

# metro

Ministerstvo financí určuje maximální ceny pohonných hmot. Za kolik dnes koupíte naftu a benzin? STRANA 2

NATURAL

NAFTA

INZERCE

## MINUTY ZLOČINU

DOKUMENTÁRNÍ TRUE CRIME SÉRIE

**Ikonické případy,  
nová zjištění  
a nezveřejněné výpovědi**

Sledujte už teď na **prima+**



## Nepela podruhé. Šampion ukáže i originální oděv

Česká kina od zítřka uvedou v krátké době už druhý film o životě slovenského krasobruslaře Ondřeje Nepely. Pod názvem Šampion ho natočil režisér Jakub Červenka. První snímek nazvaný Nepela režiséra a scenáristy Gregora Valentoviče měl v kinech premiéru loni 30. října. Valentovič svůj snímek o slovenském krasobruslaři, který se stal v roce 1972 olympijským vítězem na hrách v japonském Sapporu, označil za film inspirovaný realitou. Červenkův Šampion se odehrává během kratší doby při mistrovství světa v Bratislavě v roce 1973. Oba snímky zobrazují Nepelovu osobní cestu za svobodou i jeho zamlčovanou homosexuální tu. Hlavní postavu v Šampionovi ztvárnil Adam Kubala, jako jeho trenérka Hilda Múdra se představila Jana Nagiová, známá z role Arabely ze stejnojmenného televizního seriálu z roku 1980. Ve filmu se objeví také originální oblečení Múdré, k čemuž dal souhlas její syn Pavol Múdry.

ČTK



ČTK



# Čeští muži mají problém najít ženy

**Bez vztahu většina českých mužů být nechce. Single ženám ale samota vůbec nevadí. Jsou bez chlapů spokojené.**

V Česku žije přibližně 18 procent lidí bez partnerského vztahu. Zatímco ženy častěji zůstávají single dobrovolně a jsou se svým stavem spokojenější, u mužů bývá příčinou spíše to, že nemohou najít partnerku. Ukazují to výsledky výzkumu Současná česká rodina, na kterém spolupracují Masarykova univerzita a Univerzita Karlova.

## Polovina nezadaných Čechů hledá na internetu

Lidé, kteří vztah hledají, často zkoušejí štěstí na internetu. Více než polovina nezadaných využívá on-line seznamky, informovala Masarykova univerzita. Do druhé vlny výzkumu se loni zapojilo více než 3 700 respondentů a re-

spondentek ve věku od 21 do 74 let.

## Nejvíce lidí bez vztahu je kolem 20 let

Výzkumníci mimo jiné zjišťovali, kolik jich žije bez partnera, zda jsou spokojeni, proč jsou single a zda vztah aktivně hledají. Nezadaných mužů je 16 procent, žen 21 procent. Celkově je nejvyšší podíl nezadaných mezi dvacátníky, kde partnera či partnerku nemá 38 procent mužů a 25 procent žen. Zhruba dvě třetiny nezadaných uvádějí, že se vztahům sice nebrání, ale aktivně je nevyhledávají. Sedm procent mužů a 18 procent žen říká, že jsou single z přesvědčení. Výrazně více mužů však od-

povědělo, že jsou single proti své vůli. „Velká skupina mladých mužů o nějaký vztah stojí, ale nenachází jej, což má významný dopad na jejich životní spokojenost,“ doplnil Martin Kreidl, vedoucí projektu Současná česká rodina na Masarykově univerzitě.

## Dělat věci po svém

Nejčastějším důvodem, proč lidé partnera nemají, je podle respondentů to, že zatím nepotkali „toho pravého“ nebo „tu pravou“. Poměrně časté jsou také obavy z citového zranění, touha dělat věci po svém a špatná zkušenost z předchozích vztahů. S věkem se zvyšuje rozdíl mezi muži a ženami v tom, jak aktivně vztah hledají. Ještě v nejmladší kategorii jsou podíly podobné, ale od třicítky se rozdíl výrazně prohlubuje a ženy o vztah usilují výrazně méně aktivně. **ČTK**

## NAFTA A BENZIN

# 49,59

Maximální cena nafty na čerpacích stanicích v Česku bude dnes 49,59 koruny za litr.

# 43,15

Litr benzínu by dnes pak měl stát nejvýše 43,15 koruny.

# 8. 4.

Ministerstvo financí poprvé zveřejnilo maximální ceny pohonných hmot na následující den, v tomto případě na dnešek, středu 8. dubna. Je to součást balíčku opatření, o kterých rozhodla vláda kvůli vysokým cenám paliv v souvislosti s konfliktem na Blízkém východě. Dalšími kroky jsou zastropování marží distributorů pohonných hmot a snížení spotřební daně na naftu. **ČTK**

INZERCE

Vážení zákazníci,

připravte svůj vůz na jarní sezónu. Za akční cenu **499 Kč** získáte pečlivou sezónní prohlídku a jistotu na cesty.

V rámci prohlídky se postaráme o diagnostiku, kontrolu podvozku, náplní i stavu akumulátoru. Prověříme také brzdy, stěrače, světlomety a další klíčové části vozidla.

Objednejte se ještě dnes online či telefonicky.  
**Akce platí od 2. března do 31. května 2026.**

Váš autorizovaný servisní partner Škoda:

**Auto - Poly spol. s r.o.**

Pod Harfou 904/1

190 00 Praha 9

Tel.: 266 311 610

[www.auto-poly.cz](http://www.auto-poly.cz)



**AUTO-POLY**

**SKODA**  
Service

Rozjařte sebe  
i svůj vůz jarní prohlídkou

Za akční cenu

**499 Kč**



# Miliardy. České hudbě se daří

**Tuzemští posluchači za svých oblíbených nešetřili.**

Příjmy hudebního průmyslu v České republice loni meziročně stouply o 8,5 procenta na 2,383 miliardy korun. Dvě třetiny zajistily streamovací platformy, jejichž příjmy činily 1,56 miliardy a proti roku 2024 byly o 11,6 procenta vyšší. Loňský počet platících uživatelů streamingových služeb dosáhl v Česku 2,6 milionu. Příjmy z fyzických nosičů,

tedy zejména CD a vinylů, loni vzrostly o necelých sedm procent na 247 milionů korun. Příjmy z provozovacích práv stouply o 2,5 procenta na 539 milionů korun. Napopak příjmy z poskytnutí hudby pro reklamu, televizi, film a videohry klesly proti roku 2024 o téměř dvě pětiny na deset milionů. Oznámila Česká národní skupina Mezinárodní federace hudebního průmyslu (ČNS IFPI).

Nejprodávanejší deskou loňského roku byla Impostor syndrom od českého rappera Viktora Sheena. Mezi deseti

loni nejprodávanejšími deskami bylo sedm od českých interpretů.

Druhé místo obsadila nahrávka Painkillers od českých rapperů PTK a Yzomandias, následoval Calin s albem Bieber Fever Tour Life. Viktor Sheen skončil v první desítkě i s albem Příběhy a sny a se společnou nahrávkou s Colinem Roadtrip. Uspěli také rapperi Ektor a Hard Rico.

Ze zahraničních umělců se v první desítkě umístila alba slavné americké kapely Linkin Park nebo slovenských

zpěváků, rapperů Sary Rikasa a Separa.

Podle vedoucí české IFPI Petry Žikovské je i tuzemský hudební průmysl samozřejmě ovlivněn umělou inteligencí (AI). „Hudební průmysl reaguje na tuto situaci proaktivně a přináší řešení, která umožní rozvoj AI, ale zároveň zajistí, aby byly zachovány férové podmínky pro uměleckou tvorbu. Stojíme za individuálním licencováním hudebního obsahu AI platformám a podporujeme technologický rozvoj v mantinelech práva,“ uvedla Žikovská. **ČTK**



Raper Viktor Sheen už má i Českého slavíka. **BENATSKA.CZ**

**Kometa, která se už asi nevrátí**

Na ranní obloze, před úsvitem a během něj, v souhvězdí Pegasa je nyní možné vidět zjasňující kometu Pan-STARRS. Pozorovatelná bude přibližně do 21. dubna. Kometa každý den zjasňuje, a je tak velmi pravděpodobné, že ji zkušeni pozorovatelé budou moci vidět i pouhými očima. Méně zkušeni mohou využít turistické triedy nebo divadelní kukátku. Kometa byla objevena loni v září na Havaji, ale měla tehdy velmi nízkou jasnost. Astronom Petr Horálek z Fyzikálního ústavu v Opavě dodává, že Sluneční soustavou kometa prolétá poprvé a po průletu bude zřejmě gravitačně vyvržena do mezihvězdného prostoru. Ke Slunci se tedy po následujícím průletu přisluňm už nejspíš nikdy nevrátí. „Očekává se, že při současném trendu zjasňování by se měla dát po 10. dubnu najít zkušeni pozorovatelé i pouhými očima,“ řekl astronom. Přesto pozorovatelům doporučuje vybavit se alespoň binokulárem, v němž kometa snáze vynikne. **ČTK**

INZERCE

## Šetřete čas i peníze

dm dlouhodobě výhodné ceny na celý sortiment.

**ELSEVE**  
šampon na vlasy  
400 ml, více druhů

87<sup>90</sup>  
Kč

21,98 Kč za 100 ml

dm dlouhodobá cena,-	
od 25.03.26	87,90 Kč
25.02.26	89,90 Kč
15.12.25	99 Kč



**NIVEA**  
lak na vlasy  
250 ml, více druhů

79<sup>90</sup>  
Kč

31,96 Kč za 100 ml

dm dlouhodobá cena,-	
od 15.12.25	79,90 Kč
03.12.25	99 Kč
06.02.25	119 Kč



Více na [dm.cz/vzdy-vyhodne](https://dm.cz/vzdy-vyhodne)



**ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI**

**KRÁTCE**

**Nejtragičtější lyžařská sezona**

Zima v alpských a dalších evropských skiareálech patřila k nejtragičtějším za poslední roky. Od října při lavinách zahynulo 135 lidí. Podle odborníků k lavinám přispívá změna klimatu.

**Válka pomůže**

Nejhorší energetická krize způsobená válkou na Blízkém východě urychlí rozvoj obnovitelných zdrojů, jaderné energie a elektromobilů. Předpověděl to ve francouzském listu Le Figaro výkonný ředitel Mezinárodní agentury pro energii Fatih Birol. „Ačkoli ceny rostou, existují důvody k optimismu,“ řekl. Sice to bude trvat roky, ale „architektura celosvětového energetického systému“ se bude více obracet například na solární a větrné elektrárny. **ČTK**

## Poetický český venkov Josefa Lady v Japonsku

Dílo jednoho z nejvýznamnějších českých ilustrátorů a malířů Josefa Lady bude představeno japonskému publiku na rozsáhlé putovní výstavě s názvem Josef Lada – Father of Czech Illustration. Projekt představí průřez tvorbou autora, jehož poetické zobrazení českého venkova, zimních scénérií a dětských příběhů patří k ikonám české kultury.

Výstava bude zahájena v pátek v Itami City Museum v prefektuře Hjógo, kde potrvá do 7. června. Poté se výstava přesune do dalších japonských měst a vyvrcholí by

měla v Tokiu. Tato zastávka výstavy je aktuálně ještě v jednání.

Expozice představí dvě stě originálních děl, včetně ilustrací, obrazů volné tvorby, knih, často v prvních vydáních, i dobových časopisů. Zvláštní pozornost bude věnována dětským knihám a ilustracím – například příběhům o kocouru Mikešovi či ilustracím k románu Osudy dobrého vojáka Švejka. Součástí výstavy budou také typické Ladovy obrazy české vesnice, zimních radovánek a lidového života.

Na přípravě výstavy se podílí rodina autora, společnost Joseflada.cz, Galerie a muzeum Vysočiny Havlíčkův Brod a Galerie Zdeněk Sklenář. Cílem projektu je představit japonskému publiku tvorbu Josefa Lady jako významnou součást evropské ilustrace 20. století a přiblížit i atmosféru české kultury, venkova a tradičních příběhů. O českou dětskou literaturu a ilustraci je u japonských čtenářů dlouhodobý zájem, podobně jako o loutky, s velkým úspěchem do Japonska jezdí plzeňské Divadlo Alfa.



Slavná hospodská rvačka. K vidění byla před pár lety i ve Zlíně. **MAFRA**

# Seveřan kraluje dva týdny

**Sex, severské vraždy a... useknutý penis? Nový krimiseriál na Netflixu baví.**

Patříte mezi milovníky severské krimi? Pokud ano, dávno už víte, že před zhruba dvěma týdny začala na obrazovkách Netflixu úřadovat jedna z neznámějších detektivních postav současné krimi literatury – Harry Hole. Tato ikonická figura, kterou stvořil norský autor Jo Nesbo, patří mezi nejoblíbenější hrdiny severského noiru a její příběhy si našly věrné fanoušky i v Česku. Svědčí o tom i fakt, že se seriál od svého uvedení drží na špičce coby nejsledovanější seriál této platformy.

Téměř dekádu starý pokus převést dobrodružství svérázného alkoholika a experta na sériové mordýře na velké plátno nepatřil mezi úspěšné. Na malé obrazovce to však Harrymu nyní velice sluší. Určitě se s ním nevidíme naposled.

## Harry poprvé a nepamátně

Kvůli několika nešťastným produkčním rozhodnutím to filmová adaptace románu Joa Nesboho Sněhulák (2017), již režíroval Tomas Alfredson, neměla u diváků a kritiků vůbec lehké. I přes hvězdné obsazení (Michael Fassbender) a velká očekávání byla výsledná detektivka považována za přínejlepší průměrnou, až nepovedenou. A já s tímto tvrzením rozhodně souhlasím. V čem byl problém? Nepoved-



Tobias Santelmann jako slavný detektiv Harry Hole NETFLIX

lo se toho opravdu hodně. Alfredson víceméně přiznal, že přípravy byly jeden velký chaos. Projekt se dlouho vlekl, a když pak štáb najednou dostal ze dne na den zelenou, kvůli nedostatečné preprodukcii se nestihlo natočit zhruba patnáct procent scénáře.

To se projevilo kupříkladu tak, že se některé postavy v příběhu objevily, a pak bez vysvětlení zmizely. I přes obsazení Fassbendera působila postava Holeho unaveně a ploše a kvůli zmatkům vyzněla jeho (v knihách tolikrát zmiňovaná) detektivní genialita jako souhra náhod. O zdravotních potížích Vala Kilmera, který v té době bojoval s rakovinou hrdla a kvůli oteklému jazyku nemohl pořádně mluvit, ehm, nemluvě.

## Seriál, který má potenciál

V případě nynější novinky opatřené originálním názvem Jo Nesbo's Detective Hole se nicméně zástupci streamovací platformy a stu-

dia v jednom rozhodli k zajímavému kroku – a to neriskovat – a seriál nechali odšéfovat tím nejpovolanejším. Ujal se toho tedy samotný Nesbo. Ten je tak nyní v pozici scenáristy i takzvaného showrunnera. První série, a pokud vše klapne, tak jedna z mnoha, vychází z páté knihy s názvem Pentagram. Sleduje geniálního, ale vnitřně rozervaného detektiva, který se potýká s alkoholismem, neshází v osobním životě i s korupcí v policejních řadách. Když se v Oslu začne objevovat sériový vrah, Hole je nucen opět převzít případ – a čelit najednou svým vlastním démonům, ale i pracovat s chlápkem, který mu zabil kolegyni.

## Obsazení je základ

V knihách Joa Nesboho je Hole popsán jako vizuálně velmi specifická a poněkud zanedbaná postava, jejíž vzhled odráží bouřlivý životní styl, sklony k alkoholismu i četná zranění z vyšetřování. Má být velmi vysoký (přibližně 190 až 193 cm), šlachovitý a s atletickou, ale hubenou stavbou těla. Také má mít světlou pleť, modré oči a krátce střižené, blondaté až narezlé vlasy. V titulní roli seriálu se coby Hole představuje 188 centimetrů vysoký, světlehnědými vlasy od přírody obdařený astenický herec Tobias Santelmann (Stín vítěství, Konvoj). Za mě tedy fair enough. Jeho neméně důležitého zkorumpovaného kolegu Toma Waalera hraje i v Hollywoodu dobře známý

Joel Kinnaman (filmy Robocop, Sebevražedný oddíl, seriál The Killing a Půjčovna masa). Toho již nějaký pátek můžu naprosto ve všem, v čem se objeví. I on je tedy, dle mého názoru, obrovská castingová trefa.



Když už jsme u herců, malou roličku si v seriálu kromě české zbrojovky, která je v něm zmiňovaná mnohokrát, zahrála i tuzemská herečka Petra Tenorová. Má zde podobnou image jako v českém seriálu Docent (2024).

## Proč koukat?

Vraždy mladých žen, kterým se ztrácejí prsty, okultní symboly, červený diamant ve tvaru pěticípé hvězdy ukryté pod očním víčkem či v náušnicích obětí, prapodivné kultury, amputované penisy, podivná, tisíckrát po sobě dokola pouštěná nahrávka počítačově upraveného hlasu. Tohle všechno už diváci nejen na Netflixu viděli stokrát. Tím už dneska žádní tvůrci nikoho moc nenalákají.

V případě seroše Harry Hole se ale povedlo to nejdůležitější. Dostali jsme povedenou krimi, která by sice mohla být podstatně originálnější, osobitější, a vlastně i temnější, zároveň má však potenciál zaujmout i náročného diváka.

**FILIP JAROŠEVSKÝ**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

### Oznámení

• 2 přednášky: Staré texty pod lupou, jak se dochovali a jak je historici ověřují s použitím archeologie. 21. a 28.4. v Křížstálovém sálu Staré radnice Brno. Vždy v 18.00. Vstup volný. Přednáší W. Bynum, historik z Wayland Baptist University. Více info: [www.krestane-brno-vin.cz](http://www.krestane-brno-vin.cz)

INZERCE

**iDNES.cz | SPOTŘEBITEL**

**NOVINKA**



**PŘEDSTIHNĚTE  
NEJVĚTŠÍ EXPERTKU  
NA SLEVY!**



**-50%**

# Banát. Jarní předvoj festivalu v podobě pivních slavností

**Na přelomu dubna a května bude v rumunském Eibenthalu veselo, poté také v srpnu během festivalu.**

V rumunských kopcích vysoko nad Dunajem leží Banát, region, v němž od 19. století žijí čeští krajané. Založili zde sedm vesnic, z nichž dodnes zůstalo šest. Zachovali si nejen svůj jazyk, ale i českou kulturu, tradice a srdečnou pohostinnost. Spolu s krásnou přírodou a bohatým kulturním programem přitahují do Banátu každý rok stále více turistů. „Pod hlavičkou Festivalu Banát proto pořádáme více akcí, díky nimž do oblasti dostaneme další návštěvníky, a to nejen z Česka, ale i z Rumunska. Jsou to například květnové Pivní slavnosti na Eibenthalu, tradiční letní hudební Festival Banát nebo říjnové Eibenthalské hody,“ uvedl zakladatel festivalu Štěpán Slaný.



Pivní slavnosti na přelomu dubna a května FESTIVALBANAT.CZ

## Jaro a pivo

Novinkou letošního roku jsou jarní Pivní slavnosti na Eibenthalu, které se konají 30. dubna až 3. května. Program nabídne například tradiční pálení čarodějnic, velikonoční zvyky, hudební a folklorní vystoupení, pivní ochutnávky či doprovodný program pro děti. „Díky covidu, kdy i v Rumunsku bylo zakázáno cestování, tento kraj

objevilo mnoho rodin z Rumunska. Někteří si tu koupili domy, mnoho se jich sem vrací. Od Čechů očekávají hlavně dobré pivo, tak jim ho chceme touto akcí dopřát,“ vysvětluje vznik Pivních slavností Štěpán Slaný.

## Návrat Bow Wave

Hlavní část sezony tvoří již zmíněný hudební Festival Banát, který se uskuteční od

19. do 23. srpna. Vystoupí například rapper Rest, skupiny Midi Lidi, I Love You Honey Bunny, Circus Problem, 12:Piet nebo zpěvačky Lucie Redlová a Bára Zmeková. Po více než 18 letech se na pódium vrátí také hiphopová skupina Bow Wave, která odehraje comebackový koncert právě v Banátu. Součástí festivalu jsou kromě koncertů také workshopy, divadelní

představení a program pro děti. Organizátoři chtějí akci více otevřít rodinám.

Vstupenky jsou v prodeji na webu festivalu. Cena balíčku s dopravou vlakem začíná na 6 799 korunách, děti do 15 let platí 4 399 korun. Vstupenky za zvýhodněnou cenu je třeba objednat do konce dubna. Ubytování je zajištěno v kempu nebo za příplatek u místních obyvatel, v penzionech či nově v glampingových stanech v přírodě nad vesnicí.

INZERCE

**400 extra bodů**  
za stažení aplikace Moje dm

**Celé dm v jedné appce**

Pohodlné nakupování, dmLIVE, exkluzivní eKupony, nákupní seznam, eÚčtenka, Scan&Go. Vše na dosah ruky s aplikací **Moje dm**.

\* Více informací na [dm.cz/app](https://dm.cz/app)

**dm**  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

## Vlakem, či letadlem?

Tradičně bude vypraven festivalový vlak Banát Expres z Prahy, který se svými 16 soupravami patří k největším v Evropě. Vyjždí den před začátkem programu z pražských Holešovic a nabídne i několik improvizovaných koncertů během jízdy. Nově v květnu zahájí letecká společnost Wizz Air dvakrát týdně přímou linku z Prahy do rumunského Temešváru, odkud je možné pokračovat do Eibenthalu veřejnou dopravou do Oršavy a pak místním taxi do Eibenthalu. **IBE**

## I VE FILMU

Zájemci se mohou s regionem seznámit také prostřednictvím dokumentu **Česká srdce Banátu** od Jiřiny Šimkové a týmu studentů ČVUT v Praze.

- Film mapuje historii i současný život českých krajanů. Lze jej vidět v květnu v Pardubicích (4. 5.) nebo v červenci v jihočeských Chotěmících (25. 7.). **MET**

## The Prodigy jsou zpět

Elektroničtí pionýři

The Prodigy se vrací do Prahy v rámci European Tour 2026 a 23. listopadu vůbec poprvé vystoupí v O2 areně. Fanouškům slibují intenzivní vizuální show plnou nekompromisní energie, která kapelu provází přes 35 let. Vstupenky budou v prodeji v síti Ticketmaster a Ticketportal od pátečních 10 hodin. **MET**



## KRÁTCE

### Závislej na žraní

Kapela Linie vznikla jako pokračování rodinné hudební vášně a její jádro tvoří sourozenci Josef a Rostislav Květoňovi. Nyní kapela vydává debutové album *Závislej na žraní*. Společně s deskou posílá do světa také videoklip k písni *Alfasamec (Laj Laj Laj)*, který už je ke zhlédnutí na platformě YouTube. Album pak pokřtí na koncertě 24. dubna ve Znojmě.

### Hudba z ráje

Festival Hudba z ráje přináší operu a klasickou hudbu do Českého ráje a letos slaví jubilejní 10. ročník. Návrstevníky láká na díla jako *Carmen*, *Prodaná nevěsta* nebo *Rusalka* i na známá jména – *Karolína Cingrošová*, *Lubomír Brabec*, *Barbora Kodetová*, *Petr Kostka* nebo *Carmen Mayerová*. Letošní ročník zahájí 4. července zmiňovaná *Carmen* v kulisách Prachovských skal. **MET**

# SERVIS

**SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ**

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

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

## Tučňáci v Chile

Z města Punta Arenas se dá vyrazit trajektem přes Magalhaesův průliv do Ohňové země, kde se nachází městečko Porvenir. To jsem taky udělala, i když Porvenir pro mě nebyl hlavním lákadlem, tím byla unikátní kolonie tučňáků královských, která se nachází zhruba dvě hodiny dopředu z Porveniru. Projíždět Ohňovou zemí je zážitek – vidět tu ohromnou rozlehlost, nízkou osídlenost a jen sem tam nějaký statek s ovce. Tučňáky královské jsem ještě nikdy na vlastní oči neviděla, a proto jsem se na to velmi těšila. Abyste se dostali dovnitř, je

**” Mohla bych je pozorovat hodiny a myslím, že by mě to nepřestalo bavit.**

potřeba mít rezervaci na určitou hodinu, na pozorování se totiž chodí jen v malých skupinách. Jsou zde k dispozici vyhlídkové věže a určité se hodí i dalekohled. Za dozoru školených pracovníků procházíte po cestičkách okolo kolonie, dostanete výklad o jejich životě, chování a rozmnožování. Věděli jste, že

jsou schopni se ponořit až do hloubky 300 metrů? A že se každý rok vrací hnízdit na stejné místo, do stejné kolonie? Že se dožívají až 25 let? Myslím, že tučňáci jsou jedni z nejroztomilejších zvířat, je jedno, o jaký se jedná druh, ale vidět jen, jak třepotají křídly nebo cupitají, mě prostě vždycky dostane. Mohla bych je pozorovat hodiny a myslím, že by mě to nepřestalo bavit. Návštěva však byla omezená zhruba na hodinu, tak jsem si pak alespoň nakoupila nějaký suvenýr na památku. Takže nyní vždycky když si oleču svoje modré ponožky s tučňáky, vzpomenu si na ně a na to, jak mi v ten moment bylo krásně.



**TROTAMUNDOS**  
VĚČNÁ CESTOVATELKA  
A OBDDIVOATELKA ZAJÍMAVÝCH KULTUR

### POČASÍ

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
8/12 °C	8/12 °C	8/12 °C	9/13 °C

Teplotní rekordy: ↓ -5,8 °C (1888) ↑ 23,6 °C (1986) Bio: ❤️❤️❤️

**ČT1**



**20.15 Vyprávěj**  
Seriól (ČR, 2009-2013)

**21.05 13. komnata Ilony Svobodové**

**21.35 Bábovky**  
Tragikomedie (ČR/SR, 2020).  
Hrají: O. Vetchý, J. Plodková, L. Vlasáková, M. Tactik, O. Hes.  
Režie R. Havlík

**23.09 Výsledky losování Šťastných 10**

**23.10 Inspektorka Candice Renoirová VI**

**00.05 AZ-kvíz**

**ČT2**



**20.00 Modrá krev**  
Lobkowiczové. Dokumentární cyklus o české šlechtě (2017)

**21.00 Žlutou žábou až do Mongolska (7/12)**  
Atomové město a tajná služba

**21.30 A pak byla tma**  
Nový dokument A. Rychlíkové

**21.55 Zabiják**  
Krimidrama (N/It./Fr., 1972).  
Hrají: J. Gabin, F. Testi, B. Blier, G. Depardieu. Režie D. de La Patelliere

**23.25 Konec války v barvě (2/5)**  
Američané na Labi

**NOVA**



**20.20 Extrémní proměny II (6)**  
Matěj je mladý kluk, který dokáže pomáhat všem lidem okolo, ale na svůj život kašle. Obezita mu vzala aktivní život a pomalu mu ničí i zdraví

**22.20 Survivor Česko & Slovensko V (20)**  
Trošečníci za sebou mají již více než měsíc na pustém ostrově a čím dál více poznávají, jak důležitá je spolupráce v kmeni

**23.40 Kriminálka Vegas II (10)**  
Oči. Krimisériál (USA, 2022)

**00.40 Kriminálka Miami (4, 5)**

**PRIMA**



**20.15 Kamarádi (92)**  
Rodinný seriól (ČR, 2026).  
Veronika s Kájou řeší, jestli jejich maminka nebude sama v domě osamělá. Hrají: A. Chocholatá, D. Gránský, J. Komínek, P. Dérgetl

**21.40 Show Jana Krause**  
Jan Kraus, jak ho znáte, v úspěšné show! Aktuální hosté, témata bez cenzury a ta nejlepší late night show

**22.40 Show Jana Krause**

**23.55 Ano, šéfe!**

**00.50 Policie v akci**

**ÓČKO**



**19.00 TEREZA MAŠKOVÁ WEEK: TOP 3 DEBUTY**

**19.15 Óčko hity**

**20.00 O Black List**  
Hip hop a r'n'b

**21.00 Hot hity**

**21.40 NAKED WARM UP 15+**

**22.00 NAKED WARM UP 18+**

**22.15 NAKED ATTRACTION ČESKO & SLOVENSKO**

**23.10 ONEBLADE NAKED: DRUHÁ ŠANCE**

# 4 KROKY K JARNÍ POHODĚ

## Bolest a zánět kloubů?

**Nenechte se omezovat ve svých každodenních činnostech!**

Vyzkoušejte osvědčený zdravotnický prostředek **REVMABLOK AKUT FORTE**. Účinný přípravek při bolestech a ztuhlosti přetížených, revmatických a degenerativně postižených kloubů. Omezuje bolest a brnění kloubů, uvolňuje ztuhlost kloubů a zlepšuje jejich hybnost. Aktivně zklidňuje záněty a otoky kloubů. Spojením prověřených látek, bylinných extraktů a rašeliny je pozitivní účinek na klouby ještě zesílen.

Příjemná, nelepivá a snadná aplikace formou masáže v oblasti kloubů. To je **REVMABLOK AKUT FORTE!** Vyzkoušejte ještě dnes! K dostání ve všech lékárnách.

Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



## Pro čisté a jasné vidění

**Pocítujete při nošení kontaktních čoček nepříjemné řezání, pálení či suchost očí? Pak je potřeba si vybrat ten správný roztok na kontaktní čočky.**

Potřebný komfort vašim očím zajistí zdravotnický prostředek **OCUTEIN SENSITIVE roztok na kontaktní čočky**. Nejenže čočky účinně čistí a dezinfikuje, ale díky jedinečné kombinaci hyaluronanu sodného a hypromelózy čočky výborně hydratuje a lubrikuje. Při jejich nošení tak budete cítit maximální pohodlí a zlepší se komfort vidění i **pro velmi citlivé či suché oči**. U každého balení je navíc pouzdro na kontaktní čočky zdarma. K dostání pouze v lékárnách.

**Maximální pohodlí bez vysychání, mlžení a řezání v očích.**

Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



## Dejte sbohem nehtové mykóze díky síle konopí!

**Projevy nehtové mykózy, jako je nezdravé žloutnutí, zvýšená lámavost či třepení nehtu, jsou nejen estetickým, ale i zdravotním problémem. Často k nim stačí málo – návštěva sprch ve fitness centru nebo nevhodná obuv.**

Účinné a šetrné řešení přináší **Cannaderm Mycosin FORTE sérum**, certifikovaná přírodní kosmetika, která garantuje nejvyšší kvalitu přírodních surovin. Díky unikátním vlastnostem konopného oleje nezůstávají antimykotické látky batterikal a hřebíček jen na povrchu, ale pronikají do všech vrstev nehtu. Kombinace účinných látek efektivně potlačuje množení plísní a napomáhá obnově poškozeného nehtu.

**Udržujte své nehty zdravé dlouhodobě. Kompletní řadu konopné péče Cannaderm najdete v lékárnách i v prodejnách zdravé výživy.**



### Nedají vám zuby spát?

**Ulevte si rychle od problémů se zlobivým zubem, s citlivými dásněmi nebo odhalenými krčky.**

Spolehněte se na účinný přípravek **Dentacol**, který rychle uleví od nepříjemných pocitů v dutině ústní. Díky přírodnímu složení s obsahem hřebíčku a skořice Dentacol rychle zklidní problematické místo a pozitivně působí na mikroflóru ústní dutiny bez jakýchkoli vedlejších účinků. Obsažený alkohol navíc hubí nežádoucí mikroorganismy v ústech.

**Dentacol z lékárny rychle zklidní zlobivý zub či citlivou daseň a zajistí vám dlouhodobou úlevu.**



## „Za den a půl jsme toho už zvládly hodně“

České tenistky mají za sebou první tréninky v Bielu, kde v pátek a sobotu odehrají kvalifikaci Poháru Billie Jean Kingové proti domácímu Švýcarsku. Postupně si zvykají na povrch a prostředí, k týmu se v pondělí připojila i čerstvá vítězka turnaje v Bogotě Marie Bouzková (na snímku). Debutující kapitánka Barbora Strýcová při on-line setkání s novináři řekla, že o sestavě ještě jasno nemá. „Na to, že jsme tady teprve den a půl, jsme toho zvládly spoustu. Když jsme přijely, centrální kurt už byl připravený a mohly jsme si na něm dvě hodiny zatrénovat. Máme za sebou i ranní trénink, který proběhl moc fajn. Je to tady zatím skvěle připravené a šlape to jako švýcarské hodinky,“ uvedla včera Strýcová. **ČTK**

### ČÍSLA DNE

# 26

Automobilový jezdec Dominik Střítecký se po roční přestávce naplno zapojí do domácího rallyového šampionátu a pokusí se získat mistrovský titul, jako se mu podařilo v roce 2024. V minulé sezoně byly prioritou šestadvacetiletého závodníka starty v evropském šampionátu. Mimo české území se však chystá představit také letos. „V této chvíli je jistá účast ve Španělsku, v Římě a Polsku,“ uvedl Střítecký, jenž bude o body do evropského šampionátu usilovat i ve Zlíně na Barum rallye.

# 400

Hokejisté Buffala porazili v zápase NHL Tampu Bay 4:2 a dotáhli se na ni v čele Atlantické divize. Nikita Kucherov dal za poražené Lightning 400. gól v kariéře. **ČTK**

# „Musím jet úplně všechno“

## Kanoista Fuksa musí změnit plány.

Olympijský vítěz Martin Fuksa kvůli novému systému kvalifikace kanoistů na olympijské hry nebude v nadcházející sezoně vynechávat žádné velké mezinárodní závody. Plánuje absolvovat všechny tři díly Světového poháru, mistrovství Evropy i mistrovství světa.

Zatímco ještě pro hry v Paříži 2024 získávali rychlostní

kanoisté pro své země kvóty zejména na mistrovství světa v předolympijském roce, pro OH 2028 v Los Angeles se kritéria mění. Nově bude rozhodovat žebříček, tedy dlouhodobá výkonnost.

Pro dvaatřicetiletého Fuksu, který před dvěma lety získal na kilometru vytožené olympijské zlato, to znamená změnu plánů. „Myslel jsem, že čím budu starší, tím bych mohl své starty omezit na ty opravdu důležité. Kvůli olympiádě je ale potřeba sbírat body do žebříčku, musím

tedy objet úplně všechno. Ale furt mě to baví,“ uvedl.

První ostrý start ho čeká za měsíc na Světovém poháru v Szegedu. O týden později je na programu další Světový pohár v Brandenburku, v červnu mistrovství Evropy v Portugalsku, v červenci SP v Montrealu a na konci srpna mistrovství světa v Poznani.

Kvůli náročnému programu Fuksa vynechá dubnové domácí kontrolní závody v Račicích, maximálně na nich pojedje debl s bratrem Petrem. **ČTK**



Vrcholem sezony pro Fuksu bude světový šampionát v Polsku. **MAFRA**

### KRÁTCE

#### První v Aténách?

Maraton bude mít od roku 2030 vlastní mistrovství světa. Bude se konat každoročně, střídavě pro muže a ženy. V programu atletických světových šampionátů počínaje rokem 2031 maraton ani jiné silniční běhy nebudou. Informovala o tom Světová atletika. O uspořádání prvního ročníku MS v maratону začala mezinárodní federace jednat s Aténami.

#### Ledové novinky

V týmu hokejistů extraligového Kladna ukončili působení švédský brankář Oscar Dansk a americký obránce Wyatt Wylie. Hledají si nové angažmá. Rytíři o tom informovali na klubovém webu. Naopak obránce Karel Křepelka a útočníci Aleksi Rekonen s Vojtěchem Malínkem budou nadále hrát hokejovou extraligu za Mladou Boleslav. **ČTK**



## Zradil ho prst na noze

Český tenista Jakub Menšík (na snímku) odstoupil krátce před včerejším zápasem prvního kola s Maďarem Fábiánem Marozsánem z turnaje Masters v Monte Carlu. Podle webu ATP Tour se odhlásil kvůli zranění prstu na noze. V pavouku ho nahradil poražený hráč z finále kvalifikace Damir Džumhur z Bosny a Hercegoviny. **ČTK**