

metro



Most se vrátil do doby Karla IV.

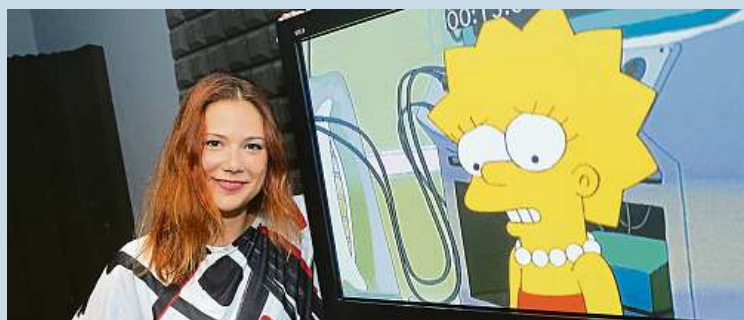
Na včera připadlo **667. výročí položení základního kamene Karlova mostu** v Praze. Královský **průvod** na něj zamířil **od Malostranské mostecké věže**. Následovalo symbolické poklepání základního kamene **na Křižovnickém náměstí přesně v 5.31**, tedy ve stejné chvíli, kdy ho 9. července 1357 položil český král a římský císař Karel IV.

Možná nepřišel pozorovat vlaky

Přibližně ve třiceti stanicích spustila Správa železnic osvětovou kampaň, která má upozornit cestující na typické projevy chování lidí, kteří můžou mít sebevražedné úmysly. „Důležité je nebyť lhostejný,“ říká šéf Správy železnic Jiří Svoboda. **STRANA 4**

„Líza už mě teď tolik nerozhodí“

Herečka, zpěvačka a dabérka Ivana Korolová má na svém kontě seriálové, filmové i divadelní role. Sedm let je také hlasem Lízy Simpsonové. „Dnes už se s paní Štáchovou neporovnávám, ale stále mám z tohohle dabingu respekt,“ říká pro deník Metro. **STRANA 10**





NEWS

ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

Výtluky v Barrandáku spravují i „mikrovlnkou“

České silnice nově žehlí výkonnější generace takzvaných mikrovlnných cestářů. Díru na vozovce zacelí do dvaceti minut.

Když bylo před dvěma lety, těsně před jednou z prvních plánovaných etap generální opravy pražského Barrandovského mostu, potřeba rychle a efektivně odstranit havarijní výtluky, využila k tomu Technická správa komunikací (TSK) inovativní mikrovlnnou technologii s názvem FUTTEC. Tato metoda slouží k rychlým a trvalým opravám výtluků na asfaltových vozovkách. Při její aplikaci navíc nevznikají žádné spáry, takže předchází opakování oprav jedné poruchy, a tedy i potřebě uzavírek. Podle mluvčí TSK Barbory Liškové se mikrovlnky, jak se zařízením FUTTEC nejen mezi cestáři přezdívá, používají na pražských vozovkách dodnes.

„Tuto technologii používáme už několik let. Spolupráci s mikrovlnnou technologií jsme naplno rozjeli už v roce 2022 opravou výtluků na hlavních tazích, jako Jižní spojka a lanový most, Šterboholská spojka, Liberecká, Barrandovský most a podobně. Jedná se o stovky komunikací, kde tuto technologii do dneška využíváme,“ říká pro deník Metro Lišková s tím, že se tým pražské městské firmy před používáním v provozu nespolehal jen na marketingové řeči. Bezspárovou technologii si otestoval ve vlastní k tomu určené akreditované laboratoři.

„V současnosti mikrovlnná zařízení využíváme zejména u menších výtluků na novějších komunikacích, kde díky tomu prodlužujeme životnost povrchu. V čem všem tkví jeho výhody je ovšem na delší povídání,“ dodává pro Metro s úsměvem Lišková.

Z Prahy do Ameriky

Společnost FUTTEC má na mikrovlnný systém pro rychlou, neinvazivní a trvanlivou opravu výtluků na asfaltových vozovkách český i evropský patent. Se svou technologií se etablovala nejen na českých silnicích, ale proniká také na ty světové. Nedáv-



Systém preventivních oprav výtluků pomocí mikrovln je určený k celoročním opravám silnic, cyklostezek či parkovišť. 3x FUTTEC

no ji představila v Rakousku, Německu i v USA. Vývojářský tým firmy se rovněž během let intenzivně věnuje dalšímu vývoji unikátního konstrukčního řešení svých strojů pro cestáře.

„Naše firma nedávno vyvinula již třetí generaci mikrovlnného cestáře série FT3. Ta je výkonnější a rychlejší než její předcházející verze, o kterých v minulosti informoval i deník Metro. Během práce v terénu s Ředitelstvím silnic a dálnic (ŘSD), i v Praze ve spolupráci s TSK, spojené s testováním svých strojů nabyla řadu znalostí a zkušeností. Ty následně aplikovala na své stroje, aby je ještě více přizpůsobila potřebám uživatelů i nejrůznějším přírodním podmínkám,“ popisuje pro deník Metro mediální zástupkyně firmy Marie Žuchadar Cimplová.

Rychleji „peče“ celá země

Pokud celou věc hodně zjednodušíme, dalo by se v současnosti říct, že na české komunikace v současnosti vyjíždí nová generace mikrovlnných cestářů. Tato zařízení mají o šedesát procent vyšší výkon než jejich předchůdci a výtluk o velikosti osmdesát

krát osmdesát centimetrů dokážou opravit za zhruba dvacet až pětadvacet minut. Stroje jsou navíc vybavené zdokonaleným systémem řízení ohřevu, který optimalizuje ohřev povrchu výtluku. Vývojáři zároveň doladili i technické parametry jedné ze samostatných využitelných komponent, takzvané mikrovlnné pece.

„Pec je ideálním řešením pro silnice v horším stavu, které jsou plné větších výtluků a často se blíží ke konci své životnosti. Samostatná mikrovlnná pec šetrně a rovnoměrně nahřeje dodávanou asfaltovou směs a umožní tak kvalitní, byť jen dočasnou opravu výtluku. Neumožňuje totiž nahřátí celého opravovaného místa. Její použití je ale flexibilnější, rychlejší a ekonomičtější než u mikrovlnného cestáře,“ vysvětluje zakladatel firmy FUTTEC Jiří Rušíkvas s tím, že to je důležité zvláště, přihlédneme-li k tomu, že zacelení velkých výtluků často slouží k prodloužení životnosti špatné silnice druhé a třetí třídy před její celkovou rekonstrukcí. „A trvanlivé, ekonomicky náročnější opravy v rámci preventivní údržby zde proto ne-



Firma má i vlastní cedule. Ty se nevymlouvají, ale spíše vnaří.

jsou nutné. Aktuálně jednáme se širokou sítí půjčovně strojů v jednotlivých regionech, kde si budou moci zájemci – především města a obce – tuto mobilní sestavu zapůjčit,“ dodává pro deník Metro Rušíkvas.

Lidé z FUTTEC navíc podle nyní podle Žuchadar Cimplové pracují na vývoji celkového ekosystému oprav asfaltových komunikací mikrovlnnou metodou. „Ten by zahrnoval i včasnou detekci výtluků, a na větším využití umělé inteligence a Big Data,“ míní Žuchadar Cimplová.

Levné infrapaprsky

Hlavní výhoda opravy výtluku mikrovlnnou technologií spočívá z pohledu českého řidiče v tom, že je rychlá a fakticky při ní nedochází k uzavření vozovky, dlouhým objížděním ani dopravním kolonám. Další výhodou je, že oprava uvádí asfaltovou vozovku do původního stavu. Současné opravy vozovek na českých silnicích nicméně stále neprobíhají preventivním způsobem, tedy v době, kdy dojde ke vzniku výtluku. Pokud se přitom výtluky zacelí včas, díra se nerozšíří a na ušetřených nákladech „vydělají“ všichni. Náklady na opravu vozovky prostřednictvím mikrovlnné technologie FUTTEC jsou navíc přibližně poloviční oproti nákladům na její opravu dosud využívanými způsoby. „Na jednotlivé opravy navíc dáváme záruku tři roky. Nedochází po ní totiž k opakovaným opravám výtluků, které nejsou na počátku zaceleny dokonale,“ uzavírá Rušíkvas.



V Odoleně Vodě proběhla předváděcí akce pro zástupce středočeských měst a obcí. Jejím výsledkem byl hromadný nákup.

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

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990.
T. 734843403

Se spolujednateli není řeč?



608 728 636

Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte.

§ nepotřebujete souhlas spolujednatelů

👍 cenová nabídka zdarma

💰 peníze ihned při podpisu smlouvy

👉 skayocapital.cz



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

Proč e-Finance, a. s.?

**ZAJIŠTĚNÉ E-FINANCE
DLUHOPISY**

až 9 %

**ROČNÍ
VÝNOS**

Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Skupina e-Finance disponuje zajímavým portfoliem dluhopisů:

- Jednoleté zajištěné dluhopisy s výnosem **8,5 %** ročně
- Dvoutleté zajištěné dluhopisy s výnosem **8 %** v prvním roce a **7 %** ve druhém roce
- Třileté zajištěné dluhopisy s výnosem **9 %** v prvním roce, **8 %** ve druhém roce a **7 %** ve třetím roce
- Čtyřleté protiinflační dluhopisy s výnosem roční míra inflace **+1 %**

Investice e-Finance jsou vidět! Tím, že společnost e-Finance investuje finanční prostředky svých investorů do investičních nemovitostí, které následně má ve své správě, tak investoři mohou tyto „investiční projekty“ sami navštívit.

ČNB schvaluje prospekt dluhopisů z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na www.e-finance.eu/dluhopisy-informace.



Zámek Račice



EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar

Jedná se např. o tyto projekty:

- ▶ **EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar**
- ▶ **eFi Palace Hotel*****
- ▶ **Zámek Račice v Račicích-Pístovicích**
- ▶ **EFI Residence Holzova 28**
- ▶ **EFI ApartHotel Horní Lipová v Jeseníkách.**

Další projekty e-Finance najdete přímo na webu e-Finance v záložce **PORTFOLIO INVESTIC**.

DOPORUČUJEME, aby si potenciální investoři přečetli základní prospekt spolu s jeho konečnými podmínkami, nežli učiní investiční rozhodnutí, aby tak plně pochopili potenciální rizika a výnosy spojené s rozhodnutím investovat do cenných papírů.

Dluhopisy e-Finance můžete objednávat přes internet, emailem, telefonicky, osobně.

www.e-finance.eu

info@e-finance.eu

BRNO, eFi Palace Komplex, Bratislavská 52
+420 515 555 555

PRAHA, Budova City Empiria, Na Strži 1702/65
+420 515 555 525

LUXUSNÍ UBYTOVÁNÍ S WELLNESS V CENTRU BRNA

+420 515 557 500 recepce@efispahotel.cz www.efispahotel.cz

- Součástí hotelu je restaurace EFI Hostinec Osmec (tradiční česká kuchyně oděná do moderního kabátku) s vlastním řemeslným EFI Pivovarem s možností exkurzí. Doporučujeme ochutnat naši EFI Dvanáctku, která nyní získala stříbrnou medaili na Mezinárodním pivním festivalu.
- Pobyty se snídaní, možnost polopenze.
- Kryté parkování v areálu včetně dobíjecí stanice na elektromobily.
- Wellnes (finská sauna o ploše 36 m², vířivka pro 6 osob, hyperbarická komora OXYLIFE).



Sleva 10% na ubytování s kódem **METRO10** platná při rezervaci přes www.efihotel.cz. Sleva platí do konce roku 2024.

**EFI
SPA HOTEL**



„Působí zamyšleně. Možná nepřišel pozorovat vlaky“

Přibližně ve třiceti stanicích spustila Správa železnic osvětovou kampaň, která má upozornit cestující na typické projevy chování lidí, kteří mohou mít sebevražedné úmysly. Motto kampaně je: Možná nepřišel pozorovat vlaky, možná nevidí světlo na konci tunelu. „Naším cílem je motivovat okolí, aby nebylo lhostejné a nebálo se lidí s podezřelým chováním oslovit.“ říká šéf Správy železnic Jiří Svoboda a dodává: „Zaměření a styl kampaně jsme vypracovali spolu s odborníky z Národního ústavu duševního zdraví (NÚDZ), kteří chtěli rozšířit informace o typických vzorcích chování sebevrahů na nádražích a v jejich okolí a také rozšířit povědomí o Lince první psychické pomoci.“

Pozná i laik člověka, který zvažuje na nástupišti sebevraždu?

Odborníci z Národního ústavu duševního zdraví mají s tématem sebevražd rozsáhlé zkušenosti. Z jejich zkoumání vyplývá, že lidé, kteří mohou mít sebevražedné úmysly, se často chovají podle určitého vzorce, a ten je ještě posílený prostředím. V praxi si tak skutečně i běžný cestující může všimnout člověka, který se trochu vymyká ostatním. Může to být jenom fa-

noušek železnice, ti také stojí na konci nástupišť a do vlaků nenastupují. U člověka, který uvažuje o sebevraždě, se ale specifických rysů přidává víc: Působí zamyšleně, smutně, odkládá svoje osobní věci na hromádku, často se na nádraží vrací. To jsou vzorce chování, kterých je dobré si všimnout a na které upozornit je společná kampaň NÚDZ a Správy železnic.

Jak se případně zachovat ve chvíli, kdy spatřím podezřelé chování?

Především je dobré sebrat odvahu a daného člověka oslovit. I v kampani říkáme, že někdy stačí navázat kontakt, pozdravit, zeptat se, jestli je všechno v pořádku. Díky kolegům z NÚDZ víme, že to může být klíčový moment, který daného člověka od černých myšlenek odvede. Pokud se nám něco nezdá, je dobré také oslovit personál Správy železnic. Je připraven pomoci.

Zkuste trochu popsat pozadí vzniku kampaně. Kde jste se inspirovali?

Správa železnic se tématu bezpečnosti věnuje dlouhodobě. Vypíchnout můžeme třeba naši loňskou kampaň Budeš nám chybět, kde jsme odrazovali od rizikového chování, třeba od přebíhání kolejí



Generální ředitel Správy železnic Jiří Svoboda

ARCHIV SZ

nebo šplhání na odstavené vagon. Dlouhodobě také děláme workshopy, kde dětem a mladým lidem vysvětlujeme, jak se na železnici chovat, aby vše bylo bezpečné. Není nám zkrátka jedno, co se děje na kolejích i v jejich okolí. U letošní kampaně jsme se inspirovali i v zahra-

ničí a podobu jsme konzultovali s odborníky z Národního ústavu duševního zdraví.

Má načasování kampaně důvod? Statistiky totiž tvrdí, že nejvíce sebevražd je na jaře.

V létě je hodně oblíbené cestování vlakem, na cesty vyráží skupiny mladých lidí, na

které je kampaň částečně cílená. Právě toho jsme chtěli využít.

Kde se s kampaní můžeme setkat? Má také on-line verzi?

V tuto chvíli je kampaň na několika desítkách větších nádraží Správy železnic. Vybírali jsme důležitá dopravní centra, aby se s tématem seznámilo opravdu co nejvíc lidí. Chceme ale využít i toho, že profily Správy železnic na sociálních sítích mají velký dosah, takže se kampaň v průběhu léta objeví i na nich.

Mimochodem, nedávno se dočkalo rozsáhlé rekonstrukce nádraží v Adamově na Blanensku. Nově tady jsou i kamery napojené na umělou inteligenci. Jak se zatím systém osvědčil? A může být i tohle cesta k bezpečnějšímu provozu?

Systém se osvědčil, byť zatím jde stále o zkušební provoz. Je to jednoznačně krok ke zvýšení bezpečnosti. Počítáme s tím, že do budoucna budou tyto typy systémů schopné samostatně vyhodnocovat i takové situace, jako je podezřelé chování lidí, kteří mohou mít sebevražedné úmysly. Umělá inteligence je rozpoznaná přesně podle zmíněných indicií, jako jsou typické vzorce chování. **MAREK HÝŘ**

Fotbalista Lavi hraje na Ústecku

Fotbalové hřiště v Bořislavi na Teplicku s výhledem do kraje se stalo dějištěm natáčení scén do pokračování divácky úspěšného snímku Vyšehrad: Fyln. Komédie vypráví další příběhy extravagantního fotbalisty Laviho v podání Jakuba Štáfka. Na plátně se objeví vedle dalších známých i nových postav také místní amatérští fotbalisté. Míra ztřeštěnosti a nadsázky je ještě větší, než byla, dvojka je zároveň výpravnější, dál platí, že lidé by se měli v kinosálech hlavně bavit. Vyšehrad: Fyln měl premiéru v kinech v roce 2022 a vidělo jej přes 700 tisíc diváků, předcházela mu on-line seriál. První myšlenka na pokračování přišla už při natáčení. „Spoustu věcí

jsme čerpali z toho, co se ve fotbalovém prostředí děje, náměty tak vlastně píše někdo jiný. Oříšek byl v tom, být lepší než u posledního výkonu, když laťka je relativně vysoká,“ uvedl Štáfek. Film končí tím, že Lavi přestupuje do zahraničí. „Všechno se stočí jinam a Lavi se usídí v týmu FK Smrkov, kde o zajímavé příběhy a postavy není nouze,“ uvedl režisér Martin Kopp. Natáčet se bude v kraji ještě v Sebusině na Ústecku a v Kulturním domě v Ústí nad Labem. „Pro nás je obrovský úspěch, že vedle Buenos Aires a Prahy je ve filmu Ústecký kraj,“ řekla Barbora Hyšková z Filmové kanceláře Ústeckého kraje, která nabízí filmařům pobídky. **ČTK**



Hlídky sysly

Lidé, kteří krmí kriticky ohrožené sysly obecné v Mladé Boleslavi na Radoúči nevhodnou stravou, dál ubývá. Letos k tomu znovu přispívají „syslí hlídky“. Návštěvníkům vysvětlují, čím by měli sysly krmit a v jakém množství. Hlídkování v nepočtenější kolonii syslů v ČR je součástí záchranného projektu. **ČTK**



Bydlení
pro život

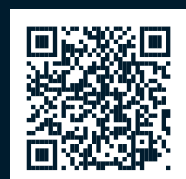
Každý potřebuje bydlet

Vracíme nájemní byty na trh.
Nabízíme garance pro soukromé
majitele bytů a finanční příspěvky
pro obce, které pronajmou své byty.

bydleniprozivot.gov.cz



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR



POPCORN

„EXTÁZI“ PROŽIJETE I

Kdo pátrá, ten uvidí

Vydat se za uměním do Prahy je logické. Jsou tu perly od gotiky po současnost, od manýrismu po kubismus. Vše na jednom místě. Jenže překvapivě hodnotná umělecká díla najdete i v obecně málo známých či zcela neznámých galeriích a výstavních sících v různých místech České republiky. Často v zapadlých koutech země, svým způsobem doslova na vesnici. Zajímavé bývají i návštěvy krajských galerií, ty jsou často neprávem stranou velké pozornosti turistických davů. Někdy musíte pátrat, jindy vás k uměleckým skvostům zavede špatné počasí, které znemožní výlet na kole. Jindy narazíte na sbírku jen při bloumání a čekání na další vlak. Vydejte se proto s námi po takových místech, kde zprvu žádné vzrušení neočekáváte, o to víc ale na vás zapůsobí...

TEXT: PAVEL HRABICA

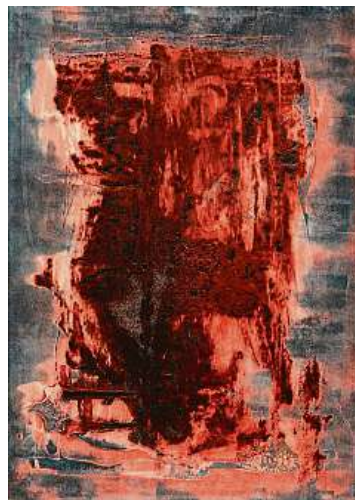
FOTO: AUTOR,

KATARÍNA JAMRIŠKOVÁ
A ARCHIV GALERIÍ



Sochy? Samozřejmě, ale uvidíte také neobyčejné obrazy

Pro východočeské Hořice platí, že žijí po staletí z pověsti kamenosochařství. Proslavená sochařská škola vychovává ale nejen sochaře, ale i malíře. Není divu, v minulosti tu bývalo zvykem, že v každé rodině byl alespoň jeden portrét „pana otce“ či jiného významného člena rodiny. Hořičtí jsou hrdí na svou Galerii plastik z první poloviny 70. let minulého století. Jsou tu přirozeně k vidění díla umělců, o kterých jste zcela jistě alespoň něco slyšeli v hodinách výtvarné výchovy už na základní škole. Od Jana Štursy (mimořadně, narodil se v současnosti tak slavném biatlonovém Novém Městě na Moravě) a řadí se k pilířům moderního českého sochařství. V Hořicích jsou jeho studie, pozdější kopie od jiných autorů i Štursova konečná díla jak v sochařské škole, tak v galerii. Přehlédnout nemůžete jeho Dívku myjící si prs z roku 1925, tedy z posledního roku Štursova života (v galerii je pozdější „rozmožnenina z carrarského mramoru – fotografie nahoře). Pro znalce malířského umění tu je k vidění téměř fotografické plátno Františka Kavána Zima od Hlinska (foto dole). Kdo tuto krajinu, zvláště tu zimní, zná, vydrží u Kavánova obrazu dlouho.



Ostrava není jen Baník

Galerie výtvarného umění Ostrava má na svých stránkách top 100 svých exponátů. Jeden z nejzajímavějších obrazů od Jana Zrzavého Mládí (Jaro) z let 1924 až 1929 na webovém žebříčku není. Musíte za ním osobně, v současnosti je k vidění ve stálé expozici Dům umění v Ostravě (dole). Ze Zrzavého děl tu mají ještě Ostravské haldy II. Sbírkové fondy moravskoslezského města uchovávají i takové mistry, jakými byli Josef Čapek, František Tichý, František Muzika, Vladimír Boudník (vlevo – Strukturální grafika XXI.) či Eduard Ověčáček. Lze vidět i obrazy Václava Brožíka, Julia Mařáka i autora opony Národního divadla v Praze Vojtěcha Hynaise.

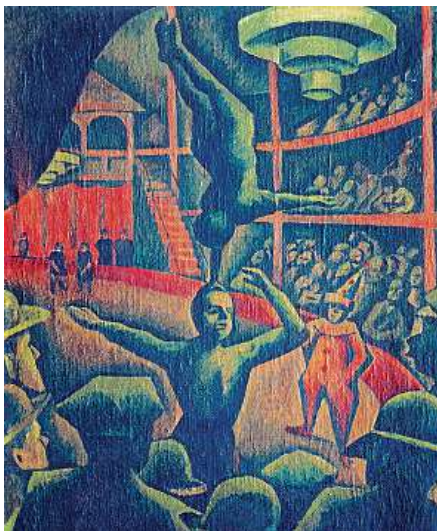


NA „VESNICI“



Cestou z promenády

Karlovy Vary vnímáme buď jako lázeňské srdce Česka, nebo jako centrum filmového umění (jednou za rok). Ale Galerie umění Karlovy Vary je příležitostí poskytnout léčebný proces nejen tělu, ale hlavně duši. Historie tohoto kulturního zařízení spadá do roku 1911. Málokdo tuší, že tu stěny zdobí například Karel Čapek a jeho Muž v klobouku z roku 1958 (vpravo). Obraz byl zakoupen již v roce 1958 od soukromého majitele z Prahy. Obdobný motiv muže v klobouku se nalézá ve sbírkách Moderní galerie v Hradci Králové a také v Muzeu a galerii v Litomyšli. Unikátem karlovarské sbírky je Stmívání od Jakuba Schikanedera (nahore). Ojedinelé je tematikou – krajinou bez městského exteriéru s figurami. Obraz z roku 1909 pořídilo město od soukromé majitelky z Plzně, a to v roce 1974. Motiv zřešení v čisté krajině se objevil už v díle z roku 1903, Večerní krajina (Krajina s břizami, Stmívání), kde je místo pole vodní hladina a tři kmínky břiz vpravo, bílý měsíc vlevo, pochází také ze soukromé sbírky. Ke špičkám karlovarské galerie se řadí Bohumil Kubišta a jeho Cirkus z roku 1911 (dole). Byl zakoupen ze soukromé sbírky v roce 1964. Vedle uvedených autorů si lze ve stálé expozici prohlédnout i obrazy Emila Filly, Jana Preislera, Antonína Slavička či Mikuláše Medka.



PENNY.

OD ČTVRTEK DO STŘEDY
11. 7. – 17. 7. 2024

COŽE?
KRABIČKY A NOŽE!

Se slevou
až 63%

více na www.penny.cz

OCHUCENÝ JOGURT BONI
různé druhy
150 g
100 g 4,60 Kč

6,90
9,90 **30%**

ČERSTVÁ VEJCE VELIKOST S*
30 ks | 1 ks 2,16 Kč

64,90
JEDINEČNÁ NABÍDKA!

VEPŘOVÁ KÝTA*
bez kostí, ve vakuu
cena za 1 kg

89,90
JEDINEČNÁ NABÍDKA!

TĚSTOVINY BEZVAJEČNÉ PENNY
různé druhy
500 g
100 g 2,58 Kč
13,90 Kč

12,90
18,90 **31%**

CUKR KRYSTAL KARLOVA KORUNA
1 kg
17,90 Kč

17,90
26,90 **33%**

NOVÁ SKLIZEŇ

BRAMBORY KONZUMNÍ RANÉ
volné
cena za 1 kg

16,90
29,90 **43%**

KEŘÍKOVÁ RAJČATA
volná
cena za 1 kg

19,90
59,90 **66%**

BROSKVE PARAGUAYOS
balené | 1 kg

37,90
SUPER CENA!

ilustrační foto

* Nejnižší cena za posledních 30 dní. Škrtnutá cena je běžná prodejní cena.

Odběr zboží z tetáku je možný jen v obvyklém množství, maximálně 2 kartony na osobu na den, není-li uvedeno jinak. Fotografie mohou být ilustrační. Vyhrazujeme si právo změny. Další podmínky nabídky na www.penny.cz. * Takto označené produkty nenáleží do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. ** Doporučená prodejní cena výrobce.

Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Body za své nákupy můžete získat do 14. 8. 2024. Získané body lze uplatnit do 21. 8. 2024. Akce platí do vyprodání a vydání zásob v jednotlivých prodejnách Penny Market s. r. o. Podrobná pravidla na www.penny.cz.

POHLED PŘÍMO Z NEBES



Volně k dispozici

Praha, východ středních Čech, jižní Čechy, Pardubicko, Královéhradecko a Vysočina jsou pokryty novými leteckými snímky. Srovnáním aktuálních sad fotografií s těmi z minulých let lze přehledně vidět, jak se mění sídelní struktura i krajinný ráz. Veřejnosti jsou k dispozici na chytremapy.cz, kde lze najít i starší sady snímků, včetně historické ortofotomapy z roku 1950. Vlevo lze vidět snímek Prahy před stavbou lávky Holka a vpravo po ní.



Z letadel do nejmenších detailů

V Jihočeském kraji si lze všimnout pokračování stavby dálnice D3 u Českých Budějovic, záběry jsou z let 2017 a 2023. „Letecké snímkování je uskutečněné v detailu 12,5 centimetru na pixel. Provádíme jej pravidelně za pomoci vlastních letadel Cessna 404 a Partenavia P68 s využitím moderních velkoformátových kamer,“ popisuje Drahomíra Zedníčková ze společnosti TopGis, která snímky pořídila i zpracovala.



Půda i parkování

Nevěšední podívanou z ptáčí perspektivy nabízí i postupná proměna lokality Dívčí hrady v pražské čtvrti Radlice. Na ploše dřívější orné půdy zde město obnovilo původní sady a louky. Snímky nahoře a vpravo zachycují rovněž realizaci parkovacího domu v Dolních Břežanech, v roce 2017 a 2023. **TEXT: MET, FOTO: TOPGIS**



INZERCE

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Pracovník estetickejch oprav vozidel- Praha, opravy estetickejch vad exteriéru i interiéru vozů, leštění karoserie, drobné opravy laku, leštění světel, opravy čelních oken, přeprava vozů, zájem o práci s automobily, ŘP sk. B. E-mail: aaaauto@datacruit.net



AURES Holdings a.s.

Více na www.jobdnes.cz/detail/H7EL3N

Pracovník péče o vozy - Kolín. ŘP sk. B, ochotu pracovat krátký/dlouhý týden, ochotu pracovat ve venkovních prostorách, Miroslava Válková, E-mail: aaaauto@datacruit.net



AURES Holdings a.s.

Více na www.jobdnes.cz/detail/7MMVTE

Úředník odboru legislativního a právního, §4 odst. 3 zák. o úřednících, VŠ stavební, architektura/právo/VOŠ stavební+2 r. praxe/SS stavebnictví+3 r. praxe, znalost zák. norem, MS Office, ŘP sk. B. Tel: 354 222 222; E-mail: miroslava.loudova@kr-karlovarysky.cz



Karlovarský kraj

Více na www.jobdnes.cz/detail/5290EL

Úředník odboru řízení projektů, VŠ projektový management, veřejná správa, ekonomie, právo, dotační management projekty EU, veřejné zakázky, inovačního prostředí, žádosti o dotace, MS Office, ŘP sk. B. tel: 354222401; Email: kveta.hryszova@kr-karlovarysky.cz



Karlovarský kraj

Více na www.jobdnes.cz/detail/QRVBV3

Koordinátor/ka klinických hodnocení, VŠ, Bc./Mgr., AJ, práce s PC, zodpovědnost, pečlivost, samostatnost, dobré komunikační a organizační schopnosti, vysoké pracovní nasazení, systematické myšlení, ochota učít se novým věcem. E-mail: andrea.golova@sukl.cz



Státní ústav pro kontrolu léčiv

Více na www.jobdnes.cz/detail/0FTTNC

Administrativní správce nemovitosti, aktivní přístup k práci i k firmě, příjemné vystupování, samostatnost, obsluha PC, kancelářské techniky, MS Outlook, Excel, Word, perfektní ČJ, AJ a ŘP výhodou. Kontakt: Lenka Hrdonková, Email: lenka.hrdonkova@cebyt.cz



CEBYT Krkonoše s.r.o.

Více na www.jobdnes.cz/detail/Z3UUF9

V lékárně vám poradí A NA POHODOVÉ LÉTO NALADÍ!



Menopauza mě už netrápí

Užívat si života během menopauzy už nemusí být nedosažitelnou představou. Nepříjemné návaly horka, pocení, nespavost, podrážděnost a ztráta libida jsou už minulostí. ELLI vám pomůže proměnit sen o pohodovém životě plném radosti a zážitků ve skutečnost.

Klidný a pohodlný přechod můžete prožít díky spolehlivému doplňku stravy **ElliMenoOsteo FORTE**, který nabízí komplex důležitých látek včetně jetele lučního pro ženy v menopauze i po ní. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Přípravek obsahuje také vitaminy D3 a K2 a vápník, který je potřebný pro zdraví kostí.

Potíže se zažíváním? Vyřešeny jednou provždy!

Nadýmání a nepříjemné pocity v břiše téměř po každém jídle? Časté průjmy i zácpy? Problémy se zažíváním dokáží znepříjemnit život každému z nás, přitom stačí tak málo – zařadit do svého jídelníčku kvalitní vlákninu. Zapomeňte však na klasické psyllium!

Vyzkoušejte jedinečnou kombinaci zlaté lněné vlákniny ze lnu setého a chia semínek – **Zlatěnku**. Právě len setý napomáhá k lepšímu trávení a vylučování. Díky obsaženým omega-3 esenciálním vícenenasyceným kyselinám (PUFA) je pro organizmus hodnotnější než psyllium. Zlatěnka má velice příjemnou oříškovo-máslovou chuť.



TIP na přípravu: Zlatěnku lze přidat také do jogurtů, kaší a jiných pokrmů.

Zapařená pokožka? Máme řešení!

Zapařená pokožka se projevuje jako zarudnutí nejčastěji v oblasti vnitřní strany stehna a genitálií, pod prsy či v záhybech kůže. Tyto svědivé mokvající opruzeniny dokážou pořádně znepříjemnit život.

Vsadte na **IntimComfort®**, který předchází a mírní projevy opruzené nebo zapařené pokožky. Obsahuje speciální roztok určený k boji proti opruzením.

Přípravek je rovněž doplněný o výtažek ze heřmánku, který má skvělé dezinfekční, regenerační a zklidňující účinky. IntimComfort je k dostání ve dvou variantách: jako vlhčené ubrousky nebo ve spreji.



Nohy spoutané otoky?

Uvolněte nohy ze zajetí otoků, křečových žil a těžkosti. Dopřejte si pocit lehkých a svěžích dolních končetin. Ulevte nohám konopím!

Konopné mazání **Venosil** s chladivým efektem poskytuje okamžitou úlevu a osvěžení pro nohy bez otoků, křečových žil, metlíček nebo pocitů těžkosti. Venosil obsahuje unikátní kombinaci konopného oleje a jedle sibiřské doplněnou o rutin, kostival, arniku, fenyl, řepík, mátu a měsíček. Dlouhodobá péče a jemná masáž nohou Venosilem přispívá ke zmírnění obtíží a celkově lepšímu stavu dolních končetin.

Konopná úleva pro vaše nohy je k dostání také jako sprej s aplikací bez nutnosti roztírání.

„Pevně doufám, že se moje Líza líbí i fajnšmekrům“



Každý dabér, který je tak často obsazován jako právě Ivana Korolová, používá čas od času jiné jméno, aby se nezprotivil filmovým studiím. V jejím případě však nejde o pseudonym, spíše o hru se jménem manžela. Někdy je dabérka uváděna jako Ivana Veselá Korolová, Ivana Korolová Veselá či jen Ivana Veselá.

3x PRIMA COOL

Herečku, zpěvačku a dabérku Ivanu Korolovou není třeba dlouze představovat. Kromě toho, že má na svém kontě nespočet seriálových, filmových i divadelních rolí, ji diváci mohou již nějaký ten pátek slyšet na obrazovkách Prima Cool či streamovací platformě Disney+ coby hlas Lízy v seriálu Simpsonovi. Po smrti loutkoherečky, režisérky a dabérky Heleny Štáchové dabing hloubavé holčičky přebrala Korolová před neuvěřitelnými sedmi lety.

Je to klíče, ale musím se zepnat. Jste herečka, zpěvačka, dabérka a také maminka a partnerka. Jak se vám daří tyto životní role vyvažovat? Myslím, že mám plus minus všeho akorát. Pořád se snažím hodně vyvažovat a čas s dcerou Amélií si moc užívám. Zároveň si umí i krásně hrát sama, takže se s ní dá zvládnout dost věcí. Včetně toho, že se mnou jde někdy do divadla na zkoušku, kde je neuvěřitelně trpělivá a hodná.

V čem se nacházíte nejvíc?

To se pořád mění, mám pocit. Někdy mám pocit, že by mi stačilo být jen maminka a hrát si a vařit a pečovat o domácnost a scházet se s rodinou, a pak zas cítím, že potřebuju vypadnout a seberealizovat se. Takže já se asi cítím dobře v té své rovnováze, kdy mám od každého něco. Ale dceři se hodně věnujeme oba s manželem. A krásně se to vrací.

Váš hlas už neodmyslitelně patří k seriálu Simpsonovi. Připravujete se na něj nějak speciálně?

Ze začátku jsem se připravovala tím, že jsem cestou do studia poslouchala staré díly namluvené paní Štáchovou, abych se na ni naladila a některé její intonace odchytila. Pak jsem poslouchala, co jsem nadabovala já, a nebyla jsem spokojená. Zněla jsem sama sobě nepříjemně a snažila jsem se to vychytat. Před dvěma lety mě moc potěšil Vláda Polívka, který „Simpsony“ miluje, a moc mě chválil. To byla moc milá upřímná zpětná vazba.

Myslíte si tedy, že se váš projev za těch osm řad při dabování této postavy změnil? Jak jste již naznačila, vzoru své



Líze se po změně dabérky o něco zjemnil hlas.

předchůdkyně Heleny Štáchové už se nedržíte.

Teď už jsem se sebou relativně spokojená. Ale trvalo to. Dneska už se s paní Štáchovou neporovnávám, ale stále mám z tohohle dabingu respekt a pevně doufám, že se moje Líza líbí i fajnšmekrům.

Lízu dabujete na Prima Cool i v nejnovější pětaticáté sérii, která má mimochodem na jejích obrazovkách dnes premiéru. Celkem jste s ní tedy strávila už skoro desítku sezon. Posouvá se nějak její postava?

Mám pocit, že si pořád udržuje to svoje. Občas se objeví nějaký díl, ve kterém je Líza malinká holčička, studentka vysoké nebo je úplně stará, a to je pak vždycky dabingový oříšek. Ale už se to stalo několi-

krát, tak z toho už nebývávám tak rozhozená.

Diváci vás, kromě divadla, dobře znají z velkých televizních seriálů jako Krejzovi nebo Dobré zprávy. Chystáte teď nějakou novinku?

Chystá se novinka pro televizi Prima, kde mi je moc dobře. Poprvé hraju maminku a mám rovnou dvě děti, což samozřejmě není nereálné, ale nejdřív mě to překvapilo. Byla jsem zvyklá hrát takové ty holky, co nemůžou najít lásku, a najednou bum, mám takovouhle rodinu, mám manžela, děti. Ale je to moc hezká práce. Spousta nových úžasných kolegů. Moji maminku hraje Martina Preissová, tátu Pavel Režníček, manžela Láda Ondřej, babičku Dana Syslová a mého bráchu

hraje můj letitý kamarád David Gránský, se kterým jsme hráli většinou partnery nebo kámoše, ale rodina jsme poprvé.

Kromě natáčení dabingu, seriálů a hraní v divadle máte také skvěle rozjetou kapelu. Co vás inspirovalo k jejímu založení a jaké máte cíle?

Ona ta kapela teď trošku stagnuje, abych byla upřímná. Nemám teď tolik času dělat nové písně, ale snažím se, co to jde. Chci přes léto se svým mužem a jeho bráchou udělat úplně nové písničky a zase to nakopnout, abychom hráli víc. Je to úplně něco jiného. Do písni dávejte kus sebe, svoje názory, svoje zkušenosti. Můžu tam lidem říct spoustu věcí, niterních, zabalených do tónů a textů. Inspiroval mě můj manžel před asi devíti lety, který mě hecnul, ať se vykašlu na to hrát jen převzaté písně. Cíl je určitě udělat novou desku.

Ze sociálních sítí jsem vyrozuměl, že hodně a ráda běháte. Pomýšlíte třeba na maraton?

Nepomýšlím. Baví mě běhat a vyčistit si hlavu a tělo a být sama se sebou. Nehoním se ani na čas, ani na kilometry, ale pro svůj dobrý pocit. Miluju to. Když se jeden den víc najím, vím, že to pak vyběhám. Doporučuju to každému, kdo chce zhubnout. Běh je pecka.

MATADORKA

Hlas Ivany Korolové vedou nejen animovaným seriálům. Jen v letošním roce namluvila podle informací získaných z portálu dabingforum.cz celkem šestnáct filmových postav.

- Dvakrát například letos propůjčila svůj hlas herečce Anye Taylor-Joy. Jednou v mysteriózním snímku Menu pro HBO, kde namluvila vychytralou Margot, podruhé nadabovala postavu Libby Voze v pompézním retro snímku Amsterdam. **JAR**



Ivana je rodačka z Pardubic. Do Prahy se stěhovala v patnácti.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

Přivítáme světovou baletní elitu

Jiří Bubeníček, jeden z nejslavnějších českých tanečníků, chystá v Divadle na Vinohradech exkluzivní Bubeníček International Ballet Gala.

Na galapředstavení, které se uskuteční v neděli 4. a v pondělí 5. srpna, vystoupí primabaleríny a první tanečníci z prestižních baletních souborů, včetně milánské La Scaly a drážďanské Semperoper. Zatančí ukázky z nejvýraznějších choreografií Jiřího Bubeníčka.

Pokud zdraví dovolí

„Program galavečerů jsem připravoval přes rok a věnoval jsem mu maximální péči. Jsem nesmírně hrdý, že se nám podařilo získat tak hvězdné obsazení. Diváci se mohou těšit na výjimečné výkony více než dvaceti světových ta-



Jiří Bubeníček oslaví 50. narozeniny.

NADINA COJOCARI

nečních hvězd,“ říká Bubeníček. Ten také touto show oslaví své padesáté narozeniny. Ačkoliv již téměř deset let netančí, rád by, pokud to zdraví dovolí, symbolicky poděkoval divákům tanečním triem a po letech se tak na chvíli vrátil na pódium. Společně s Natasou Dudarovou z Leipziger Ballett a Istvánem Simonem z Dortmund Ballett zatančí na známou skladbu Davea Brubecka Take Five.

Fibich, Suk i Myslbek

Součástí večerů budou i ukázky z cyklu Smetanových symfonických básní Má vlast, které Bubeníček originálně choreograficky zpracoval a na programu bude také premiéra jeho nového baletního duetu inspirovaného hudbou Zdeňka Fibicha, Josefa Suka a dílem českého sochaře Josefa Václava Myslbeka. Bubeníček k tomu říká: „Inspirací mi byly monumentál-



Martina Arduinová

DANZA EFFEBI

ní Myslbekovy sochy, jako například sousoší Ctirad a Šárka či reliéf Hudba ve foyeru Národního divadla. Je pro mě velkou ctí, že mohu tyto historické umělecké skvosty přivést k životu prostřednictvím tance.“

Z La Scaly na Vinohrady

Nový duet, vytvořený speciálně pro tyto večery, zatančí Martina Arduinová a Marco Agostino, hvězdy z milánské

La Scaly. „Do Prahy se moc těším, nikdy jsem tu doposud nevystupovala. Jiřího Bubeníčka považuji za jednoho z nejvýznamnějších choreografů současnosti a těší mne, že jsem součástí tohoto jedinečného galavečera,“ říká Arduinová, primabalerína La Scaly.

Vstupenky na oba večery jsou již k zakoupení na portálu Divadla na Vinohradech.

HAL

INZERCE

film **Dana Svátka**,
režiséra Úsměvů smutných mužů

Tereza Ramba

**zápisník
alkoholičky**

Tak pijí ženy

v kinech od 11. července 2024

PRODUCENT: holiday films, PRODUCENTI: [s], produkce, SPAX, PARTNERI: Prima, ústecký kraj, cibule, vanda store, Dalmayr, EUC, ministr zdraví, MEDIální PARTNERI: Radiožurnál, molto, REFLEX, REFLEX, REFLEX, STATUS, BONTONFILM

designed by Jan Peškar / POŠKARdesign; photography by Bítka Svobodová 2024

**SBÍREJTE NÁLEPKY
A VYLEPŠETE SI
KUCHYŇSKOU
VÝBAVU**

BergHOFF®

**CENY
JIŽ OD
49⁹⁰
Kč**



Akce platí do 20. 8. 2024.
Více na billa.cz

MEGA STŘEDA
Pouze 10. 7.



Banán
volný, 1 kg

**BILLA
klub**
-50%
18⁹⁰
běžná cena 37⁹⁰



Hrozny révy
vinné bílé
bezsemenné
vanička, 1 ks
500 g
100 g = 6,98 Kč

-42%
34⁹⁰
59⁹⁰

ilustrační foto.

BILLA

Nabídka platí od 10. 7. do 16. 7. 2024.

SCHODY PRO



Pohled na Karlův most a Malostranské mostecké věže, litografie F. X. Sandmann, kolem 1850

SBÍRKOVÝ FOND MUZEA HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY

Miluju Prahu a Metro vybírají nejkrásnější pražské veduty.

Na vedutě Františka Xavera Sandmanna z roku 1850 vidíme v pravém dolním rohu část takřka revoluční novinky, která po staletích změnila podobu Karlova mostu. V roce 1844 bylo vystavěno pod dohledem stavite-

le Josefa Krannera schodiště, které spojilo Kampu s Karlovým mostem. I tento obraz najdete v kalendáři Miluju Prahu 2025 – Nejkrásnější pražské veduty.

Nebylo možné utéct

O schodišti mezi Kampou a Karlovým mostem uvažoval již v roce 1622 Karel z Lichtenštejna. Ale až do roku 1785 nebylo možné se z Kamy dostat přímo na most.

„Těší mě, když mé fotky přinášejí radost také lidem okolo mne“

Na tomto místě představujeme nejlepší pražské fotografy. Snímek zasněžené zelené střechy chrámu svatého Mikuláše na Malé Straně (na pravé stránce) od Ivy Šejnohové ozdobí měsíc leden kalendáře Miluju Prahu 2025.

Iva Šejnohová se ráda toulá s fotákem po milované Praze. Udělá jí vždy radost, když najde nový pohled či úhel, jak zachytit město. „Prahu miluju a ráda ji fotím v každém ročním období. Procházky po Praze s fotákem jsou pro mne relax a odpočinek. Fotím hlavně pro radost a těší mě, když mé fotky přinášejí radost i lidem okolo mne,“ říká.

MET



ZÁCHRANU

Zvlášť nebezpečné situace nastávaly, když do města vtrhla povodeň. Lidé z Kamy neměli přístup na most, aby se před velkou vodou zachránili. Jediná cesta na most z Kamy vedla po mostku přes Čertovku, dále až kolem mosteckých věží z Mostecké ulice. Teprve až ve zmíněném roce 1785 bylo postaveno dřevěné točité schodiště, které umožňovalo dostat se na most přímo z Kamy.

Dřevěná konstrukce byla reakcí na ničivou povodeň z předchozího roku, kdy vyděšené obyvatelstvo zaplavené Kamy zachraňovali lidé spuštěnými žebříky z Karlova mostu. Ke stavbě schodiště přispělo zřejmě i to, že lidé na nedalekém Střeleckém ostrově, který v roce 1784 ještě nepřeklenoval most, během velké vody strávili noc v korunách stromů. Jejich život závisel na dobré kondici, ale i kvalitě kořenů stromu, jemuž světili svůj osud. Podle tehdejších svědectví při této velké povodni dokonce po Vltavě plula bytelná postel nesoucí matku s dítětem v náručí.

Kamenné schodiště

V roce 1844 pak bylo Josefem Ondřejem Krannerem vybudováno současné kamenné novogotické schodiště. V současnosti by už asi nikoho nenapadlo, že jde o novodobé doplnění mostu v místě mostního oblouku.

Pod schodištěm míval dílnu bednář Josef Pohořal, který zdědil svoje

řemeslo po otci. Vyráběl a prodával tady za první republiky korbíky na pivo a ze dřeva dělal i květináče, škopky a necky. Dílna tu byla i po druhé světové válce. Nyní jsou pod oběma rameny schodiště prodejní galerie.

Schodiště se stalo oblíbenou kulísou pro filmaře a různá televizní natáčení. Odehrála se tu i ikonická scéna filmu Mission Impossible s Tomem Cruisem. S velkou oblibou se na Krannerově schodišti fotí novomanželé.

Katedrále chybí věže

Na veduté je také pozoruhodná silueta katedrály svatého Víta, která ještě nemá dostavené západní loď a věže. Velká jižní věž katedrály stála v době vzniku veduty vlastně samostatně jako zvonice. Ostatně dostavba katedrály byla životním dílem Josefa Krannerera, podle jehož projektu se začala budova v roce 1873 dostavovat. Ačkoliv sám Josef Kranner se zahájení dostavby nedožil. Jeho dílo dokončili architekti Josef Mocker a Kamil Hilgert. Celá katedrála byla dokončena po dlouhých 585 letech v roce 1929. V září tohoto roku byla celá stavba vysvěcena za přítomnosti prezidenta Tomáše Garrigua Masaryka a pražského arcibiskupa Františka Kordače u příležitosti 1000. výročí zavraždění svatého Václava ve Staré Boleslavi.

DAVID ČERNÝ



VOCÍLKA



Kuřecí řízky
mix prsní, stehenní
cena za 1 kg

-47%
106⁹⁰
199⁹⁰



Král sýrů
Hermelín
120 g

100 g = 24,08 Kč s Klubem/
42,42 Kč bez Klubu

BILLA
Klub

-43%
28⁹⁰
běžná cena 50⁹⁰



Magnum
85–110 ml
více druhů
100 ml = od 27,18 Kč
při koupi 1 ks 59,90
při koupi 1 ks
100 ml = od 54,45 Kč

1+1
cena za 1 ks při koupi 2 ks

29⁹⁵

KUPTÉ 2
ZAPLATTE 1

Cena při koupi balení
8 ks 129 Kč



Velkopopovický Kozel
světlý
8x0,5l, plech
1l = 32,26 Kč

EXKLUZIVNĚ
v BILLA

-24%
16¹³
21³⁵
CENA ZA 1 KS
PŘI KOUPI
CELÉHO BALENÍ

BILLA

Nabídka platí od 10. 7. do 16. 7. 2024.

PLAY

Holá (p)Ravda

V dětství jsem trávil letní prázdniny v Bulharsku, jemuž tenkrát vládł nezničitelý soudruh Todor Živkov. Moc si z těch dob nevybavuji krom toho, že jsem si po příjezdu do kempu Jug zul boty a obul si je až po třech týdnech, v den odjezdu; dávno předtím, než jsem se doslechl o existenci Jaroslava Duška, jsem užíval doteku chodidla s Matkou zemí a připadal si jako přírodní muž, respektive chlapec.

Po bezmála půlstoleté pauze jsem bulharské černomořské pobřeží navštívil zas. Název přímořského resortu, kam jsem

„Bezmála polovina místních žen jsou platinové blondýny.“

mířil, jsem všelijak komolil až do chvíle, kdy jsem objevil dobrou mnemotechnickou pomůcku. Na rozdíl od Lži bez „L“ se Pravda bez „P“ nachází asi třicet kilometrů severně od Burgasu. Rušné silnice zde lemují chodníky pouze z jedné strany. Na jejich vysoké obrubníky se starší lidé vyškrábou s obtížemi; vozíčkářům nezbývá než jezdit po silnici.

V Pravdě bez „P“ jsem zaznamenal pozoruhodnou genetickou anomálii: zatímco muži jsou snědí a černovlasí, bezmála polovina místních žen jsou platinové blondýny. Za tropických veder, které tu v červenci vládnou, si muži zralého věku vykračují po promenádách nahoře bez, vystavující svá obří břicha kolemjdoucím pyšně na odív. Mají (p)ravdu. Jeden můj český známý se za své tělo stydí tak, že se nadobro zřekl návštěv koupališť a plaveckých bazénů. Místo toho, aby holdoval sportům, jež tuží svaly a újí pas, leží doma a drží dietu.

www.martindanes.com

MARTIN DANEŠ
BULHARSKÝ PLAVEC



@mojemetro



„Panuje takové vedro a ostré slunko, že i pejsci se musí pořádně chránit,“ podotýká **@adjajkvet**, panička velké psi sympatačky Lízy. A jak přežívají léto vaši mazlíčci? Pochlubte se nám. :)
#vedro #léto #fenkaliza #jankveton #metrotag #denikmetro #metro #mojemetro

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, vzkaz, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na mms@metro.cz.
Váš výtvar dáme do novin!

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

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

LUŠTĚNKA: ČEŠTINA
ŘEŠENÍ SUDOKU:

LUŠTĚNKA

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

1	○	○	○	○	○	○	○	○
2	○	○	○	○	○	○	○	○
3	○	○	○	○	○	○	○	○
4	○	○	○	○	○	○	○	○
5	○	○	○	○	○	○	○	○
6	○	○	○	○	○	○	○	○
7	○	○	○	○	○	○	○	○

1. naopak
2. uvařená z ovsa
3. větší ručník
4. hanba
5. obtiskovací obrázek
6. částky peněz
7. umělecká díla

F POHODĚ

Zelné hody



A. Židkova

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



POČASÍ

DNES



30/34 °C

ZÍTRA



28/32 °C

PÁTEK



30/34 °C

SOBOTA



24/28 °C

Teplotní rekordy: ↓ 8,5 °C (1948) ↑ 34,9 °C (2010) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Komisařka Florence (3/4)
Dvojitý život. Krimisériál (Fr., 2016). Hrají: G. Hamonová, A. Varga, D. Pinon, J. Ugolinová

21.40 Angličanka (3/6)
Seriál (USA/VB, 2022)

22.35 Čtvrtá hvězda (3/12)
Komedialní seriál (ČR, 2014)

23.04 Výsledky losování Šťastných 10

23.05 Místo činu – Drážďany
Krimisériál (N, 2020)

00.35 Sisi (6/6)
Seriál (N/Rak., 2021)

ČT2



20.00 Paříž: Hlavní město gastronomie
Jak se vyvíjela gastronomie ve francouzském hl. městě?

21.00 Azurové pobřeží, francouzská kráska

21.55 Brigitte Bardotová, rebelka s příčinou

22.50 Velký blondýn s černou botou
Komedie (Fr., 1972). Hrají: P. Richard, M. Darcová, B. Blier

00.15 Dalgliesh
Rubáš pro slavníka – 2. část. Seriál (VB, 2021)

NOVA



20.20 Výměna manželek XIII
Jak si Mirka z města poradí s menším hospodářstvím a třemi dětmi k tomu? Dokáže se Alena přizpůsobit životu ve městě a úplně jinému životnímu stylu? Reality show

21.40 Malé lásky III
Reality show (ČR)

22.40 Kriminálka Las Vegas V (21)
Krimisériál (USA, 2004)

23.40 Kriminálka Miami IX (13)
Krimisériál (USA, 2010)

00.35 Kriminálka Miami IX (14)

PRIMA



20.15 Polda II (6)
Školka života. Detektivní seriál (ČR, 2017). Mladý učitel z mateřské školy spadne po cestě domů z kola. Hrají: D. Matásek, I. Orozovič, O. Pavelka

21.25 Polda II (7)
Láska na klíč. Detektivní seriál (ČR, 2017). A nové vraždy vyšetřuje starými způsoby

22.35 Show Jana Krause
Jan Kraus a to nejlepší z jeho úspěšné show!

23.40 Ano, šéfe!

00.50 Policie v akci

ÓČKO



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

20.50 O black talk
Další z rozhovorů s předními jmény české rapové scény

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

21.30 O unlocked

21.45 Hot hity

22.00 Naked Attraction Poland

22.30 Virtuální svět TV

0.00 Óčko flirt

Ronaldo se nadřel. Střílel nejvíc, branku však nedal

Čtyři fotbalisté na Euru dali tři góly, zlepšit se z nich může už jen Gakpo.

Nejrychlejším hráčem dosavadního průběhu mistrovství Evropy ve fotbale je francouzský útočník Kylian Mbappé, kterému statistici naměřili 36,5 kilometru v hodině. Nejdlejší vzdálenost zatím zdolal anglický záložník Declan Rice, nejvíce střel má na kontě Portugalec Cristiano Ronaldo, jenž přitom branku ze hry nedal. Nejčastěji faulujícím týmem jsou překvapivě Španělé. Vyplývá to ze statistik na webu UEFA po skončení čtvrtfinálové fáze šampionátu.

Mbappé dokázal vyvinout o půl kilometru v hodině vyšší rychlost než druhý v pořadí Španěl Ferran Torres.

Rice dosud v pěti zápasech na šampionátu nechyběl ani minutu a k pozici nejlepšího běžce mu pomohlo i to, že s Anglií v obou duelech výrazově absolvoval prodloužení. Záložník Arsenalu zdolal na turnaji už 63,9 kilometru a na kontě má o téměř dva tisíce metrů více než Granit Xhaka, který se Švýcarskem odehrál o 30 minut menší porci času.

Portugalská hvězda se chytala do ofsajdové pasti
Cristiano Ronaldo vyslal za pět utkání 23 střeleckých pokusů, prosadit se ale dokázal jen ve dvou penaltových rozstřelech. Mezi tyče nejvíce páčil Němec Kai Havertz s 11 ranami na branku. Čtyři fotbalisté včetně Slováka Ivana Schranze ze Slavie skórovali na turnaji třikrát, ve hře z nich se svým týmem zůstává už pouze Nizozemec Cody Gakpo.

Ronaldo byl také nejčastěji v ofsajdu, v nedovoleném postavení se ocitl osmkrát. Gruzínci na rozdíl od osmi čtvrtfinalistů odehráli na turnaji jen čtyři zápasy, přesto stále mají suverénně nejzaměstnanějšího brankáře. Giorgi Mamardašvili si připsal 29 zákroků, z toho deset při remíze 1:1 s Českem.

Španělé také hodně faulují
Nejvíce faulů dosud spáchal nizozemský obránce Virgil van Dijk, jemuž sudí odpískali 12 nedovolených zákroků. Z týmu se zatím překvapivě nejčastěji dopouštějí faulů tradičně ofenzivně hrající Španělé, statistici jim napočítali 74 prohřešků. Na druhém místě jsou Němci. Nejvíce faulů na svou osobu si vynutil Jamal Musiala z domácího výběru, z mužstev pak Angličané.

Španělé jako jediní vyhráli všech pět zápasů na šampionátu a na kontě mají spolu s Němci i nejvíce branek – 11. Francii stačily k postupu do semifinále jen tři góly a ze hry výběr země galského kořouha neskóroval vůbec. Jednou se prosadil z penalty a dvakrát mu vlastní brankou pomohl soupeř.

Španělé vyslali nejvíce střel (102), v přihrávkách a držení míče dominovali jejich pyrenejší sousedé Portugalci, kteří zatím ovládají i statistiku útoků a rohových kopů. Semifinalisté z Francie mají balon pod kontrolou jen zhruba 50 procent času.

Nejvíce žlutých karet posbírali turečtí fotbalisté, které rozhodčí napomenuli dvacetkrát. Způsobil to především vyhraněný poslední zápas skupiny s českým celkem. Nestíj rumunský hlavní sudí István Kovács rozdal v utkání rekordních 18 žlutých karet, z toho 11 tureckému mužstvu.

ČTK

Krejčíková čeká těžký zápas. Ale těší se na něj

Tenistka Barbora Krejčíková dnes bude hrát o postup do semifinále Wimbledonu. Na travnatém grandslamu v All England Clubu by si tak vylepšila své dosavadní maximum. Osmadvacetiletá česká hráčka z Ivančic narazí na turnajovou třináctku Jellenu Ostapenkovou z Lotyšska. Sřetne se s ní poosmé a pokusí se zmírnit dosavadní bilanci 2:5. „Vyrostaly jsme spolu, hodněkrát jsme proti sobě hrály v juniorských i dospělých. Je to těžká soupeřka, hraje dobrý tenis. Čekám, že to bude velmi těžký zápas, ale těším se na něj. Užiju si, že jsem ve čtvrtfinále a že mohu hrát o postup mezi nejlepší čtyřku,“ řekla Krejčíková. ČTK

ČÍSLO DNE

21

Souboj Nizozemska s Anglií určí dnes od jednadvaceti druhého finalistu ME ve fotbale v Německu. Mírným favoritem je navzdory dosavadním rozpačitém výkonům na turnaji výběr Albionu, který může jako čtvrtý tým v historii projít na kontinentálním šampionátu do souboje o zlatou podruhé za sebou. Oba celky budou v Dortmundu usilovat o druhou účast ve finále Eura. Postupující se v neděli utká o zlaté španělskem, nebo Francií. Jejich zápas skončil včera po uzavěrci tohoto vydání. MET



Ryder Cup. Golfisté USA vymění kapitána

Kapitánem týmu USA v golfovém Ryder Cupu bude Keegan Bradley (na snímku z roku 2012 třetí zleva). Organizace PGA of America jmenovala 38letého hráče do této prestižní funkce poté, co ztroskotala jednání s hvězdným Tigerem Woodsem (čtvrtý zleva). List The Telegraph uvedl, že jeden z nejlepších golfistů historie Woods chtěl funkci kapitána vykonávat pouze v omezené roli a s PGA of America se na její podobě neshodli. Příští Ryder Cup se uskuteční v září roku 2025 na hřišti Bethpage Black ve Farmingdale ve státu New York. Vítěz majoru PGA Championship z roku 2011 Bradley povede americký tým po Zachu Johnsonovi, který byl loni na podzim kapitánem USA při porážce s evropským výběrem v Římě. Bradley se zúčastnil Ryder Cupu dosud jen v letech 2012 a 2014. „Ryder Cup je v našem sportu jedinečný a tento ročník bude bezpochyby obzvlášť mimořádný vzhledem k bohaté historii a bouřlivým fanouškům na tomto ikonickém hřišti,“ uvedl vítěz šesti turnajů PGA Tour. Evropany povede stejně jako loni Angličan Luke Donald. ČTK

KRÁTCE

Kovář mění dres

Basketbalový pivot Luboš Kovář míří z mistrovského Nymburka do Pardubic. Třidvacetiletý člen reprezentačního kádru strávil ve středočeském klubu čtyři sezony a získal tři tituly. Na východě Čech podepsal dvouletou smlouvu.

Ragbisté vyváděli

Přípravné turné francouzské ragbyové reprezentace po Jižní Americe provázely kontroverze. Po rasistické poznámce musel domů Melvyn Jaminet, další dva hráči byli v Argentině zatčeni kvůli podezření ze sexuálního napadení. ČTK