dluhů</p> <p>22.00 V. I. P. vraždy (9)</p> <p>23.25 Policie v akci</p> <p>00.25 Námořní vyšetřovací služba V (18)</p> <p>01.25 Walker, Texas Ranger IX (4)</p> <p>02.20 Poslední polda V (6)</p> <p>03.20 Prostřeno!</p> <p>04.25 Šéf na grilu</p> <p>05.30 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>15.00 Můj Mixxxer</p> <p>16.30 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>Top 10 klipů podle diváka Óčka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>21.00 ČZ & SK</p> <p>České a slovenské klipy nebo živá vystoupení</p> <p>22.00 Pozitivní vibrace</p> <p>22.15 Óčko flirt</p>



IVAN ADAMOVIČ

PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTÍ



Sloupek

KÁMOŠENÍ

Když se rozhlednete kolem, jistě narazíte na řadu věcí, které mohou vést k závěru, že dříve to bylo lepší. Kdy dříve? To je individuální, stejně jako to, co je dnes horší. Každý by vám vyjmenoval jinou sadu příkladů všeobecného úpadku. Přesto tu je jedna věc, která je naopak důkazem, že se světem to tak strašlivé není. A ne, není to Netflix ani HBO. Asi před dvěma, třemi roky jsem zaznamenal, že zejména teenageri se stále častěji oslovují „kámo“. Možná jsem skromný, ale přijde mi to jako neskutečný společenský pokrok.

V 19. století si lidé na ulici říkali „člověče“. Jenže postupem 20. století lid usoudil, že na tak vysokou latku nemáme – a lidé se začali oslovovat „vole“. Odkud přesně se oslovení vzalo, se neví, ale hojněji začalo být používáno již před sto

Citát

**Už nejsme volové.
Ba ani člověkové.
Jsme všichni
kámoši.**

Ještě já jsem vyrůstal v době, kdy se zejména v hovorovější mluvě volovalo o sto šest. Někteří nedokázali pomalu vyslovit větu bez tohoto pomocného slovíčka.

Možná jsme jako lidstvo vyvibrovali na vyšší úroveň, jak by řekli ezoterici; každopádně dnes je módní říkat „kámo“. Je to pokrok srovnatelný s vynálezem antikoncepce a suchého zipu, byť jen v rovině slovní. Co na tom, že se oslovení rozmohlo natolik, že tak v některých rodinách říkají i děti rodičům a rodiče dětem. Mě to vždy zahřeje u srdce. Už nejsme volové. Ba ani člověkové. Jsme všichni kámoši. Doba univerzální všenápravy lidstva přijde, než bys řekl „kámo“.

Anketa

f Pozlobila vás bouřka?



Dave Krystynik
Nádherně potěšila a osvěžila.

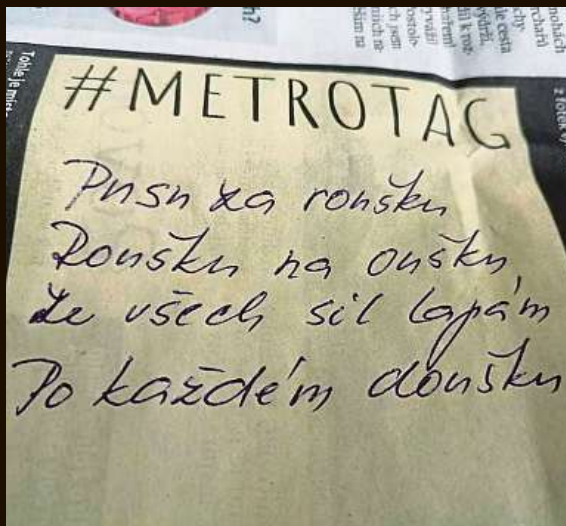


Zuzi Nik
Někdy je potřeba pročistit vzduch.



Radomira Varaďová
Vždyť se jednou zablesklo, tak jaká bouřka?

@mojemetro



Čtenářka Hana Vondráčková **Instagram** nemá. Přesto si našla cestu, jak nám **#metrotag** poslat. Šla na to přes jinou sociální síť. Její vzkaz jsme našli na našem **Facebooku**. Čtenářské básničky máme moc rádi a tahle je stále aktuální! Kdo další do **#metrotagu** zabásní? #vyzva #denikmetro #basen #rouska

#METROTAG

Tahle je místo na váš vzkaz pro ostatní čtenáře deníku Metro. Pište, kreslete, zpřijemněte někomu den. Výtvar vyfotíte a sdílejte na vašem **Instagramu**, tagujte **#METROTAG**. Otiskneme ho v novinách!

Dopisy a vzkazy

Nepořádek v ulicích metropole

Po delší době jsem si vyšla do centra Prahy a jsem znechucená, jaký je všude v ulicích nepořádek. Praha je opravdu hodně zanedbaná, co se týká úklidu. Přetékající odpadkové koše již v osm hodin ráno, po ulicích odpadky, potrhávané plakáty, špína... Jen namátkou nad stanicemi metra Budějovická, Vysočanská, I. P. Pavlova, Vltavská. Mohla bych jmenovat dál. Dříve byla čisto ta lepší. Dnes, když je město poloprázdne, bez cizinců, jsou lepší podmínky pro práci úklidu. Platí se úklidové firmy, které absolutně nefungují. Co takhle je pokutovat, pane primátore? Mohl byste se „občas“ projít Prahou? Pokud vám na ní ovšem záleží.

JANA HÝBLOVÁ

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/
denikmetro

V dopisy uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

DVANÁCT

Komiks



honza-smolik.com

Krátce

Léky ze skořápek

Letos je to třicet let, co se na trhu objevila slovenská značka Biomin. Jako jediná ve střední Evropě zpracovává české vaječné skořápky na výrobu léků a doplňků stravy s vápníkem v té nejčistší podobě. Jen v loňském roce na tyto účely padlo 13 584 kilogramů skořápek převážně z Roudnice nad Labem.

Bavit se golfem

Golf umí bavit a překvapit. Sport pro všechny generace pravou tvář ukáže tuto neděli v areálu Golf Karviná-Lipiny, který se stane centrem sportovního života pro široké okolí. Šanci vyzkoušet zdravý sport budoucnosti, tradiční a moderní aktivitu dostanou účastníci, kteří dorazí na Den Bav se golfem s podtitulem Sport mezi šachty. Akce je zdarma. Více na bavsegolfem.cz. **MET**

Najděte si griloviště, které máte nejblíže

Tour de gril aneb léto se točí kolem grilování v parcích.

Trávení volného času v létě ve městech je čím dál častěji spojováno s grilováním v parcích. Fenomén veřejných grilovišť v městské zeleni se těší v Česku nevídané popularitě. V grilování dokonce Češi patří ke světové špičce, během sezony jich griluje 61 procent alespoň jednou týdně. Příjemné chvílky strávené s přáteli, vychlazené drinky a dobré jídlo k zakousnutí, to je koncept projektu Příroda do města.

Užívat si volného času v městských parcích a prozkoumávat zajímavá místa Česka je možné i bez restaura-

cí. Web prirododomesta.cz nyní nabízí mapku míst, kde je možné bez postihu umístit svůj přenosný gril a grilovat, ale i spoty s možností zapůjčení tamního grilu či přímo k tomuto účelu vzniklá veřejná griloviště a ohniště. Míst, kde je možné si užít příjemné letní odpoledne třeba s vychlazeným ciderem, grilovanými pochoutkami a partou přátel, je na mapě kolem šedesáti. Mapa je ale bez limitů, je totiž možné do ní přidávat vlastní návrhy nových objevných míst a podělit se tak o zkušenost s ostatními zájemci o tento druh trávení volného času.

Grilovací místa nově objevují i čeští influenceři. Alex Sedláčková s Dominikou Lukášovou, beauty guru Anežka Chudlíková (Notsofunny), Nikol Trojanová a Adam



Grilovací místa vznikají po celé zemi.

MAFRA

Mach se rozjedou s vlastním minigrilem, připraveným menu od kuchaře z lokální restaurace KRO a dalším vybavením na gril do jimi vybraných destinací z mapky. Nejen o kvalitě míst pak porefe-

rují na svých profilech a jejich followeři se budou moci zapojit do soutěže a vyhrát balíček s přenosným grilem.

Tak dobrou chuť, na zdraví a možná na viděnou na některém z grilovišť! **MET**

Pasta Oner opět čaroval s barvami

Mezinárodně uznávaný český umělec Pasta Oner vytvořil přímo pro nový obchod Na Příkopech v Praze rozsáhlou fresku, která propojuje jeho individuální styl a reklamní vizuály z archivu Levi's® s kultovními českými tématy jako Václav Havel, panorama Prahy či retro Škoda 100. Pasta Oner navrhl také potisky triček exkluzivně pro Print Bar. **METRO**



Glorion. Nové speciální pivo

Pivovar Ostravar připravil pro milovníky piva na srpen novinku. V limitované edici Speciály ze spilky uvařil pivo typu IPA ze západního pobřeží USA. Nové pivo se jmenuje Glorion, je hodně hořké a plné s výrazným chmelovým aroma. Vedle toho má nižší obsah alkoholu a velmi dobře se pije. „Glorion nabízí úplně jiný chuťový zážitek, než na jaký jsme zvyklí třeba u ležáků,“ míní vrchní sládek pivovaru Ostravar Jan Řehůřek. Při vaření Glorionu použil Ostravar tři originální americké chmely a také hořký německý. **MET**

Festival s nejlepším výhledem Keltská noc 2020 se blíží!

Legendární Keltská noc bude! A v původním rozsahu, ve dnech 6. až 8. srpna 2020.

V krkonošském Harrachově vystoupí kapely Tři sestry, Vypsáná fixa, Wohnout, Rybičky 48, Mňága a Žďorp, Alkehol a mnoho dalších. Poslední místo v line-upu na letošní Keltské zaujala skupina

Krucipůsk - stálíce předchozích ročníků!

A bude se slavit! A hned dvakrát. Festival má letos 25. narozeniny. Druhým oslavencem je kapela Tři sestry. Ta si přiveze na oslavu svých 35. narozenin mobilní hospodu, kterou dostala od Branického pivovaru za celoživotní věrnost pivu - hostinec Na Staré kovárně v Braníku, plnou branického piva.

„Především kvůli výročí 25 let festivalu by nám bylo

velice líto, kdyby Keltská noc letos nebyla. Uspořádat akci v souladu s opatřeními kvůli současné patálii nebude vůbec jednoduché, ale nechceme fanoušky zklamat, zvláště, když na přípravách festivalu pracujeme celý rok. Vše ale připravíme tak, aby naši si diváci i při zachování platných restrikcí mohli festival maximálně užít!“, říká Pavel Mafuna Martinek, hlavní produkční festivalu.

Areál festivalu bude proto v souladu s požadavky

vrchnosti (tentokrát však nikoliv Jemnostpána Krakonoše ni Trautenberka) rozdělen na sektory. Ze všech bude stejný dobrý výhled a všude bude dostatek stánků s občerstvením a zábavou a dětský koutek. Pro návštěvníky je připraveno stanování ve dvou kempech v sousedství koncertního areálu, a to zcela ZDARMA!

www.keltskanoc.cz/vstupenky/letos-bude-areal-rozdelen-na-dva-sektory

Brány tradičního harrachovského festivalu se otevřou už ve čtvrtek večer, kdy k tanci a poslechu zahrají DJs Venoven a Elissa Zmarchrobovi.

Vstupenky na jednotlivé dny a VIP permanentky je možné zakoupit v předprodeji v síti Ticketstream.

www.ticketstream.cz/akce/keltska-noc-2020-126528

Více informací o festivalu na: www.trisestry.cz/planovane-koncerty www.keltskanoc.cz

Pozor na úžeh i dehydrataci

Sluníčko si dalo na dva dny pauzu, ale už od zítřka se mají vysoké letní teploty vrátit.

Pozor ale, ať místo letních radovánek neskončíte s úpalem či úžehem.

Úpal a úžeh nejsou to samé. Sice se často říká – uhnal jsem si na sluníčku úpal, ale uhnali jste si spíš úžeh. Úpal je totiž obecně kolaps z horka, tedy si ho můžete přivodit i v horké uzavřené místnosti. Jak se pozná? Objevují se závratě, bolest hlavy či nevolnost.

„Když se to stane, je vždy třeba postíženého přesunout do chladnějšího prostředí, podat vlažné tekutiny, a pokud je třeba, snižovat tělesnou teplotu například studenými zábaly,“ radí MUDr. Ivana Koblrová, praktická lékařka pro děti a dorost z Nemocnice Mělník.

Naproti tomu úžeh je způsoben přímým působením sluníčka. Má podobné příznaky, jako úpal, ale navíc ho doprovází zarudnutí pokožky, a někdy dokonce až spáleniny. „Více ohrožení jsou v tomto případě lidé se světlejším fototypem pokožky, ale chránit by se měli všichni. Při úžehu může kvůli působení slunce na hlavu dojít i k podráždění mozku,“ vysvětluje Koblrová. Podle ní často dochází k úpalu a úžehu současně.

Pozor na to, čím se mažete

Intenzita slunečního záření je v létě mnohem vyšší a z celkové denní dávky záření celá polovina připadá na dobu mezi 11. až 13. hodinou. Intenzitu zvyšuje i odraz od vodní plochy, proto je důležité dostatečně se chránit proti spálení.

- Pozor na spreje proti hmyzu – snižují účinek přípravků na ochranu kůže před sluníčkem až o 30 procent, proto je potřeba aplikovat ochranný krém vždy před jejich použitím.
- V létě hrozí i takzvané fotosenzitivní reakce – kožní reak-

ce na určité krémy v kombinaci s pobytem na sluníčku. Takové nepříjemné vyrážky způsobují i některé léčivé masti, které se používají například k léčbě následků sportovních úrazů, jako jsou poranění šlach, svalů a kloubů, zhmoždění, natažení či podvrtnutí.

- Vhodné jsou v tomto ohledu přípravky s účinnou látkou ibuprofen, u níž tyto fotosenzitivní reakce nejsou známy. Údaje o tom, zda lék obsahuje takovou rizikovou látku, lze nalézt právě v příbalovém letáku, případně vám poradí lékařník nebo ošetřující lékař.

Za horkých dní a nocí byste proto měli dobře hlídat podmínky například v dětských pokojících či v domácnostech starších lidí.

„Lidé si často nejsou vědomi toho, že pokud domácnost zastíní žaluziemi umístěnými uvnitř, může u nich i přesto k přehřátí organismu, potažmo úpalu dojít. Místnost se totiž i tak ohřívá. Naopak při použití venkovní stínící techniky zůstává drtivá většina tepelné energie mimo interiéru, v případě venkovních žaluzií je to až 94 procent, a v něm se tak drží příjemná teplota. Tato varianta je navíc vhodnou alternativou klimatizace, která může některým lidem vadit,“ radí Petr Přichystal, ze společnosti Lomax, která se zabývá produkcí stínící techniky.

Zároveň je potřeba v horkých dnech dostatečně pít.

Nedostatek vody v organismu se může projevit různými způsoby, od těch banálních až po závažné. Dehydratace našemu tělu rozhodně neprospívá. Takže nejen v parném létě platí, že máme pít pravidelně, a to minimálně 1,5 až 2 litry tekutin denně.

Dehydratace se navenek projevuje suchou pokožkou a lepivým pocitem v ústech. V těle je jejím projevem hustější krev, která obtížně cirkuluje. Může být i životu nebezpečná.

Optimální objem tekutin, které by člověk měl denně vypít, je 0,3 litru tekutin denně na 10 kg hmotnosti. V létě však velké množství tekutin vypotíme, proto můžeme pít i dvojnásobek nebo více. Tekutiny pijte postupně – určitě není vhodné vypít během hodiny polovinu doporučené denní dávky. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Pro slunění dětí vyberte vhodný druh krému.

PROFIMEDIA.CZ

INZERCE





Alfalex®. Na hemoroidy.

- k léčbě příznaků spojených s hemoroidálním onemocněním
- pomáhá například od svědění, pálení, ekzému či prasklin

Žádejte ve své lékárně. www.alfalex.cz

Alfalex je určen k léčbě příznaků spojených s hemoroidálním onemocněním a jeho komplikacemi (např. ekzém a praskliny). Před použitím si pečlivě přečtěte návod k použití. Pokud se příznaky nelepší do 1-2 týdnů, poraďte se s lékařem nebo lékárníkem. Nepoužívejte při přecitlivělosti na lanolin nebo jinou obsaženou složku přípravku. Nepoužívejte na krvácející hemoroidy. Zdravotnický prostředek. Ila třída, CE2409. Výrobce Egis Pharmaceuticals PLC. ZDRAVÍ CZ 00

Ortopedové: S žabkami i balerínkami šlapeme vedle

Jsou pohodlným, módním a nezbytným letním doplňkem. Reč je o žabkách, vietnamkách, plážovkách či tapkách, tedy obuvi charakteristické páskem ve tvaru písmene Y, který při nazutí obepne nohu. Nasazením oblíbené letní obuvi ovšem v očích ortopedů „šlapeme vedle“. Odborníci Nemocnice Agel Prostějov varují, že časté a celodenní nošení žabek může přinést problémy nejen našim chodidlům, ale i celému pohybovému aparátu.

Žabky totiž pevně nezajišťují kotník a neposkytují tak nohám žádnou oporu. „To vše se promítá do špatného držení těla. Boty by měly dobře fixovat patní oblast,

aby noha neklouzala. Zadní část obuvi by měla mít také zvýšenou platformu, být zpevněná, ale zároveň zajišťovat určitou ohebnost,“ radí zástupce primáře ortopedicke-traumatologického oddělení prostějovské nemocnice MUDr. Josef Grénar.

Žabky navíc nadměrně zatěžují klenbu nohy, deformují a dostatečně nechrání naše chodidla, takže si jednoduše můžeme přivést odřeninu, nakopnout si prsty či podvrtnout kotník v podobě bočního výronu. Vážná vymknutí mohou vést k přetržení vazů či zlomenině, a můžeme tak „kráčet“ rovnou k ortopedovi. „Žabkám ovšem musíme přičíst k dobru to, že jsou

vhodným preventivním obutím při vstupu do veřejných bazénů či koupališť, kde hrozí nebezpečí šíření kožních nemocí, především virových bradavic, které jsou časté právě v letním období,“ říká zástupce primáře s tím, že pokud se žabky nosí jen sezónně a ne dlouhodobě, významně nebezpečí chodidlům nehrozí. Ani balerínky u odborníků nesklízejí takový úspěch jako u dam, v jejichž botníchcích najdeme hned několik párů této lehké, módní a finančně nenáročné obuvi. Ovšem boty, které se ohýbají o 180 stupňů, lékaři ani obuvi nenazývají. Také jim chybí dostatečně vysoká a zpevněná podrážka. **MET**

Ondřej Synek: Veslování bolí, proto u něj hodně lidí nevydrží

Místo závodění na olympijských hrách v Tokiu jsme českého skifáře Ondřeje Synka potkali na paddleboardu na Máchově jezeře. Pětinásobný mistr světa a čtyřnásobný mistr Evropy doufá, že za rok už se do Japonska vypraví.

Jak ovlivnilo vaše plány přeložení olympijských her v Tokiu?

Ovlivnilo to všechny sportovce. Všichni jsme se čtyři roky chystali, a najednou jsme neměli proč trénovat, protože všechny závody byly ze dne na den zrušeny.

Původně jste měl závodit na olympiádě na skifu a teď to vypadá, že trénujete na dvojskif?

Po zimní přípravě jsem se domluvil s Jakubem Podrazilem, že bychom mohli zkusit dvojskif. Jeho výkonnostní parametry jsou super a možná by to pro olympiádu byla větší šance.

Myslíte si, že se olympijské hry v Tokiu v roce 2021 uskuteční?

Rekl bych, že všichni sportovci si to přejí strašně moc, ale bohužel to nikdo z nás teď nedokáže určit. Je to otázka bezpečí nás všech. A také finanční riziko pro Japonsko. Doufáme, že vše bude, jak má být.

Dokázal byste popsat rozdíl vody na různých kanálech, řekách a jezerech při závodech? Případně, co vám vyhovuje nejvíce?

Určitě není voda jako voda. Rychlost lodi ovlivňuje spousta faktorů. Hloubka, teplota, hustota, jestli je voda slaná nebo sladká, to vše má vliv na rychlost. Nedá se říct, že by někomu něco vyhovovalo, pořád se musí na sto procent tahať za vesla.

Když jste byl dítě, napadlo vás, že budete veslovat, nebo to chtěli rodiče?



Ondřej Synek na olympiádě v Riu v roce 2016

MAFRA

Moji rodiče nesportovali a k veslování jsem se dostal náhodou. Nikdy by mě nenapadlo, že bych mohl mít nějaké úspěchy, první měsíc mého veslování jsem ani nevěděl, že se v tomto sportu závodí.

Čím byste motivoval mladé lidi, aby začali veslovat?

Je to krásný sport, který je v přírodě u vody, po tréninku se můžete vykoupat a prostě je super se pohybovat po vodě jen vlastní silou. Loď navíc jede poměrně rychle, tak

že máte pocit, že po vodě do slova kloužete.

Je něco, čím byste vylepšil české veslařské prostředí?

Je škoda, že hodně lidí u veslování nevydrží, protože tento sport opravdu bolí, a jakmile se musí jít přes závit, raději to vzdají. Ale zase to odděluje ty pořádné veslaře.

Co byste poradil trenérům, aby u závodění udrželi nejen vrcholové veslaře, ale i ty méně úspěšné?

Než o trenérech je to především o závodnících samotných. Musí vědět, že je to baví a že jsou schopni překonat bolest. Pokud to někdo neumí, těžko u takhle náročného sportu vydrží.

Jaký máte sportovní režim, abyste se stále udržovali ve formě?

Trénuji na sto procent, tedy dvakrát až třikrát denně šestkrát týdně. JANA BERANOVÁ



Thomas je nová jednička

Americký golfista Justin Thomas (na snímku) vyhrál St. Jude Invitational série PGA Tour a World Golf Championships a podruhé v kariéře je prvním hráčem světa. V Memphisu předvedl výkon třináct ran pod par. Thomas zvítězil na hřišti TPC Southwind o tři rány před čtveřicí, kterou tvořili tři jeho krajané – obhájce titulu Brooks Koepka, Daniel Berger a Phil Mickelson a také Angličan Tom Lewis. „Byl to těžký boj a hodně si výhry vážím, protože dřív mi útočit ze zadu moc nešlo,“ řekl sedmadvacetiletý Thomas po třináctém triumfu na PGA Tour. AP

Krátce

V poslední vteřině

Hokejisté Colorado porazili v úvodním utkání skupiny o nasazení do 1. kola NHL obhájce Stanleyova poháru St. Louis 2:1 gólem z poslední sekundy, který vstřelil Nazem Kadri. V dresu vítězů zůstal český brankář Pavel Francouz na střídačce.

Dazza přišel o titul

Marocký běžec Mahdžúb Dazza přišel o vítězství v loňském Pražském maratonu. Má totiž čtyřletou distanci za doping kvůli nesrovnalostem v biologickém pase. Jednotka pro bezúhonnost atletiky anulovala Dazzovy výsledky počínaje 4. květnem 2019.

ME ve Švýcarsku

Cyklisté na horském kole by přece jen měli mít letoš mistrovství Evropy v olympijském cross country. Šampionát v Grazu v květnu zrušila pandemie koronaviru a pořadatelství se nyní ujali Švýcaři, kteří chtějí bikery přivítat od 15. do 18. října. ČRK

Fotbal. Repre podpoří videa

Přestože se fanoušci fotbalové reprezentace zřejmě kvůli pandemii koronaviru nedostanou 7. září do Olomouce na Ligu národů se Skotskem, budou moci podpořit tým na dálku. Umožní to LED obrazovky u hřiště. Fanoušci natočí předem video, které se následně objeví třeba po gólu. ČRK

Číslo dne

108

Angličan Ronnie O'Sullivan dostal na úvod snookerového MS v Sheffieldu své přezdívkové „Raketa“, když prolétl úvodním kolem za 108 minut.

Hokejový pohár. Startuje pěti duely

Pěti zápasy dnes odstartuje hokejový Pohár Generali České pojišťovny, který bude pro čtrnáct extraligových celků i prvoligové Kladno a Přerov přípravou na novou sezonu.

Pro týmy z nejvyšší soutěže půjde o úvodní testovací duely a první soutěžní klání od poloviny března, kdy byly soutěže předčasně ukončeny kvůli pandemii koronaviru. „Budeme zkoušet hlavně mladší hráče. Prostor dostanou z větší části kluci, kteří bojují o stabilnější místo v sestavě. Během zápasu bychom rádi viděli věci, které praktikujeme v tréninku,“ řekl kouč Třince Václav Varaďa.

Druhý tým nedohrané uplynulé sezony extraligy dnes hostí Přerov. Na programu jsou i zápasy Mladé Boleslavi s Karlovými Vary, Olomouce s Hradcem Králové, brněnské Komety s Pardubicemi a Zlína s Vítkovicemi. Kvůli karanténním opatřením v týmech Českých Budějovic, Litvínova a Kladna byly odloženy soubory Sparty s Českými Budějovicemi, Plzně s Kladnem a Liberce s Litvínovem z 1. kola a také dva čtvrté duely.

Šestnáct celků je rozděleno do skupin po čtyřech. V nich se bude hrát dvoukolově každý s každým a vždy první dva postoupí do play-off. ČRK

Pořád spolu

Začni chodit
s novým telefonem



Váš vztah dlouho vydrží

-13 %

 realme



Realme 6 Pro 128 GB Dual SIM

6,6" IPS displej s rozlišením 2 400 × 1 080
8jádrový procesor Qualcomm Snapdragon 720G
Primární kamera 64 Mpx, selfie 16 + 8 Mpx
Vydrž baterie až 2 dny, čtečka otisků prstů

~~9 999,-~~

8 699,-

obj. kód: REAM009b1

Drsňák s duší dobrodruha





UleFone Armor X7 PRO Dual SIM

5" IPS displej s rozlišením 1 280 × 720
4jádrový procesor Mediatek MT6761, RAM 4 GB
Odolný proti prachu i vodě dle IP68
13Mpx fotoaparát, dlouhá výdrž baterie

3 299,-

obj. kód: ULF040b2

Zamilujete si jeho tvary

-16 %

 motorola



Motorola Moto G8 Power

6,4" IPS displej s rozlišením 2 280 × 1 080
8jádrový procesor Qualcomm Snapdragon 665
4 fotoaparáty a 16Mpx selfie, baterie 5 000 mAh
Čtečka otisků prstů, bezrámečková design

~~5 499,-~~

4 599,-

obj. kód: SMTR5041b2

Láska na první pohled

 HUAWEI



Huawei P30 Lite NEW EDITION 64 GB

6,15" IPS displej s rozlišením 2 312 × 1 080
8jádrový procesor HiSilicon Kirin 710, RAM 4
3 fotoaparáty, velká baterie, čtečka otisků prstů
Slot na paměťovou kartu, 3,5 mm konektor

~~5 499,-~~

4 999,-

obj. kód: HU3135c3

Odborník na smartphony

 alza.cz

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 4. 8. 2020 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.