

metro

Raper Kato předvede ve čtvrtek na koncertu jak hity Prago Union, tak novinky z projektu Rigor Mortiz. **STRANA 5**



INZERCE

Mýty císařského řezu chtějí zbořit

Břišní operace se provádí u **každého čtvrtého** porodu v Česku, je však rizikovější než přirozený. Nový projekt má za cíl **ženám** pomoci **STRANA 10**



Zahraniční štace

Soubor Cirk La Putyka vedle řady představení v českých městech a na domácích festivalech čekají důležitá zahraniční hostování. Od zítra do neděle jeho členové odehrají šestkrát na prestižním festivalu Completement Cirque v kanadském Montrealu pohybově-novocirkusovou inscenaci Runners, která bodovala již loni na přehlídce Fringe ve skotském Edinburghu. Hlavní část scénografie tvoří obrovský běžecký pás, který do zámoří putoval měsíc v kontejneru. Představení Runners po uvedení v Montrealu, který je díky místním slavným souborům jako Cirque Éloize, Les 7 doigts de la main nebo Cirque du Soleil považován za hlavní město nového cirkusu, bude pak pokračovat hned 22. července do divadla PS21 v americkém Chathamu nedaleko New Yorku. Loňská novinka Boom vol. 2 s ukrajinskými studenty se od 10. do 15. srpna ukáže šestkrát návštěvníkům maďarského festivalu Sziget v Budapešti. Obojí pak uvidí domácí diváci na podzim v Praze. **MET**



Pomáhejte

Vysoké teploty netrápí jen lidi, ale také zvířata. Tak například mláďata rorýsů jsou nyní často v záchraných stanicích, protože padají z hnízd pod střechami domů, kde je vedro. **STRANA 6**

Velká bitva

Ve finále tuzemské ligy amerického fotbalu se v neděli střetnou týmy Vysočina Gladiators a Ostrava Steelers. I když jsou favority neporažení Steelers, soupeř má zase výhodu domácího prostředí. **STRANA 15**

INZERCE

CENOVÉ OBJEVY TÝDNE



při koupi 2 ks

49⁹⁰ ZA 1 KS

Lacalut aktiv
zubní pasta 75 ml

1 role za 5,62 Kč



16 rolí, 3-vrstvý

89⁹⁰

Q Soft toaletní papír
16 rolí, 3-vrstvý



Drogerie plná objevů

www.tetadrogerie.cz

Akce platí do 18. 7. 2023 nebo do vyprodání zásob.

PRAHA

ZVEDNETE-LI KOLOBĚŽKU,

Sdílená vozítka všech provozovatelů bývají často parkována nesprávně. Dobrodinci, kteří by je i rádi při procházce uklidili stranou, se však mnohdy bojí výstražného pípní.

Situace, během níž začne zničehonic elektronické zařízení nečekaně mluvit ženským robotickým hlasem, nebude nejspíš v jednadvacátém století pro většinu z nás nějak šokující či výrazněji překvapivá. I přesto může působit trochu zvláštně, že v ulicích hlavního města nově s lidmi „klábosí“ i sdílené elektrické koloběžky.

„Slušně vychované koloběžky, tedy stroje od Boltu, poděkují za vrácení do vzpřímené polohy. Učiní tak namísto toho, aby začaly výstražně pípat. Bolt chce tímto poděkovat všem uživatelům

nebo náhodným kolemjdoucím, kteří pomohou ležící koloběžku ze země zvednout,“ uvádějí pro deník Metro zástupci platformy Bolt.

Už se nerozpípá

Jak lidé z Boltu přiznávají, sdílené koloběžky všech provozovatelů bývají občas v metropoli parkovány nesprávným způsobem. Ať už se jedná o parkování na nerovném terénu, v kopci, nebo na místě, které není pro parkování vyhrazeno. Jindy jsou vystaveny extrémnímu počasí, jako jsou víchřice nebo silné bouřky. Výsledek je ale vždy stejný. Vozítka překážejí, což mnoho chodců pěkně štve.

„Občas také bývají terčem vandalů, kteří stroje bezdůvodně shodí na zem nebo dokonce odveleou úplně mimo vyhrazené stání. Naši překážející koloběžku lze přitom jednoduše nahlásit přes QR kód umístěný na rámu stroje, telefonicky nebo e-mailem a servisní tým se o ni do několika málo hodin postará. Pokud se však kolemjdoucí rozhodl stroj postavit sám, zača-



Koloběžka od firmy Lime leží, od Boltu naopak stojí opřená o stojan. Je to náhoda? Nebo že by zafungovala akustická odměna? METRO

la koloběžka pípat na poplach. Nyní naopak poděkuje, což má motivovat k tomu, aby se lidé pohozené stroje nezdráhali uklízet,“ dodává Sylva Sulaimanová z Boltu s tím, že je toto řešení založeno na unikátních senzorech zabudovaných v koloběžce.

Jasná pravidla

Nová funkce je v provozu teprve chvíli. První reakce uživatelů koloběžek Bolt mají

být však podle Sulaimanové veskrze pozitivní.

„V minulosti měli často strach spadlou koloběžku ze země zvednout, aby nezačala hlasitě pípat, nyní tak bez obav učiní a pomáhají udržovat pořádek. Stroje Bolt byly rovněž první na českém trhu, které lze odkládat jen na vybraných místech ve spolupráci s místní samosprávou. Také na dedikovaném parkovacím místě ale uživatel může

INZERCE



SPA HOTEL DĚVÍN & MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

SVĚTOZNÁMÉ LÁZNĚ NABÍZEJÍCÍ NEJČISTŠÍ OVZDUŠÍ A POLOHU UPROSTŘED SLAVKOVSKÉHO LESA

Vyzkoušejte pobyt v Mariánských Lázních, věnujte se sami sobě a naslouchejte svému tělu. Zapomeňte na každodenní stres při Wellness & Relax pobytech v hotelu Spa Děvín, přímo v srdci Slavkovského lesa. Vyberte si některý z našich balíčků. Relaxovat můžete také na naší sluneční louce, můžete využít bezplatně naše lehátka & slunečníky a můžete ochutnat z naší letní nabídky nápojů. **Uvedené ceny jsou s 15 % slevou. Příspěvek pro zdravotníky až do výše 8.000 Kč lze také čerpat i u nás.**

KOMPLEXNÍ LÁZEŇSKÁ KÚRA

8 dní / 7 nocí | od 10.360 Kč / 1 osoba*

8 dní / 7 nocí | od 13.450 Kč / 1 osoba**

Nabízíme jedinečnou kombinaci léčebného pobytu v Mariánských Lázních se zaměřením na prevenci, regeneraci a obnovu vitality. Balíček nabízí ubytování v komfortním pokoji, plnou penzi (oběd formou lehkého oběda – salát & polévka), konzultace s lékařem, 3 léčebné procedury denně (celkem 15 procedur – dle rozpisu lékaře), 1x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu, Wi-Fi internetové připojení na pokoji i ve veřejných prostorách hotelu zdarma.

SENIOR 60+

7 dní / 6 nocí | od 7.790 Kč / 1 osoba*

7 dní / 6 nocí | od 9.350 Kč / 1 osoba**

Je čas na zasloužený odpočinek! Relaxujte v lázních a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Program obsahuje ubytování v komfortním pokoji s přípitkem, polopenzí, perličkovou koupelí, parafinový zábal, klasickou částečnou masáž, 2x plynovou obálku, 1x oxygenoterapii, 1x relaxační masáž hlavy, 2x inhalaci, 1x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu, 2x zapůjčení Nordic Walking holf na 2 hod, Wi-Fi internetové připojení na pokoji i ve veřejných prostorách hotelu zdarma.

WELLNESS & RELAX PROGRAM

4 dny / 3 nocí | od 5.750 Kč / 1 osoba**

4 dny / 3 nocí | od 8.720 Kč / 1 osoba*

Odpočíte si od starostí všedních dnů a přijďte načerpat novou energii do příjemné atmosféry našeho Spa Hotelu Děvín. Užijte si relax a pohodu v romantické prostředí světoznámého lázeňského města. Program zahrnuje: ubytování v pokoji De Luxe s přípitkem, polopenzí, klasickou částečnou masáž, minerální koupel s přísadou „Linola Fett Oilbad“, oxygenoterapii, perličkovou koupel, privátní saunu pro dva (60 min.), čajový a kávový set. 15% slevu na další procedury, župan a pantofle během pobytu.

RODINNÝ MARIÁNSKOLÁZEŇSKÝ POBYT

3 dny / 2 nocí | od 3.520 Kč / 1 osoba* / Superior

3 dny / 2 nocí | od 5.110 Kč / 1 osoba** / Superior

Dopřejte si společné chvíle plné pohody, zábavy a poznání. Spolu s námi navštívíte Miniaturpark Bohemium v Mariánských Lázních, který můžete spojit s návštěvou dančí obory Hvazd. Pobyt obsahuje: Ubytování v komfortním pokoji, přípitek, polopenzí, pro každého malého návštěvníka čeká malé překvapení na pokoji, rodinné vstupné do Miniaturparku, 1x naplněný piknikový koš na váš společný výlet, 1x klasickou částečnou masáž (pro rodiče), 1x 2-hodinový vstup do městského bazénu v Mariánských Lázních, Wi-Fi internetové připojení na pokoji i ve veřejných prostorách hotelu zdarma.

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

VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKÁCH: WWW.SPAHOTELDEVIN.CZPříkrá 618/2a, 353 01 Mariánské Lázně | +420 354 470 400 | +420 354 621 692 | info@spahoteldevin.cz

NEZAPÍPÁ, ALE PODĚKUJE VÁM

koloběžku odložit tak, že překáží, a proto ji po zaparkování musí vyfotit s tím, že pořízené fotografie jsou namátkově vyhodnocovány za použití umělé inteligence," doplňuje Sulaimanová.

Prý s rebelanty

Zelené stroje jsou schopny také rozpoznat nebezpečnou jízdu ve dvou lidech či prudké brzdění a smyky. „Všechna tato opatření se slévají do námi nově zavedeného systému hodnocení uživatelů. Za špatné parkování a další prohřešky je jezdec bodován, a pokud spadne mezi dvě procenta nejproblematičtějších uživatelů v daném městě, obdrží v aplikaci varování a vzdělávací materiály zaměřené na bezpečné ježdění,“ vysvětluje Peter Mesarč, oblastní manažer služby Bolt na českém a slovenském trhu. Pokud během následujících pěti jízd dotyčný své chování nezlepší, je mu na dalších pět jízd omezena rychlost na patnáct kilometrů v hodině. A když ani to nepomůže, je v aplikaci zablokováno.

VOZÍTKOVÝ PŘELOM

Opilý cizinec na sdílené koloběžce srazil v roce 2019 v centru metropole ženu.

- Elektrické koloběžky zhruba od té doby nesmí jezdit po chodníku, maximální rychlost nesmí přesahovat dvacet pět kilometrů za hodinu a po dosažení této rychlosti by se měl motor vypnout. Výkon by neměl být vyšší než jeden kilowatt. **JAR**

Konkurenční jsou němé

Systémy sdílených elektrických koloběžek fungují nejen v Praze tak, že se po měsíci rozmístí určitý počet strojů, které si pak může půjčit kdokoliv, kdekoli a kdykoliv. Stačí mít jen staženou mobilní aplikaci daného provozovatele, být zaregistrovaný a mít účet propojený s kartou, ze které se vám pak za každou jízdu strhávají peníze. Největší konkurencí firmy Bolt je v metropoli firma

Lime. Společnost tu působí o něco déle, má zde tedy více zkušeností, ale na kontě také více průšvihů.

„V současné době monitorujeme převrácené koloběžky pomocí vlastního systému. Ten naše pracovníky sám upozorní, že je koloběžka převrácená a že je potřeba ji brzy zvednout a přemístit. Pokud se ji rozhodne zvednout kolemjdoucí, například čtenář deníku Metro, koloběžka neudělá nic. Ani se nerozpípá, ani nemluví,“ shrnuje pro Metro mediální zástupce firmy Lime Václav Petr.

Podle zástupců firem Lime i Bolt se koloběžky staly součástí městské dopravy a podařilo se spolu s městskými zastupitelstvy nastavit jasnější pravidla pro jejich fungování. Každoročně také přibývá lidí, kteří sdílené koloběžky a kola využívají. „Téma koloběžek, hlavně otázka parkování a bezpečné jízdy, je stále důležité. Ovšem aby mikromobilita fungovala tak, jak má, musí se ještě mnoho věcí změnit,“ uzavírá Sulaimanová z Boltu. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



„Dlouhodobě se snažíme chodce motivovat, aby nám spadnuté nebo špatně zaparkované stroje hlásili,“ tvrdí provozovatelé. **BOLT**

INZERCE

TENTO KUPÓN SLOUŽÍ JAKO SLEVA Z PLNÉHO VSTUPNÉHO PŘI PŘEDLOŽENÍ.

**VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM
A ČESKÝ ZAHŘÁDKÁŘSKÝ SVAZ POŘÁDAJÍ**

13.-16.7.2023

KVĚTY

27. ROČNÍK CELOSTÁTNÍ VÝSTAVY

KVĚTINOVÉ TRHY | PORADNA PRO PĚSTITELE | PRODEJ BYLIN

součástí veletrhu

FESTIVAL UMĚNÍ

VÝSTAVA ČESKÉHO UMĚNÍ

**SLEVA
NA VSTUPNÉM**

METRO

Zákaznické centrum Pražské plynárenské bude z důvodu rekonstrukce dočasně přemístěno do náhradních prostor

Zákaznické centrum Pražské plynárenské v Jungmannově ulici v centru Prahy, bude z důvodu plánované rekonstrukce dočasně přemístěno do nedaleké budovy společnosti (2 minuty chůze), na adrese Národní 37/38. Z důvodu souvisejícího stěhování bude Zákaznické centrum dne **14. 7. 2023** uzavřeno.

V nových prostorách bude Zákaznické centrum v provozu od **17. 7. 2023** a návštěvníci jej najdou v prvním patře budovy. Pro lepší orientaci bude nainstalován navigační systém.

Provozní doba zůstane **bez omezení**, stejně tak jako **rozsah** poskytovaných služeb.

Zákazníci mohou záležitosti spojené s dodávkou energií od Pražské plynárenské dále řešit také prostřednictvím zákaznické linky 267 175 333, Zákaznického portálu, emailu callcentrum@ppas.cz nebo písemnou formou. K dispozici je i druhé Zákaznické centrum Pražské plynárenské v ulici U Plynárny, Praha 4 – Michle.

Do nově zrekonstruovaných prostor se Zákaznické centrum Pražské plynárenské vrátí do konce roku 2023.

Více informací je k dispozici na www.ppas.cz.



Černá i bílá lákají „pablby“

Jak se pozná sprej-er? Je umazaný od barev a v batohu má sešity plné nákrešů.

Boj s vandaly je pro Prahu v podstatě denním chlebem. Chytit někoho při činu se většinou nepovede. Minulý týden si ale strážníci přece jen připsali plusové body. A to hned dvakrát. Jednu dvojici hlídka dopadla na základě oznámení, druhé si sama všimla. „Muž, který zahlédl dvě osoby sprejující na fasádu, navigoval hlídku, dokud nebyla u pachatelů. Muži měli na rukách čerstvou barvu a u sebe tašku plnou sprejů. Jeden z nich byl agresivní, proto mu strážníci nasadili pouta. Podezřelí ve věku 34 a 38 let byli předvedeni na služebnu státní policie,“ pochlubili se nedávno strážníci na webu (foto vpravo).

Dalším dvěma delikventům, kteří skončili před týdnem na stanici, nebylo ještě ani osmnáct. Mladíkům si hlídka všimla právě ve chvíli, kdy fixem pomalovali dveře u jednoho z domů v ulici V Jirchářích. „Oba byli špinaví od ba-



V roce 2021 pražští strážníci předali státní policii 62 osob, z toho 13 cizinců, podezřelých z trestného činu poškozování cizí věci. Loni to bylo 54 osob, z toho tři cizinci, a za prvních šest měsíců roku 2023 strážníci zatím zadrželi 33 osob, z toho šest cizinců.

METRO, MPP

rev, v batohu měli spreje, fixy a také sešity plné nákrešů graffiti. Při čekání na policisty se hlídce strážníků přiznali, že nějaké výtvořky zanechali také kousek od stanice metra Hůrka,“ stojí v popisu zásahu webu pražských strážníků.

Další vandal řádlil minulý týden na Štvanické lávce. Ta ještě nebyla ani otevřená a už se na její bílé ploše objevil nasprejovaný nápis. Fotku poni-

čené lávky sdílel Daniel Votruba z facebookové skupiny Letenská parta se slovy: „Skvělejší legál jste navrhli! Přesně dle očekávání. Velké bílé plátno.“ Podobných komentářů bylo u snímku na největší pražské diskuzní platformě několik. „Tak s tím se muselo počítat, že tam nějaký pablbl něco načmárá. Ta bílá není zrovna asi dobrý nápad,“ přidala se například jedna z diskutujících. Druhá stra-



na barikády pro změnu argumentovala tím, že barva plochy nehraje roli. „I kdyby to bylo jinak barevné, vždy by se našel pablbl, který by se tam potřeboval podepsat,“ tuší další diskutující.

Vandaly v posledních týdnech lákají i černé zastávky (foto vlevo), které Technologie hlavního města Prahy (THMP) postupně instalují napříč hlavním městem. Do konce roku by nových pří-

střešků mělo být v metropoli skoro sedm set.

Právě THMP musí nelegální graffiti často řešit. Předloni proto vznikla ve spolupráci s touto městskou firmou mobilní aplikace, kam je možné počmárané plochy hlásit. V aplikaci Bez graffiti vyfotíte „výtvor“ sprejera a pošlete přímo THMP. Pokud je čmáranice na objektu, který je v majetku hlavního města, firma ho odstraní. MAH



VLADIMÍR KIVA NOVOTNÝ

Vila představí chaty

Unikátní a doposud nezmapované příklady české architektury čtyřicátých let. Tak se dají popsat letní domy na sečské přehradě od architektů Františka Cubra a Zdeňka Pokorného. Chaty byly navrženy v duchu komplexního uměleckého díla, jehož součástí byl i nábytek, svítidla a výzdoba. Domky představí nová expozice, kterou bude možné od zítra navštívit ve Winternitzově vile. Součástí výstavy jsou fotografie, které speciálně k této příležitosti vytvořil Vladimír Kiva Novotný, některé historické dokumenty a autentické vybavení jedné z chat. MET

Vyrazte s Cyklohráčkem za Rumcajsem či na Bezděz

Turistický vlak pro malé i velké výletníky se dnes poprvé vydává na speciální jízdu do zajímavých destinací nejen ve Středočeském kraji.

Cestující mají možnost každé úterý a čtvrtek vyrazit na výlet do míst, kam tato speciální vlaková souprava, plná hraček, her a balonků, běžně nejjezdí. Speciální expedice se konají až do 24. srpna.

Dnes například v 9.38 Cyklohráček pojedje do Čerčan. Ty jsou známé například automuzeem Svět Škodovek.

V úterý 15. srpna zase souprava pro změnu míří do Doks. Zájemci tak mohou výlet vlakem spojit s návštěvou hradu Bezděz.

Hned dva dny poté, tedy 17. srpna, Cyklohráček vyrazí do Jičína. V jeho okolí podle pohádky loupil slavný loupežník. Do Rumcajsovy jeskyně je to z nádraží ale ještě docela kus cesty, přes šest kilometrů.

Více informací, tipy na výlety a jízdní řády najdete na webu www.pid.cz/letni-vylety-s-cyklohrackem-2023. MAH



Souprava se skládá hned z pěti vozů. Kromě lokomotivy jde například i o vůz pro kola nebo vagon plný her.

PRAHA.EU

NA VÝLET VÁM STAČÍ KLASICKÁ JÍZDENKA

Souprava jezdí za standardní tarif Pražské integrované dopravy (PID) nebo tarif Českých drah (ČD).

- Jízdné PID platí ve vlaku jak v podobě papírových nebo elektronických kuponů, tak v podobě jízdních dokladů PID pro jednotlivou jízdu,

a to vždy podle jejich časové a pásmové platnosti. Jízdenky PID lze zakoupit přes mobilní aplikaci PID Lítačka. Jízdní doklady ČD lze zakoupit prostřednictvím mobilní aplikace Můj vlak, ve stanicích u pokladny nebo vlakvedoucího, pokud budete nastupovat tam, kde pokladna není.

KULTURA



Křest desky

Anna Julie Slováčková vydá v září novou desku *Osudová 4*. Října ji pokřtí na koncertě v Lucerna Music Baru. Návštěvníky čeká show, při které Annu Julii na pódiu podpoří hned několik kolegů z branže, Prodej vstupenek je v síti GoOut. **MET**

Hity od Prago, ale i nový Rigor Mortiz

Nevšední představení uvidíte ve čtvrtek v pražských Ledárnách Braník.

Legendární hiphopová formace Prago Union v loňském roce oslavila dvacet let na scéně. Na počest tohoto jubilea objela na podzim kluby po celé republice po boku hostující dechové sekce, kterou Kato překřtil na Krotitele Dechů. Tato kolaborace se osvědčila natolik, že se obě partičky domluvily na jejím pokračování.

O tom, že jim to spolu skvěle šlape, se fanoušci budou moci na vlastní kůži přesvědčit ve čtvrtek 13. července v pražských Ledárnách Braník, kde se uskuteční show Prago Union za doprovodu dechové sekce, ve které nechybí trumpetka, saxofon, trombon ani tuba.

A aby toho nebylo málo, proslýchá se, že dorazí i Pohřební Hlídkka. Kato totiž pokřtí album svého znovuzrozeného projektu Rigor Mortiz, který ožije po šestadvaceti letech.

Prago Union po boku Krotitelů Dechů fanouškům v Ledárnách Braník zahrají průřez celou historií, včetně velkého množství skladeb, které dosud při živém hraní nedostaly prostor.



Prago Union zahrají ve čtvrtek v Praze průřez tvorby kapely. Připojí se také Krotitelé Dechů. **ROMAN ČERNÝ**

Chybět samozřejmě budou ani nejnovější písně z loni vydané desky s všerhájícím názvem *Příduhned...*, která se dostala do finálových bojů v anketě Žebřík i Cenách Anděl.

„Zase určitě zazní spousta skladeb, které při koncertech vytrvale ignorujeme. Za doprovodu Krotitelů Dechů navíc všechno dostane úplně jiný rozměr. Můžete se těšit na staré pecky i novější songy za extra zvuků trumpetky, saxofonu, trombonu a tuby. Bude to řáholec,“ vzkazuje Kato.

Jak už je u něj v posledních letech zvykem, novou desku vydává jednou ročně. A tak brzy do světa vyšle další dílo. Tentokrát ale půjde o sólový

počin, v rámci nějž po dvaceti šesti letech obživne jeho alter ego, známé jako Rigor Mortiz.

Pod tímto legendárním pseudonymem vyšlo 7. července pod hlavičkou labelu Ty Nikdy album s názvem *Pohřební Hlídkka*. Návštěvníci budou mít v Ledárnách jedinečnou možnost slyšet novou tvorbu Rigor Mortiz live a na místě si navíc budou moci v omezeném počtu exkluzivně zakoupit ještě čerstvé CD *Pohřební Hlídkka*, více než čtvrtstoletí po kultovním debutu *Až Na Věky...*

Pokud u toho nechcete chybět, dorazte ve čtvrtek do Ledáren Braník. Vstupenky jsou k zakoupení na webu pragueopenair.cz. **MET**

KRÁTCE

Krampol slaví 85

Ve filmu debutoval herec Jiří Krampol v roce 1958 epizodní rolí v komedii *Tři přání*. Postupně se z něj stal jeden z nejoblíbenějších filmových i divadelních herců a bavičů. Zla-

tu éru zažil v 80. letech, kdy v divadle Semafor vytvořil populární dvojici s Miloslavem Šimkem. Proslul zejména rolemi tvrdých mužů nebo policistů, například v seriálu *Malý pítaval z velkého města*. Prosadil se i jako dabér. **ČTK**

INZERCE

Podíl na nemovitosti můžete prodat, je to jednoduché

Největší komplikací při prodeji podílu na nemovitosti bývalo předkupní právo. To bylo 1. 7. 2020 novelou občanského zákoníku **fakticky zrušeno**. I přes to mnozí majitelé podílů netuší, že se svým majetkem mohou konečně volně nakládat.

Jednou z příčin vzniku podílového spoluvlastnictví je dědictví. „Je to bohu-

žel smutné, ale rozdělení nemovitosti z důvodu řešení pozůstalosti velmi často do rodin vnáší sváry, které nelze úplně jednoduše překonat“ říká Jan Mašek ze společnosti Skayo Capital, která se na výkupy podílů na nemovitostech specializuje. „Těch situací, jak podílové spoluvlastnictví vznikne, je ale celá řada. Již zmiňované řešení pozůstalosti, rozvod, rozpad podnikání.“

Mnoho majitelů o možnosti prodat podíl na nemovitosti bohužel vůbec neví. „Lidé mají majetek a vůbec netuší, že jej mohou prodat. My od nich podíl vykoupíme, rychle a za férovou cenu. Obratem tak získají peníze, o kterých ani netuší, že je mohou mít.“

Se spolujednateli není řeč?

Skayo CAPITAL



774 301 409

Vykoupíme váš podíl na nemovitosti

- ✓ Za víc, než myslíte
- ✓ Nemusíte se už dál dohadovat
- ✓ Diskrétně, nepotřebujete souhlas spolujednatelů

skayocapital.cz

FRAJER

Máte miskou? Zvířata ve městech umírají vedrem

Tropické počasí působí i na živočichy. Největší pohromou je pro malé rorýsy. Ochránáři apelují, aby jim lidé umožnili přístup k vodě.

Pokud je vedro mně nebo vám, v lepším případě si zalezeme do stínu a dáme si něco k pití. Zvířata však takovou možnost někdy nemají. Obzvláště ve městech, kde se asfaltové plochy, beton či dutiny v domech mění v rozpálené smrtící pasti. Ochránci přírody proto v těchto dnech prosí, aby lidé poskytovali živočichům pití zdarma.

„Tropické počasí působí nejen na živočichy, které ve městech najdete ve vnitroblocích, zahrádkách, v parcích a podobně. Trpí nedostatkem vody! Apelujeme tedy na všechny příznivce, aby mysleli na své zvířecí spoluobyvatele a umožnili jim přístup k vodě. Ježci, zajáci, kosové, čmeláci, včely a další vám to zcela jistě vrátí zpět. Třeba tím, že budou požírat nepříjemný hmyz, a to přece není zrovna málo,“ vysvětluje pro deník Metro Alžběta Čechová z Českého svazu ochránců přírody (ČSOP).

Alespoň jedenkrát denně

Jestliže jste majitelem bazénku, jezírka nebo něčeho podobného, stačí podle ochránců jen umožnit ptákům přístup k vodě. A to úplně jednoduše za pomoci plovoucího



Jedno či více rorýsích mláďat lze zachránit buďto prostřednictvím webu daruj.zvirevnouzi.cz, či darovací SMS zprávou.

3x ČSOP



Pro úspěšný odchov ptáčat je důležitý pobyt v inkubátoru.

prkna, aby se ptáci pohodlně napili a neutopili se. „Domácí kutilové a nejen oni si určitě budou vědět rady. Ale postačí i postavit mělkou misku s vodou na zem tak, aby se nepřevrhla a ptáci i třeba ježci a veverka tak měli jednoduchý přístup k vodě. Tu je v misce třeba jedenkrát denně vyměňovat,“ dodává pro Metro Čechová s tím, že je ale nutné dát pozor na jezírka a bazény s kolmými stěnami. „Také dávejte pozor na konve nebo kbelíky. Nouze o vodu nutí ptáky pít i z těchto zdrojů a hrozí jim utopení,“ doplňuje Čechová.

Palčivý problém

Nejen nedostatek vody je příčinou stávajících problémů divokých zvířat. Denně přijímají záchranné stanice po celém Česku desítky ptáčat, která v důsledku rozžhavených hnízdních dutin předčasně opustila hnízdo. Nejvíce trpí

rorýsi v dutinách pod rozpálenými střechami domů. Když vedro nemohou vydržet, tlačí se u vletového otvoru a často vypadnou ven.

„Takových rorýsů záchranné stanice přijaly za poslední týden více než padesát! A to jsou jen ti zranění. Stovky dalších mláďat pád z hnízda nepřežily. Spolu s nimi desítky stejně postižených mláďat vlaštovek, jiřiček, vrabců, veverka a netopýrů,“ vypočítává Petr Stýblo z ČSOP.

Péče je drahý špás

Rorýs obecný už dávno vyměnil šterbiny ve skalách za dutiny ve stěnách panelových domů. Ve městech se mu daří dobře. Dokud nenastanou vedra. Pak se dutiny v domech rozpálují tak, že mladí rorýsi radši vyskakují ven, než by se přehřáli. Pokud mají štěstí, přežijí pád na zem a skončí v záchranných stanicích.

„V loňském roce přijaly tyto stanice 436 mláďat chráněných rorýsů. Letos je to tedy poměrně smrt! Pokud najdete na zemi malého rorýsa, vždy ihned volejte záchrannou stanici zvirevnouzi.cz či dispečink Národní sítě záchranných stanic – 774 155 155,“ vyjmenovává Stýblo.

Je důležité vždy ověřit, že jde zrovna o rorýsa. Na rozdíl od jiných ptáčat totiž jeho mláďata, i když už jsou opeřená, vždy potřebují pomoc záchranné stanice. Proto je užitečné pořídít a záchranným rovnou poslat jeho fotografii. „Mnoho rorýsů skončí na zemi i v době, kdy se učí létat. I tehdy je nutné volat záchrannou stanici a konat podle jejich pokynů,“ radí čtenářům Metra Stýblo.

Malí rorýsi jsou v záchranných stanicích jedni z nejnáročnějších pacientů. Péče o jednoho vyjde v průměru na necelé dva tisíce korun. Coby výhradní hmyzožravci totiž potřebují pestrou stravu v podobě speciálních směsí. Těmi se krmí zhruba sedm dní. Pak mohou přejít na dracené červy, cvrčky, kuřecí srdíčka a další podobné laskominy. „Délka odchovu rorýsa od úplného mimina bývá 40 až 45 dní, protože se však do stanic dostávají většinou už vzrostlá mláďata, délka pobytu v zajetí je necelých deset dní. Pro úspěšný odchov malých ptáčat je extrémně důležitý pobyt ve speciálním inkubátoru. Úspěšnost se s jeho pomocí zvýší až o polovinu. Pro řadu stanic je však pořízení inkubátoru v ceně okolo patnácti tisíc korun ne-reálné,“ uzavírá Stýblo.



Péče o malé rorýsy je nákladná a náročná.

INZERCE



Portmonka
ZJEDNODUŠÍ SI NAKUPOVÁNÍ

VĚRNOSTNÍ KARTY POD PALCEM




PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

www.mojeportmonka.cz

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

ZRALÝ SEX = DOKONALÝ SEX!

DOSÁHNĚTE PEVNÉ EREKCE JIŽ PO 1. DÁVCE a natrvalo +7 CM NA DÉLKU



HIT pro muže ve věku 50-85 let prodlužuje úd, zvyšuje jeho objem a tvrdost. Získejte bioaktivní EROgel ZDARMA.

Říká se, že Italové jsou skvělí milenci. Avšak temperament a silná erekce mohou postupem času „ochabnout“ i u nich. Proto se Fabio Ricci, který se již deset let zabývá výzkumem sexuality mužů ve věku 50–85 let, rozhodl vyvinout přípravek, který umožní i zralým Italům uchovat si pověst **perfektního milence**. Takto vznikl inovativní EROgel, z kterého se po úspěchu v Itálii stal HIT v celé Evropě. Jak ho vyzkoušet zdarma?

Rozhovor s tvůrcem erotického HITU

Evropský trh je plný různých druhů přípravků pro muže: na zvětšení penisu, posílení libida a erekce. Avšak bioaktivní gel vytvořený týmem odborníků pod vedením Itala Fabia Ricciho rozhodně vyniká. Je neuvěřitelně účinný a všestranný: zlepšení sexuálních funkcí (erekce, velikost, chuť na sex) potvrzuje 10 z 10 mužů. Kromě toho EROgel působí velmi rychle – tvrdší a větší úd můžete zaznamenat už po jednom dni kúry. A nejdůležitější je, že přináší skvělé výsledky u mužů v každém věku. Proto slaví úspěch už v 11 zemích Evropy, zejména u uživatelů ve věku 50 až 85 let. Přečtěte si rozhovor s Riccim a zjistěte, **jak můžete získat přípravek dokonce ZDARMA!**

Redakce MedicReporters:

Kde se zrodila myšlenka vytvořit „posilovač mužství“ v podobě gelu?



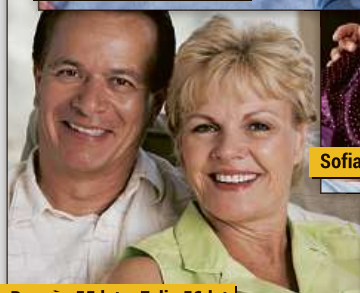
Fabio Ricci:

Gelové složení, které jsme vyvinuli, umožňuje velmi přesně lokálně „zacílit“ působení přípravku na tkáň penisu a obejít trávící trakt. Díky tomu lze první účinek preparátu zaznamenat rychleji: účinné látky pronikají přes kůži do tkáň penisu 2–3 vteřiny po nanesení. Za druhé, působení je přesnější: prostředek nepůsobí na celé tělo, ale přesně v oblasti intimních partií – mužských a také ženských během pohlavního styku, což oběma partnerům zajišťuje 100% stimulaci. A za třetí, forma bioaktivního gelu vetřené dvakrát denně do penisu má oproti tabletám tu výhodu, že nezatěžuje játra a neskončí v krevním oběhu. Díky tomu si mohou muži používající gelový přípravek bez stresu dát večer drink. Tento gel přináší obrovské potěšení a zajišťuje skvělou účinnost bez vedlejších účinků.

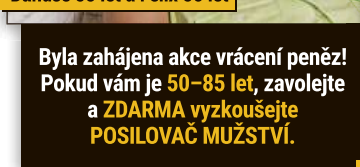
Při použití EROgelu se nemusíte vzdávat vína při romantické večeři.



Eva 71 let a Lumír 75 let



Danuše 55 let a Felix 56 let



Redakce MedicReporters:

Fabio Ricci:

Účinnost a bezpečnost tohoto inovativního intimního gelu byly potvrzeny mnoha způsoby. Analýzy provedené odborníky, rozhovory s uživateli a osobní hodnocení mužů, kteří používali přípravek, jasně ukazují mimo jiné, že: EROgel funguje u lidí různých věkových kategorií, nezpůsobuje podráždění a alergie. Optimálně zvolené účinné látky obsažené v testovaném přípravku zvyšují citlivost erogenních zón u mužů i žen, jejichž pokožka se při styku zvlhčuje gelem. U mužů redukuje potíže s potencí, výrazně zvyšují sexuální výkonnost, stimulují krevní oběh a čistí cévy. Celou kúru lze provádět pohodlně a bezpečně: v pohodlí doma, bez bolestivých a riskantních zákroků a polykání „chemie“.

ONI SI JIŽ UŽÍVAJÍ SKVĚLÝ SEX!



Sofia 68 let a Lorenzo 66 let



Kristýna 52 let a Alexej 59 let

Redakce MedicReporters:

Co to pro muže znamená v praxi?

Fabio Ricci:

Může to znamenat, že konečně máme 100% bezpečné a účinné řešení mužských potíží, např. malý penis nebo nízké libido. Již v první fázi používání přípravku se kavernózní tělíska

přirozeně a bezpečně roztáhnou, penis zesílí, prodlouží se až o 7 cm, styk bude v průměru 3x delší (i 5x za sebou!), penis zcela ztvrdne asi 5 vteřin po aplikaci gelu – a to i u mužů, kteří již řadu let neměli silnou erekci.

JAKÉ VÝSLEDKY MŮŽETE OČEKÁVAT?

- ✓ Maximální erekce přibližně po 5 sekundách
- ✓ Tlustší a delší penis dokonce o 7 cm
- ✓ 3x delší styk (až 5x za sebou)
- ✓ Až o 83 % silnější prožitek u mužů i žen
- ✓ Chuť na sex 7 dní v týdnu
- ✓ Hydratace intimních partií a péče o ně

Redakce MedicReporters:

Co o tomto „afrodiziaku XXI. století“ říkají muži?

Fabio Ricci:

Během studií, rozhovorů a konzultací uživatelé uvádějí velkou spokojenost pramenící z používání tohoto gelového přípravku. Zvýšení kvality sexuálního života zaznamenalo 10 z 10 mužů. Uvedme názory z Čech a Itálie: „V mládí jsme to s Alenou dělali neustále. S věkem se u mě objevily problémy s prostatou a erekcí. A v důchodu jsem na tyto věci přestal mít chuť. Manželka byla také stále více utlumena. Jako jeden z prvních lidí v Čechách jsem vyzkoušel přípravek od Ricciho a už po 2 týdnech jsme se s Alenou milovali jako za mlada, 3krát za noc. A výbavu mám teď o 5 cm delší“ – říká hrdě Lumír (foto č. 1). Se stejným nadšením mluví o EROgelu i Ital – pan Lorenzo (foto č. 2): „Mazal jsem se tím přípravkem 2krát denně a teď má můj úd až 18 cm! Nikdy předtím nebyl tak dlouhý a tlustý. A konečně jsem přestal mít problémy s erekcí a vyvrcholením. Pánové, to je život!“

Italové vědí, co znamená žhavý sex. Je čas na vás.

Rychlá a silná erekce, žádné ochabování během akce, úd dokonce o 7 cm delší po 10–14 dnech a 100% potěšení pro vás a vaši partnerku – můžete to brzy zažít, i když je vám 80 let a měli jste v sexu dlouhou pauzu. Dnes vám toho věda, technologie a genialita Ricciho, tvůrce gelového přípravku, pomohou dosáhnout. Zavolejte a objednejte si EROgel.

NEJLEPŠÍ SEX ZAČÍNÁ PO PADESÁTCE.

Vyzkoušejte italské řešení přinášející 100% spokojenost.

ZDARMA PRODUKT

Léto je v plném proudu! Začni pečovat o své zdraví a užívat krás života.

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 25.07.2023
obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte: 538 755 682

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

Některé spotřebiče končí u kontejnerů. Zbytečně

Kdyby za Jana Nerudy byly sběrné dvory, odvezl by slavník tam a fejeton Kam s ním? nepsal.

Už několik měsíců stojí mezi odpadovými kontejnery v Kloboukové ulici na pražských Roztylech pračka. „Já ji na smetiště vozit nebudu,“ povzdychne muž, který má na starosti údržbu přílehlých domů.

Dejte obchodníkovi raději včas vědět

Ten, kdo se spotřebiče zbavil, ho přitom mohl odvézt do sběrného dvora nebo si při nákupu novějšího přístroje objednat odvoz u prodejce. „Prodávající má povinnost odebrat výrobky s ukončenou životností, samozřejmě podobného typu a použití, které

sám prodává,“ připomíná ředitelka spotřebitelské organizace dTest Eduarda Hekšová. Ideální je situace, kdy prodejce dopraví zákazníkovi domů nový výrobek a současně převzme ten starý. Je už pravidlem, že prodávající se předem informují, zda budou po dodání nové ledničky či pračky odebrat i starý spotřebič.

„Je vhodné, aby to zákazník předem sdělil, a to i v případě, že nakupuje přes e-shop. Některé internetové obchody nepoužívají ke svozu vysloužilých elektrozařízení stejnou rozvážkovou službu,“ připomíná Hekšová.

Kamerou na lenochy

Co si ale počít, když se někdo spotřebiče jen zbavuje, a nechce kupovat další? Pokud ho odloží u kontejnerů, nemůže počítat s tím, že ho odpadové služby naloží a odvezou. Nepatří to k jejich povinnostem. „Občas se to u nás stáva-



Je lepší, když skončí ve sběrném dvoře než na ulici. MAFRA

lo, nakonec jsem to sám odvezl do sběrného dvora, nechť se mi platit navíc za odvezení u popelářů,“ říká předseda jednoho společenství vlastníků v Praze-Kunraticích, který si nepřál uvést jméno. „Pak jsme si ale do domu a ke vchodu pořídili kamery a na jednu nebylo problém identifikovat obyvatele, který byl líný odvézt pračku nebo televizor do sběrného dvora. Od

NA CO MÁTE PRÁVO

Nenechte se odradit výmluvami.

- Pokud prodejce tvrdí, že starý elektrospotřebič odveze, ale jen za poplatek, není to pravda. Recyklační poplatek je totiž už zahrnutý v ceně výrobku.
- Menší výrobky do určitého rozměru můžete donést do prodejny elektro sami. Odezdnání není vázáno na nákup jiného zboží.

té doby si to nikdo z našich objektů už nedovolí,“ říká šéf esvejčeka. Chápe, že ne každý má auto, kam se vejde lednička. Existují ale služby, které odvezou vysloužilý přístroj na své náklady i bez pořízení nového. **PAVEL HRABICA**

KRÁTCE

Turecko vezme Švédsko na milost, summit startuje

Turecký prezident Recep Tayyip Erdogan co nejdříve předloží tureckému parlamentu k ratifikaci žádost Švédska o vstup do NATO. Po včerejším jednání s ním a švédským premiérem Ulfem Kristerssonem to podle tiskových agentur oznámil šéf Severoatlantické aliance Jens Stoltenberg. V litevském Vilniusu dnes začíná dvoudenní summit NATO, na místě už je i český prez-

ident Petr Pavel. Osobně se akce zúčastní i ukrajinská hlava státu Volodymyr Zelenskij, který požádal o jasný signál ze Západu ohledně členství své země v alianci.

Úmrtí pod kopyty býků jsou vzácná

Tradiční oslavy svátku svatého Fermína, jejichž součástí jsou běhy s býky v ulicích města, v baskické Pamploně pokračují. Do včerejšího odpoledne bez úmrtí účastníků události. Akce, která začala v pátek, si vyžádala jen



Při tradiční akci jsou účastníci většinou pohmoždění. Běhy s býky jsou populární také u Američanů, kteří na ně do Španělska jezdí. AP

zraněné. Úmrtí jsou relativně vzácná. Poslední bylo zaznamenáno v roce 2009. Ranní běhy s býky ulicemi historického města potrvají

do soboty. Akce, kterou poslavil spisovatel Ernest Hemingway v románu I slunce vychází, se účastní velký počet lidí ze zahraničí.

Přijde peklo

Česko čeká velmi horký týden. Nejvyšší denní teploty budou od 26 do 34 stupňů. Ve druhé polovině týdne se mírně ochladí, o víkendě se ale vedra vrátí. Vysoké teploty čekají také v zahraničí. O extrémních vedrech vydávají zprávy meteorologové od loňského roku. Například Švýcarsko loni zažilo nejteplejší rok od začátku měření v roce 1864. Podle zprávy Mezinárodní meteorologické organizace byl minulý týden celosvětově nejteplejší v historii měření. **ČTK**

Tady měří otřesy země z celého světa

Jedná se o jednu z nejcitlivějších světových stanic, která denně zaznamenává otřesy země z celého světa, naposledy například silnější otřesy z nedělní noci na Islandu. Od roku 1961 je umístěna v bývalé zlatonosné štolě Kristýna z roku 1805.

Stanice v Amálině údolí u Kašperských Hor dosud nabízela prohlídky pro veřejnost jednou měsíčně, nově je tu otevřeno návštěvníké centrum s přednáškovým sálem i nově upraveným muzeem

přístrojů k měření seismické aktivity. Otevřel ji Geofyzikální ústav Akademie věd ČR. Vědci by chtěli svou práci veřejnosti přibližovat častěji, o prázdninách každý víkend. „Otevírací hodiny se zatím ladí,“ říká ředitel Geofyzikálního ústavu Aleš Špičák.

Projekt dotovaný evropskými penězi se uskutečnil díky přeshraniční spolupráci s Centrem žuly v bavorském Hauenbergu. Spolupracuje i s novým národním geoparkem Královská Šumava. **ČTK**

ULOŽENÉ HLUBOKO JSOU JAKO V BAVLNCE

Muzeum ukazuje desítky starých seismometrů a seismoskopů. Ty byly od 50. let zapojeny do měření pohybu zemského povrchu.

- Lidé se od vědců dozvědí nejen podrobnosti o tom, jak stanice zaznamenává dozvuky vzetových zemětřesení, ale podívají se i dovnitř štol, kde jsou měřicí přístroje

uložené 100 metrů od ústí štol, asi 40 metrů pod povrchem svahu. „Přístroje tam jsou jako v bavlnce. Našimi pozorováními vidíme do středu Země,“ říká Špičák s tím, že seismické vlny z Japonska do Kašperských Hor dorazí za 12 minut a z Nového Zélandu kolem půl hodiny.

- Velmi citlivé přístroje dokážou

registrovat i velice slabé jevy z celého světa od síly zhruba 4,5 magnituda a také i velmi malé otřesy v Česku. Díky hlubokému uložení ve staré štolě v pevném rulovém masivu jsou přístroje v dokonalém klidu, nerušeném zvuky velkoměsta, průmyslu, železnice či dálnice, ale ani například přenosem ruchů z kořenů stromů. **ČTK**



**ZAČNI
TO TU
ŘÍDIT!**

Co od tebe potřebujeme:

- ideálně platný ŘP skupiny D
- platný ŘP skupiny B nebo C
- spolehlivost
- pozitivní vztah k cestujícím

Co nabízíme my:

- zaměstnanecké jízdné
- 5 týdnů dovolené
- příspěvek na dětskou rekreaci
- mnoho dalších benefitů



800 220 020



Dopravní podnik
hlavního města Prahy



**STROJVEDOUČÍ
METRA**

Přijď si splnit sen. Staň se strojvedoucím metra.

Co od tebe potřebujeme:

- střední vzdělání s výučním listem nebo maturitou v oboru: dopravním, elektrotechnickém, strojírenství, stavebním
- v případě vzdělání mimo uvedené obory je nutné vzdělání s maturitou nebo vyšší
- praxe v elektro oboru nebo dopravě výhodou

Co nabízíme my:

- zaměstnanecké jízdné i pro rodinné příslušníky (Lítačka)
- zajímavé zaměstnanecké benefity
- zájem o stabilní společnost

**Příští stanice: atraktivní a dynamické
prostředí pražského metra.**



800 220 020



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

Čeští plavci míří k cíli

Česká námořní expedice Monoxylon IV je u konce, včera měli před sebou ještě 35 kilometrů dlouhou cestu z celkových 500 kilometrů Egejským mořem. Cílem experimentálních archeologů z Archeoparku Všešary na Hradecku je v replice pravěkého člunu doplnout do Argolského zálivu na Peloponésu v pevninském Řecku. Tam je významná archeologická lokalita, jeskyně Franchthi s nálezy z období neolitu. Cílem expedice je udělat si lepší představu o tom, jak před 9000 lety ve Středomoří vypadala zemědělská kolonizace. Téměř tři tuny vážící člun má délku 11,5 metru a široký je až 120 centimetrů. Předlohou expedičního plavidla je 8000 let staré neolitické plavidlo s plochým dnem objevené v roce 1994 v jezeře Bracciano u Říma.

ČTK



RADOMÍR TICHÝ

Projekt Císařovnáám vyvrací mýty a matkám hojí tělo i duši

Císařským řezem se rodí v Česku každé čtvrté dítě.

Na jedné straně umí zachránit život, na straně druhé způsobit nepříjemné komplikace. Česko se v počtu císařských řezů při porodu drží pod evropským průměrem, odborníci se však shodují, že je tento trend potřeba držet i do budoucna. Stoupající věk rodiček a jejich klesající fyzická kondice mohou čísla postupně zvyšovat. Císařský řez je velká břišní operace, u které je potřeba vždy pečlivě zvážit, zda je opravdu nutná. „Slouží k záchraně života rodiček a dětí a ke snížení jejich nemocnosti, doprovázet ho ale může i řada komplikací. Proto by se měl používat s rozvahou a měly by k němu vést opodstatněné důvody,“ popisuje lékař Ondřej Šimětka z Fakultní nemocnice Ostava (FNO).

Komplikace se mohou objevit nejenom během prováděné operace. Dětem, které se rodí císařským řezem, hrozí vyšší riziko rozvoje astmatu, intolerance složek potravy, autoimunitních onemocnění,

obezity nebo diabetu. Dlouhodobé dopady má i na matky, ať už se jedná o sníženou plodnost, nebo například o špatné zahánění placenty v dalším těhotenství. „Císařský řez je ve srovnání s normálním porodem až čtyřikrát rizikovější,“ zdůrazňuje přednostka gynekologické kliniky FNO Šimětka. Jak ale dodává, v případech, kdy je nutné ho provést, dramaticky snižuje úmrtnost a nemocnost dětí i matek. Má i své ochranné efekty, zejména na pánevní dno.

Velkou roli v četnosti takto provedených porodů podle něj hraje zvyšující se věk žen v době jejich prvního těhotenství, který v Česku překročil třicetku. Problémem je také stoupající obezita rodiček. „Tyto faktory, které mají na provádění císařského řezu velký vliv, je potřeba neustále připomínat. Už teď se u nás rodí císařským řezem každé čtvrté dítě a my bychom byli velmi neradi, kdyby jich v budoucnu přibývalo,“ dodává Šimětka.

Mýtů už bylo dost

S císařským řezem se pojí také řada předsudků a mýtů.



S císařským řezem se pojí i řada předsudků a mýtů. EVA ZUBEC

Že nebolí, že je za každou cenu bezpečnější, jednou císař znamená vždycky císař nebo že se jizva hezky zhojí, proto není potřeba jí věnovat dostatečnou péči. Tyto a další mýty se snaží vyvracet projekt Císařovnáám, který vznikl s cílem šířit osvětu okolo tohoto způsobu porodu.

Cílem projektu je povědomí o tom, že císařský řez je porod, který je po všech stránkách náročnou zkušeností. Přesto ale může proběhnout v respektu a laskavosti. „Chceme podpořit ženy, aby se nebály říkat si o péči, kterou

UŽ JEN CÍSAŘEM?

26

„Jedním z mýtů je přesvědčení, že po císaři musí ženy родit už jen císařem. Úspěšnost vaginálního porodu po císaři je dle světových studií až 75 procent, u nás se to podaří jen u 26 procent žen,“ říká zakladatelka iniciativy Císařovnáám Eva Zubec.

chtějí a potřebují. Ať už jde o adekvátní a objektivní informace ze strany lékařů před samotným porodem, o fyzioterapii jizvy, či třeba podporu rozhodnutí, že další miminko chtějí porodit vaginálně,“ říká zakladatelka iniciativy Císařovnáám Eva Zubec.

Z vlastní zkušenosti

I Zubec si prošla císařským řezem s nehezkou vzpomínkou, a právě proto se rozhodla projekt Císařovnáám založit. „Když jsem si představila, kolik žen podobnou zkušeností každý rok prochází,

bylo mi z toho úzko,“ přiznává. V rámci komunikace na sociálních sítích a propojování odborníků napříč obory se snaží otevřít témata spojená s císařem a poukázat na to, že nastavený systém zdravotní péče nemyslí na vše.

Změna by byla těžší, než se může zdát. „Musela by přijít nějaká systémová změna, zákon, metodika, a stejně je otázka, jak dlouho by trvalo, než by se tím všechna pracoviště začala řídit,“ dodává Zubec. Podle ní neexistuje jediný postup, na kterém by se všichni zdravotníci shodli. „Například před pár lety většína žen odcházela z porodnice s návodem na tlakovou masáž, nyní je považovaná za nebezpečnou. Přesto ji v některých porodnicích stále doporučují. Nejde se v tom vyznat,“ říká Zubec.

Iniciativa se proto snaží, aby ženy měly o císařském řezu relevantní informace a mohly se během těhotenství, porodu a po něm rozhodovat sebejistě a s klidem na duši. „Přeju si, aby nebyl tabu a aby všechny císařovny měly přístup k laskavé péči, kterou si zaslouží,“ uzavírá Eva Zubec. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

Správně čištěné zuby se nekazí, ušetříte si starosti

Oko je oknem do duše, opečovávaný chrup je vizitkou, jak o sebe dbáte.

Pokud chcete, aby byly vaše zuby pěkné a zdravé, nestačí jen dvakrát ročně chodit k zubnímu lékaři, ale měli byste zavítat i na dentální hygienu. Dá se tak nejen udržet krásný, zdravý chrup, ale hlavně předejít spoustě problémů.

Hlavní součástí ošetření je odstranění zubního plaku z povrchu zubů. Plak je zodpovědný za vznik zubního kamene, způsobuje též kazivost zubů a zánětlivé stavy dásní. I když si zuby čistíte správně a dlouho, a dokonce používáte i správné zubní kartáčky, stejně se vám nepodaří plak ze zubů odstranit úplně. Obecně platí, že správně vy-

čištěné zuby se nekazí a nejsou ohroženy ztrátou z důvodu parodontózy.

Proč chodit pravidelně na dentální hygienu?

„Musíme proto dosáhnout skutečně dokonalé hygieny, což převážně nejsme schopni zvládnout bez odborného vedení zubního lékaře a hygienistky a bez pravidelného, periodického dohledu specialistů. Platí, že zubní lékaři mají na skutečně systematickou výuku a kontrolu hygieny méně času, protože v péči chrup plní širší rozsah úkolů v situacích, kdy zubní hygiena selhala,“ říká Libor Zdařil z České stomatologické komory.

Na řadu pak přichází ošetření u zubní hygienistky. Ale pozor – ty nemohou nahradit zubního lékaře a mnohé z nich se soustředí spíše na kosmetickou zubní hygienu bez náviku správné techni-

ky čištění zubů. „Aby byla zubní hygiena efektivní, musí probíhat kvalitní komunikace mezi zubní hygienistkou, zubním lékařem a pacientem. Skutečně fungující instruktáž by měla dávat pacientovi měřitelnou a názornou zpětnou vazbu v podobě zlepšení hodnot zubních hygienických indexů a měla by individuálně nastavit čištění zubů tak, aby vedla k zastavení tvorby nových zubních kazů, zubního kamene a pigmentací a aby zcela zmizel zánět dásní a následná parodontitida,“ doporučuje lékař Zdařil.

Domácí péče je důležitá

Hygiena musí být navíc nastavena tak šetrně, aby si pacient neublížoval a zároveň ho hygiena příliš neobtěžovala. Navíc správně nastaveno musí být i stravování, s ohledem na potraviny a pití, které výrazně zvyšují kazivost

zubů. Stejně je ale starat se o chrup doma, pravidelně a pečlivě. Dostatečně a dobře si čistit zuby, ideálně po každém jídle, což však není vždy možné. Pravidelnou ústní hygienu je třeba provádět nejméně dvakrát denně, ráno po snídani a večer před spaním (a poté už nic nejíst a pít jen vodu). Zejména večer nezapomínat na mezizubní prostory. Tedy používat mezizubní nitě jednosvazkové či mezizubní kartáček, ústa si vyplachovat ústní vodou.

Zuby čistíte mechanicky po celém povrchu, nezapomínejte na méně dostupná místa vzadu kolem stoliček. Prostor mezi zuby pečlivě dočistíte mezizubním kartáčkem a dentální nití. Zubní pasta je také důležitá, ale jen jako pomůcka. Pokud kartáčkem neodstraníte ze zubů plak, fluoridy se ke sklovině nedostanou. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Nateklé dásně a zuby bolí a bolí

V dnešní době překotného zdravotního odsouvání péči o sebe do pozadí. Pak nás může nemile překvapit vyúčtování u stomatologa.

Bolest pod zubem, krvácení dásní, hnisavý váček, zubní kámen, afty, popraskané koutky, povlak na jazyku nebo ústní kandidóza většina z nás alespoň jednou zažila. Nejen, že tyto potíže jsou nepříjemné, ale různé záněty mohou oddálit plánované operace, nehledě na to, že mohou oslabit imunitu, poškodit důležité vnitřní orgány nebo vyvolat závažnější onemocnění například srdce, plic a dalších.

Periodontální onemocnění je zánětlivé onemocnění podpůrných tkání zubů. Předpokládá se, že bývají nejčastěji způsobeny invazí bakterií ukrytých v zubním biofilmu. Parodontóza není jen onemocněním závěsného aparátu zubu, jde o závažné infekční onemocnění, které může ve své chronické formě ohrožovat celý organismus. Bakterie žijící v parodontálním chobotu se mohou pomocí krevního oběhu dostat do celého těla, v důsledku toho mohou kromě nepříjemné ztráty zubů hrozit i srdeční a cévní onemocnění včetně zvýšeného rizika infarktu. Prvým stádiem periodontálního onemocnění bývá zánět dásní (gingivitida) projevující se zčervenáním, krvácivostí, otoky a bolestmi.

Výsledkem popisovaných výzkumů je závěr, že na dentální plak je třeba pohlížet jako na komunitu mikrobiálního biofilmu a naopak periodontální

onemocnění není ničím jiným, než onemocněním spojeným s přenosem vlivů patogenů ukrytých v biofilmu na sousední tkáň v dásni.

Působení chytré houby *Pythium oligandrum* je pří-
mý mykoparazitismus (likvidace plísní a kvasinek),



ktej se může uplatnit u periodontálních onemocnění způsobovaných plísněmi. Významnější je produkce enzymů chytré houby, které vytvářejí nepříznivé prostředí pro růst bakterií. Je zdokumentováno, že řasovka *Pythium oligandrum* dokáže rozrušovat biofilm. Tím napomáhá k odstraňování zubního plaku a bakterie se nemají kde schovávat a následně napadají okolní tkáň. Svým působením přispívá chytrá houba k obnovení normální ústní mikroflóry. Inhibitory vylučované mikroorganismem *Pythium oligandrum* mohou inaktivovat klíčovou proteinázu gingipain, vylučovanou *Porphyromonas*

gingivalis, která kromě jiných funkcí degraduje cyto-
kiny, a tím snižuje odezvu hostitele ve formě snížení zánětu.

Pro řešení problémů periodontálního onemocnění vyvinula firma Bio Agens Research and Development – BARD s.r.o. přípravek pro péči o dutinu ústní notifikovaný pro celou Evropskou unii. Výplachová ústní voda Chytrá houba Pythie BIO PLUS obsahuje unikátní složení mikroflóry, které příznivě působí v ústní dutině při sklonu k zánětům dásní. Je vhodným doplňkem při péči o chrup a dásně. Přípravek obsahuje 5 šumivých tablet aktivního přípravku. Tableta se rozpustí v 0,1 L vlažné vody a nechá se 30 min aktivovat. S takto připraveným roztokem je možno provádět výplachy dutiny ústní, nejlépe večer před spaním po čištění zubů. Pro intenzivnější působení po dobu noci je dobré alespoň 30 minut od aplikace nejíst a nepít.



Přípravek Chytrá houba Pythie Bio Plus dostanete ve své lékárně, případně u své dentální hygieničky. Na Vaše otázky rádi odpovíme na telefonu: 728 814 202, e-mail: pythium@pythium.cz, informace na: www.chytrahouba.cz, www.pythium.eu.

Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

PLAY

Manželství

V zájmu zdraví národa a státu se toho semlelo už hodně, od pálení rodokapsů po likvidaci společenských minorit, jejichž geny se nezdály být dostatečně národotvornými. Nyní přichází otevřený dopis zástupců některých církví, kteří opět chtějí chránit stát, tentokrát před zhoubným rizikem, že by spolu mohli dva muži či dvě ženy uzavřít manželství. Logika onoho prohlášení je poněkud vachrlatá: Manželství přece může být podle Bible jen mezi mužem a ženou, a jelikož manželství je základ rodiny a rodina je základem státu, narušením „komplementarity mužského a ženského prvku“ hrozí zánik státu.

„O co tady vlastně jde? O manželství jako symbol, nebo jako právní vztah?“

Pane jo. Už ne tedy migranti, Evropská unie, globalismus nebo stárnutí populace, ale úřední svazek dvou milujících se lidí je hrozbou pro náš křehký, jen o málo víc než stoletý státní útvar. Je pravda, že v Bibli se výslovně hovoří o manželství (či spíše svazku) muže a ženy, ale také

se tam hovoří o tom, že žena má muže poslouchat a poddávat se mu, zatímco u muže stačí, když bude svou ženu milovat. Časy se zkrátka mění. O co tady nakonec vlastně jde? O manželství více jako symbol, nebo jako právní vztah? Občanský zákoník opravdu zatím nezná manželství osob stejného pohlaví, ale to se právě možná změní. Proč by neměl mít jakýkoliv pár stejné šance před úřadem? Pakliže věřícím leží na srdci manželství více jako symbol, není nic snadnějšího než jít příkladem a do stejnopohlavního manželství nevstupovat. A dopřát ho s láskou těm, kteří právě po takovém svazku touží.

IVAN ADAMOVIČ
PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTI



@mojemetro



Bohužel paní Svatava O., která nám fotku tohoto obrázku poslala, už nepřipojila, kdo je jeho autorem a kam měl zmiňovaný táta jít. Vzhledem k venkovním teplotám odhadujeme, že bychom měli jít všichni k vodě, pokud můžeme! Užijte sluníčka a pošlete nám své výtvary. #metrotag #mojemetro

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, 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!

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: BOLEŇ

LUŠTĚNKA

L	E	B	I	B			
1							
L	O	V	R	U	P		
			2				
L	Y	M	O	I	B		
				3			
S	T	E	Š	K	A		
	4						
C	E	C	H	R	Á	N	O
				5			

Přeházejte písmena a vyjdu vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES



29/33 °C

ZÍTRA



29/33 °C

ČTVRTEK



26/30 °C

PÁTEK



27/31 °C

Teplotní rekordy: ↓ 8,4 °C (1978) ↑ 36,0 °C (2010) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Dobrodružství kriminalistiky (11/26)
Modus operandi. Krimiseriál (ČR/N/Fr., 1991). Hrají: M. Vávra, P. Rímský, I. Vyskočil, L. Kostelka

21.00 Vyprávěj
Žijí Markovi rodiče? Seriál (ČR, 2009-2013). Hrají: L. Hampl, Z. Čapková, Z. Piškula

21.55 Stůj, nebo se netrefím
Komedie (ČR/SR, 1998)

23.30 Balthazar IV
Krimiseriál (Fr., 2021)

00.20 AZ-kvíz

ČT2



20.00 Smolař
Komedie (Fr., 1964). Malý obchodník a vykutálený podvodník. Tak kdo komu asi naletí? Hrají: Bourvil, L. de Funés, V. Venantiniy

21.55 Pyramida hrůzy
Dobrodružný film (USA, 1985). Mladý Sherlock Holmes řeší tajemství smrti ukryté v staroegyptské svatyni. Hrají: N. Rowe, A. Cox, S. Wardová

23.45 Království pirátů (1/6)
Vývěte černou vlnku. Působí jako výplod mýtů a legend

00.35 Láska a sex v USA

NOVA



20.20 Policie Modrava (7)
Kovbojův návrat. Krimiseriál (ČR, 2013). V Hotelu Srní je nalezen na pokoji mrtvý muž. Hrají: S. Norisová, J. Satoranský, F. Tomsa, Z. Palusga

21.30 Kameňák (4)
Kalhotkový fantom. Komedijní seriál (ČR, 2019). Hrají: V. Vydra, M. Dejdar, V. Žilková, L. Županič

22.45 Námořní vyšetřovací služba XIX (14)
První krůčky. Krimiseriál (USA, 2021-2022)

23.40 Mentalista IV (4, 5)

PRIMA



20.15 Slunce, seno a pár facek
Filmová komedie (ČR, 1989). I v idylických jihočeských Hoštících může kvůli chystané svatbě dojít k ruční výměně názorů. Hrají: H. Růžicková, S. Tříška, V. Kánská, B. Černý

22.35 7 pádů Honzy Dědka – to nejlepší z roku 2022
To nejlepší z talk show Honzy Dědka

23.55 Ano, šéfe!
Spolupřítel Tomáš a Jaromír vybudovali v Rožnově pod Radhoštěm restaurační komplex

01.10 Policie v akci

ÓČKO



14.35 Óčko hity

15.00 Mixxxer Live

17.00 Óčko hity

18.30 Festivalové léto
Největší elektronický taneční festival v srdci Evropy

18.35 Óčko hity
Klipy nonstop

22.00 Naked Attraction
Seznamka na tělo

22.30 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Auto-moto - poptávka

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

Starožitnosti

KNIHY!

Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj.

T. 603 478 873

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKUPÍ IHNED ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofony, desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bžuterii, český granát, nábytek do r. 1975. Šavle, bodáky a uniformy, rádia a tranzistory, vánoční ozdoby, formičky na vánoční cukroví, betlémy, housle a hudební nástroje. Kufry, textilie, veškeré nádobí, šicí a psací stroje, obrazy a grafika, lampy a lustry, hmoždíře, žehličky, konvice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, paroží, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, přístroje, kabelky, kufry a staré uhláky. Staré rybářské potřeby (pruty, navijáky, podběráky...), Papírové peníze – v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u Nás až po tel. domluvě.
Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelskyykabinet@post.cz

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, šperky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy, starožitný nábytek. Děkuji Dyn. Tel. 702401621

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

Práce - nabídka

• Přijmeme strážné na pozici na Praze 1, 4, 8 a 9. Pochůzková činnost, práce s PC na DPP, čistý RT, zálohy možné. Tel: 777077611, volat 8-17h.

• Amboseli přijme POPELÁŘE v Praze na HPP/DPC, pravidelné zálohy, odměny a příspěvek na bydlení. Volejte pouze Po až Pa 9 - 15hod mob: 724438833

• Hledáme pracovníky na úklid osobních vlaků na HPP. Směnný provoz, Praha 4. Tel.: 603301309.

• Hledáme nutně kurýry pro Prahu a okolí. Pracovní doba Po - Pá, 8 - 18 hod. Průměrný výdělek 45 000 Kč/měsíc. Vlastní auto nutné. Kontakt: 733643785

• Vrátný nebo pracovník ostrahy i pro OZP, mzda až 150 Kč, směny dle domluvy, možnost získat Certifikát strážného, více info. na tel.: 773786199.

• POKLADNÍ za 150-178 Kč/hod i bez praxe - zaškolení, směny dle domluvy, možnost rezervace, Praha a okolí, zálohy druhý den. Tel.: 222534534

Hledáme kolegu / kolegyni na pozici

Obchodní zástupce pro METRO

Vaším hlavním úkolem bude:

komunikace se stávajícími klienty a aktivní vyhledávání nových obchodních příležitostí.

Očekáváme:

• obchodní talent a zájem prožívat svůj pracovní den v kanceláři i mimo ni • touhu se nadále vzdělávat a stát se tím nejlepším z nás • znalost práce na PC

Nabízíme:

• samostatnou a různorodou práci na zaměstnanecy poměr
• moderní pracovní prostředí s výbornou dopravní dostupností
• přátelský kolektiv • fixní základní mzdu + pohyblivou složkou + provize vč. kvartálních a ročních bonusů • 5 týdnů dovolené
• stravovací příspěvek • mobilní telefon a notebook.

Kontaktní osoba:

Barbora Vavřínová
+420 734 517 421 • Barbora.vavrinova@mafra.cz

Pokud Vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis s průvodním dopisem na uvedenou emailovou adresu. Název pozice uveďte prosím do předmětu emailu



PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY



ABAS
IPS MANAGEMENT

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz



Chcete sřtížit hodnoty jako **STRÁŽNÝ**?
Mít pevnou pozici jako **RECEPČNÍ**?
Nebo hlídat zboží v **OBCHODECH**?
A můžete být klidně i **VEDOUČÍ**!

Dáme Vám **služební oblečení**.
Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**.
A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.

MALOSTRANSKÉ GYMNAZIUM
přijme od září na plný úvazek

UČITELE/KU s aprobací angličtina - španělština.

Případně jsou možné dva částečné úvazky: Aj - 12 hod, Šj - 9 hod

Eventuálně aprobace angličtina - francouzština na plný úvazek.

Fj na částečný úvazek nepřijímáme.

marc
+ Kariéra

OSTRAHA OBJEKTŮ V PRAZE!

Mzda až **180 Kč/h.**
Práce pro muže i ženy.

800 111 112

• ZŠ Slovenská 27, Praha 2 přijme vychovatelku do školní družiny. Nástup od 1. 9. 2023. Životopisy zašlete na e-mail: reditelka@zs-slovenska.cz

• Brigáda v týdnu nebo o víkend - denní/noční doplňování zboží za 150-185,90 Kč/hod, ONLINE REZERVACE, denní zálohy, Praha a okolí. Tel: 222534534

• Pultový prodej lahůdek/dopek pečiva. Nabízíme 176,60 Kč/hod, směny dle Vašich možností s nástupem ihned. Tel.: 222534534, www.creditzech.cz

• LETNÍ PŘÍVÝDĚLEK pro každého. Nabízíme různé pozice na prodejních v Praze a okolí, odměnu až 185,90 Kč/hod, online rezervaci, zálohy. Tel: 222534534

• ZŠ Slovenská 27, Praha 2 přijme pomocnou sílu s praxí do školní jídelny, nástup 28. 8. 2023. Životopisy zašlete na e-mail: jidelna@zs-slovenska.cz. Nebo volejte pí. Majerovou: 607862188

• ZŠ Slovenská 27, Praha 2 přijme učitele/ku Českého jazyka a Dějepisu. Nástup od 1. 9. 2023. Životopisy zašlete na e-mail: reditelka@zs-slovenska.cz

• Domov pro seniory v Praze 2 hledá kuchařku/kuchaře na DPP/DPČ. Krátký a dlouhý týden, pracovní doba 6-18h. Stabílň a přátelský kolektiv. 190 Kč/h. Více na T.: 725015320

• Přijmeme na dlouhodobou brig. prac. ostrahy - možno i důchodce, D/N směny, část. znalost PC, objekty Praha. Tel.: 602281773, po-pá 07-12 hod.

Pronájmy - poptávka

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. Potřebujeme: dlouhodobě, dobré MHD, nábytek nerozhoduje, ale dobrý stav ano. RK nevolat. 605845088

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE
jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Reální kanceláře prosím nevolat. Tel.: 601 522 292

BYT/ DŮM POPTÁVKA
s přátelky hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoliv stavu. Děkujeme za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU
Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel.: 725 911 070

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK
v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY
koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizersky, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 731 117 381



Nemovitosti - nabídka

Se spolumajiteli není řeč?



774 301 409

Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte. Nepotřebujete souhlas spolumajitelů.
skayocapital.cz

JURIS REAL

Nabízíme přímý výkup nemovitostí.

Vyřešíme právní vady, dluhy a exekuce. V případě zprostředkování prodeje nabízíme možnost okamžité výplaty zálohy.

800 22 33 88
prodejtojinak.cz



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks)
zaPlatíme odvezeme

Celá ČR

tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariaty.cz



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

O Czech Bowl se utkají Gladiators a Steelers

Finále domácí ligy amerického fotbalu se odehraje v neděli od 18.00 v Jihlavě.

Hráči Vysočina Gladiators a Ostrava Steelers se střetnou ve finále jubilejního 30. ročníku Snapbacks ligy amerického fotbalu. Favority Czech Bowlu jsou v sezoně neporažení Steelers, Gladiators ale budou mít výhodu domácího prostředí. Již s předstihem bylo rozhodnuto, že finále play-off bude právě v Jihlavě.

„Máme za sebou zábavnou a napínavou základní část, ve které se nám podařilo rozšířit počet adeptů na titul. K finalistům se přidala navíc Nitra a zejména tyto tři týmy předváděly po celou dobu skvělé výkony,“ uvedl předseda České asociace amerického fotbalu Filip Hobza.



Kouč Vysočina Gladiators Matěj Večes, hráči Jan Dundáček (Gladiators) a Jan Telnar a generální manažer Ostrava Steelers Michal Trajtkov ČTK

Slovenský klub prohrál v semifinále s Vysočinou 28:38, Ostrava prošla do finále po výhře 35:0 nad Znojmo Knights. Oba kluby tak budou usilovat o druhý titul v historii. Ostrava poprvé a zatím naposledy vyhrála v roce 1997, Vysočina byla nejlepší před dvěma lety.

„Očekávám tuhou bitvu. V základní části se ukázalo, že v soubojích nejlepších šlo o vyrovnané bitvy, které často rozhodovaly maličkosti a závěry,“ podotkl Hobza.

Steelers v základní části dokázali Gladiators doma porazit 34:26. V Jihlavě ale s Vysočinou, chystající se na třetí fi-

nále za sebou, čtyřikrát v řadě prohráli. „Doufám, že tuhle tradici zlomíme a v Jihlavě vyhráme,“ burcoval generální manažer Steelers Michal Trajtkov. Jihlavští to logicky vidí jinak. „Neradi prohráváme a v této sezoně se nám to už dvakrát stalo. V Ostravě to byl ale krásný zápas. Teď to ale bereme pozitivně. Není na nás takový tlak, nemáme za sebou perfect season. Navíc Steelers u nás historicky vyhrávat neumí,“ řekl hlavní kouč Gladiators Matěj Večes.

Finále bude soubojem týmu s nejlepším útokem proti nejlepší obraně. Gladiators nasbírali v základní části 349 bodů, Steelers jich v sezoně inkasovali jen 78. První čtyři zápasy odehráli s nulou. „Stěžejní akce si necháváme do finále, není to jen o sezoně,“ pousmál se Večes. „I náš trenér má nějaká esa v rukávu a věřím, že něco vytáhne,“ kontroval Trajtkov. ČTK

KRÁTCE

Tři změny dresů

Hokejový útočník Dominik Kubalík se v NHL stěhuje do Ottawy. Detroit ho vyměnil do týmu Senators za americké křídlo Alexe DeBrincata. Další útočník Filip Zadina bude po předčasném konci v Detroitu působit v San Jose. Andrej Šustr se po dvou letech vrací ze zámoří do Evropy. Dvaatřicetiletý obránce bude hrát v německém Kolíně nad Rýnem.

Zastavená činnost

Disciplinární komise hokejové extraligy zastavila činnost hráčům Hradce Králové Martinu Štohanzlovi, Kevinu Klímovi a Graemu McCormackovi, kteří během semifinále série play-off proti Vítkovicím porušili pravidla o doping. Šlo o látku patřící mezi stimulanty, ne o drogy. Konečné rozhodnutí vynese Antidopingový výbor ČR.

Cavendish na MS?

Navzdory zlomené klíční kosti je hvězdný Mark Cavendish v nominaci na mistrovství světa v silniční cyklistice, které se ve Skotsku uskuteční za necelý měsíc. Britský svaz zařadil osmatřicetiletého spurtera do týmu, byť jeho šance na start jsou minimální. Vedení britského svazu čeká na kompletní lékařskou zprávu stále Astana.

Lehečka skrečoval

Český tenista Jiří Lehečka se do čtvrtfinále Wimbledonu neprobojoval. Utkání s nasazenou trojkou Rusem Daniilem Medveděvem za stavu 4:6, 2:6 skrečoval. Neuspěla ani Petra Kvitová. Dvojnásobná vítězka turnaje podlehl loňské finalistce Uns Džábirové z Tuniska jasně 0:6, 3:6. Dnes vyzve Markéta Vondroušová ve čtvrtfinále Jessicu Pegulaovou z USA.

Juve bez pohárů

Juventus Turín se kvůli kauze falšování účetnictví dohodl s Unii evropských fotbalových asociací na odstoupení z evropských pohárů a přijde tak o účast v Evropské konferenční lize. Bývalý šéf klubu Andrea Agnelli byl sportovním soudem Italské fotbalové federace potrestán za nesrovnalosti ve výplatách hráčům zákazem působení ve fotbale na 16 měsíců. ČTK

Velká prémie

První titul na okruhu LPGA a navrch nejštědřejší odměnu v historii majorů vybojovala americká golfistka Allisen Corpuzová (na snímku) na US Open. Na tradičním hřišti v Pebble Beach se pětadvacetiletá hráčka dostala jako jediná ve všech čtyřech kolech pod par a dominovala se skóre -9. Dostala prémii dva miliony dolarů. Rakouský golfista Sepp Straka se rok a pět měsíců po prvním triumfu dočkal druhého titulu na PGA Tour, a to na John Deere Classic v Illinois. ČTK



Tři MS brzy po sobě. Nyní s deseti Čechy

Ačkoli normálně se mistrovství světa v plaveckých sportech koná jednou za dva roky, nyní se během zhruba roku a půl uskuteční hned tři šampionáty. Po loňském MS v Budapešti a nadcházejícím ve Fukuoce budou mít plavci další vrchol už příští rok v únoru v Dauhá. I vzhledem k přípravě na olympijské hry 2024 v Paříži je to velká komplikace pro sportovce, trenéry i funkcionáře.

Dosud posledním šampionátem v regulérním termínu bylo v roce 2019 Kwangdžu,

koncem roku se ještě konalo ME v krátkém bazénu v Glasgow. Potom se kvůli pandemii koronaviru zrušily všechny velké akce a olympijské hry v Tokiu se posunuly o rok. Tím se rozpadl klasický kalendář, navíc další vlna covidu odložila MS ve Fukuoce až na letošek.

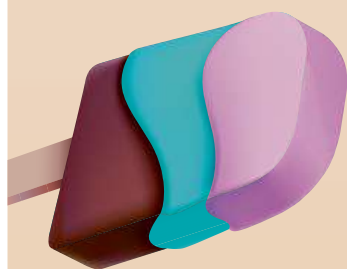
Do Japonska, kde šampionát začne už v pátek, míří deset českých reprezentantů. Čtveřici bazénových plavců v čele s Barborou Seemanovou doplní čtyři dálková plavci a také dvě akvabely. ČTK



Letní soutěž

o balíček pro gamery

10. - 16. 7.



 smarty.cz

Více se dozvíš
na [smarty.cz](https://www.smarty.cz)