

metro

Bikerka Simona Spěšná má cyklistiku v genech, pochvaluje si svůj tým ze Švýcarska a ráda by zabojovala o OH. **STRANA 12**



Hrady CZ nabízejí elitu, pauzy i speciální kemp

Putovní festival začíná v pátek **na Točníku**. Pořadatel Michal Šesták přibližuje problémy s infrastrukturou u památek. Po **hudební stránce** láká na Kryštof, Kabáty či Mirai **STRANA 6**

Úsporné žárovky

Více než 200 klasických žárovek v centrálním lustru Mahenova divadla v Brně nahradí úsporná LED svítidla. Národní divadlo Brno (NdB) k výměně inspirovala energetická krize a hledání úspor. Na rekonstrukci získalo peníze prostřednictvím sbírky, do níž přes 100 příznivců věnovalo 326 tisíc korun. Lustr je již svěšený a pracuje na něm společnost Preciosa, která jej v 70. letech 20. století pro divadlo zhotovila. Lustr váží 750 kilogramů, měří čtyři metry na výšku a tři na šířku. K zemi míří každých pět let kvůli výměně všech žárovek a vyčištění vodní párou. Tak velké zásahy jako teď ale nepamatuje. „Rekonstrukce je pro nás velká věc, protože lustr v podstatě od 70. let minulého století takhle rozsáhle opravován nebyl. Stejně jako ostatní instituce se i my snažíme být efektivní a neplýtvat energií,“ prohlásil obchodní ředitel NdB Robert Štěrba. Práce začaly minulý týden svěšením lustru a stavěním lešení. Do výšky zhruba 25 metrů se vrátí do konce srpna, aby byl do začátku nové sezony nachystán. **ČTK**



EXTRA **metro**

MAGAZÍN,
KTERÝ
VÁM
ZAVONÍ



Voňavé Extra

Káva vznikla v podstatě náhodou. Kozy afrického pasáčka sežraly neobvyklé bobule a začaly šílet. Když pak šaman z nedaleké vesnice plody ze strachu naházel do ohně, kolem to příjemně zavonělo. Příběh kávy je jen jedno z témat dnešního speciálu. V něm se třeba také dozvíte, jakou cestu musí zrno urazit, než se dostane do vašeho šálku. Čtete uvnitř.

Červíci bodují

V pokračování seriálu o hrách představujeme Worms. Tuhle oblíbenou kratochvíli vymyslel Andy Davidson a původně měl ve své grafice lumíky. Došlo mu ale, že vykrást už existující hru nemůže, přišel tedy s válečnými červíky. Ti mají nejen zajímavé zbraně, ale také vtipné hlášky. Hra má celkem přes dvacet pokračování. **STRANA 9**

Bez řidičáku?

Přestože pro mnohé je nutností vlastnit řidičské oprávnění, protože ho potřebují k výkonu povolání nebo jelikož bydlí například na vesnici, zejména ve velkých městech se mnoho lidí obejde v pohodě bez něj. Důvodem může být také to, že třeba na sídlištích není pořádně kde zaparkovat. Jiným stačí kvalitní MHD. **STRANA 4**



Jeskyně – umělecká galerie

Ve Zbrašovských aragonitových jeskyních v Teplicích nad Bečvou vystavuje své skleněné objekty Ondřej Strnadel. Sezonní výstava nese název Světlo sklem. Jeskyně pořádají výstavy současného výtvarného umění už přes 30 let. Umělci se nechávají inspirovat řekou Bečvou. **ČTK**



Obří zrcadlo ve vesmíru

Vědci objevili velmi zajímavou exoplanetu, tedy planetu, která obíhá kolem jiné hvězdy než Slunce.

Je zahalena do kovových mraků z titanu a křemičitanů, které odrážejí většinu dopadajícího světla zpět do vesmíru. Vědci objevili exoplanetu, kterou popisují jako žhavý

svět, který je o něco větší než Neptun a který obíhá kolem hvězdy podobné Slunci každých 19 hodin. Informovala o tom agentura Reuters. Odkazuje přítom na astronomy, podle kterých by taková exoplaneta nejspíš neměla vůbec existovat. „Je to obří zrcadlo ve vesmíru,“ řekl astronom James Jenkins z Univerzity Diega Portalese a Centra pro excelenci v astrofyzice a přidružených technologiích v Chile. **ČTK**

NAŠE ZEMĚ BY UŽ NEEKISTOVALA

Planeta odráží přibližně 80 procent dopadajícího světla, což z ní činí nejvíce reflexivní známý objekt ve vesmíru.

- Venuše, která je kromě Měsíce nejjasnějším objektem na noční obloze ze Země, je nejvíce reflexivním objektem naší Sluneční soustavy, zahaleným do jedovatých mraků kyseliny sírové. Venuše odráží přibližně 75 procent dopadajícího světla. Země odráží asi 30 procent. Exoplaneta, pojmenovaná LTT9779b, a její hvězda se nacházejí v Mléčné dráze, tedy v naší galaxii, asi 264 světelných let od Země. Její průměr je asi 4,7krát větší než průměr Země. LTT9779b obíhá velmi blízko své hvězdy, blíže, než je vzdálenost Merkura od

Slunce, a 60krát blíže než oběžná dráha Země. Díky prudkému slunečnímu záření své hvězdy je teplota na jejím povrchu asi 1800 stupňů, což je více než teplota roztavené lávy.

- Podle vědců je s ohledem na její blízkost záruk, že exoplaneta má vůbec nějakou atmosféru. Pokud by tomu bylo jako na Zemi, atmosféru s mraky na bázi vody by už dávno rozmetalo sluneční záření. Vědci se však domnívají, že její mraky jsou kovové, díky kombinaci titanu a křemičitanů. „Dokonce si myslíme, že by mraky mohly kondenzovat do kapiček a v některých částech atmosféry by mohl padat titanový déšť,“ řekl Jenkins. **ČTK**

KRÁTCE

Odsudte válku, získáte azyl

Slavný hokejový brankář Dominik Hašek vystoupil v sídle Evropského parlamentu ve Štrasburku. Mluvil tam o tom, aby státy EU

zajistily azyl pro ruské a běloruské sportovce, kteří odsoudí ruskou agresi na Ukrajině. S europoslanci jednal o tom, jak znemožnit mezinárodní starty ruských sportovců propagujících režim prezidenta Vladimira Putina.

Nová síť

Za pár dní získala nová sociální síť Threads 100 milionů uživatelů. Vlastní ji společnost Meta Platforms, pod kterou spadá Facebook či Instagram. V Evropě zatím dostupná není. **ČTK**

INZERCE



S Rentou z nemovitosti jsem se odrazila ode dna.

Přemýšlíte, jak si udržet životní úroveň? Jste-li ve věku 60 plus a bydlíte ve svém, tak pro Vás řešení existuje! Stejně jako pro mě. Banka mi nepůjčila, děti peníze nemají, úspory jsem vyčerpala a dům prodávat nechci. A přesto mám zase klidné spaní. Pomohla mi zpětná hypotéka!

Jediný úvěr, který se nemusí průběžně splácet.

Renta z nemovitosti od FINEMO.CZ

NECHTE SI SPOČÍTAT VÝŠI VAŠÍ RENTY:

www.rentaznemovitosti.cz | ☎ 233 321 850

Padělky 20 korun jsou kvalitní

Česká národní banka (ČNB) zadržela v prvním pololetí 2797 padělaných nebo pozměněných bankovek a mincí. Je to o polovinu víc než za celý loňský rok, proti loňskému prvnímu pololetí se počet zadržovaných paděleků zvýšil víc než pětinasobně. Naproti většina odhalených padělků jsou české koruny, vyplývá z informací ČNB. Většinu zachycených paděleků tvořily korunové bankovky, ČNB jich za pololetí zadržela 1451. Výrazný podíl měly padělané české mince, kterých centrální banka odhalila 904. Mince přitom v minulých letech představovaly jen zlomek všech paděleků, které se v Česku objevovaly. Centrální banka zachytila také 192 padělaných eurových

bankovek, 162 padělaných dolarových bankovek a 81 padělaných eurových mincí. Počet odhalených paděleků výrazně vzrostl ve druhém čtvrtletí. Zachycené padělané dva-

setikorunové mince byly podle centrální banky poměrně kvalitně raženy. V Česku bylo ke konci loňského roku v oběhu 2,79 miliard bankovek a mincí. Mezi-

ročně se jejich počet snížil o 2,2 procenta, když ubylo bankovek, a naopak mírně přibývalo mincí. Hodnota peněz v oběhu byla zhruba 706 miliard korun. Padělate-

lům hrozí v ČR za zločin padělání a pozměnění peněz až osm let vězení. V případě organizované skupiny či značného rozsahu trestné činnosti je trest až desetiletý. **ČTK**

INZERCE

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE

Losos čerstvý
– filet s kůží
chlazený, balený, cena za 100 g



54,90 **-38 %**
33⁹⁰



Albert Čerstvá vejce M
30 ks balení, 1 ks = 3,33 Kč
Akce / 2,83 Kč Aplikace

159,- **-46 %**
POUZE S APLIKACÍ
84⁹⁰

AKCE **99⁹⁰**

MAXIMÁLNĚ
2 bal.
/den

ČÍSLA DNE

25

Česká národní banka snížila úrokové sazby nejdříve v roce 2025, míní ekonom Národního institutu SYRI a člen Národní ekonomické rady vlády Tomáš Havránek. Základní úroková sazba je na sedmi procentech od loňského června. Příští jednání bankovní rady o sazbách je plánované na 3. srpna. Od sazeb centrální banky se odvíjejí úroky bankovních vkladů a úvěrů.

80

Pařížská katedrála Notre-Dame, kterou před čtyřmi lety výrazně poničil požár, má nový dubový krov. Rekonstrukce původními středověkými metodami by měla skončit příští rok slavnostním otevřením v prosinci, uvedla stanice BFM TV. Na obnovu dřevěné konstrukce střechy katedrály bylo pečlivě vybráno 1200 dubů, které tesaři ručně káčí. Z dubových trámů je i nově instalovaný krov, který je složený ze tří trojúhelníkových částí o rozměrech 15 krát 12 metrů a hmotnosti sedmi tun. Loď, která dopravila i další stavební materiál a trámy, měří 80 metrů. Z lodě na chrám Notre-Dame krov vyzdvihl jeřáb. **ČTK**

Tchibo Gold Selection
instantní káva, 180–200 g, 100 g
od 54,95 Kč Akce / od 46,45 Kč
Aplikace, vybrané druhy
▼ 99,90 Kč (-7 %)*



239,- **-61 %**
POUZE S APLIKACÍ
92⁹⁰
AKCE **109⁹⁰**

29,90 **-20 %**
23⁹⁰



Pilsner Urquell
světlý ležák, 0,5 l, 1 l = 47,80 Kč,
záloha na láhev 3 Kč
▼ 23,90 Kč (0 %)*

239,- **-58 %**
99⁹⁰



Zmrzlina
Magnum pinta
440 ml,
100 ml = 22,71 Kč,
vybrané druhy
▼ 129,90 Kč
(-23 %)*

albert
STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

*Nejvýhodnější cena na trhu za posledních 30 dní.
Akce platí v prodejnách Albert od 12. 7. do 18. 7. 2023 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

Řidičák pořád potřebujeme, žít se však dá dobře i bez něho

Vlastnit oprávnění k řízení auta se považuje za stejnou samozřejmost jako umět číst a psát.

„Moje máma si udělala řidičák někdy po čtyřicítce, ale vlastně jen proto, že ji do toho nutil táta. My s bráchou jsme byli ještě malí a jemu šlo o to, abychom byli jako rodina pojezdni, kdyžby on nemohl zrovna řídit,“ říká Petr.

Maminka udělala zkoušky až napotřetí a do svých téměř devadesáti let ujela ani ne tisícovku kilometrů. Ty poslední urazila za volantem někdy v první polovině osmdesátých let minulého století ještě v rodinné Škodě 100. Poté, co při couvání poškrábala vedle stojícímu vozu blatník, si řekla, že nemá podobná trápení zapotřebí.

Všude jedou vlaky i autobusy Bez řidičáku žije celoživotně sochař Petr Novák. Jeho sochy koní patří k ozdobám parků, sbírek i zámeckých areálů. Jedna z nich, jezdecká i s Masarykem (mimochoodem vůbec první tohoto druhu), je k vidění i v Lánech. Krčí rameny, že automobil vlastně nikdy nepotřeboval. „Všude dojezdí veřejnou dopravou, z Jaroměře, kde bydlím, do Josefova, kde mám ateliér, mi stačí kolo nebo nohy,“ říká sochař. V bastionu, kde tvoří, není ale jediný. Souseda v pevnostní umělecké komunitě mu dělá i mědi-tepec Vojtěch Jirásko. „Já taky nemám řidičák,“ chlubí se šestačtyřicetiletý umělec.

Ve městě je to zbytečnost, ale i luxus zároveň

Jiní sice řidičský průkaz vlastní, třeba proto, že ho potřebují pro práci. Protože ale žijí ve městě, považují vlastnictví



Jeden z důvodů, proč nevlastnit auto. Není kde parkovat. MAFRA

vozu za luxus a současně i za zbytečnost. Zdeněk pochází z Vysokých Studnic na Českomoravské vysočině. Teď žije a pracuje s partnerkou v Praze. O autě neuvažují. „Když jedeme k našim na Vysočinu, tak autobusem, pokud auto potřebujeme tam, naši nám ho půjčují,“ říká Zdeněk.

VÍC AUT NEŽ LIDÍ?

1,22

V roce 2021 měla Praha více než 1,2 milionu registrovaných automobilů, zatímco obyvatel bylo jen o málo víc, a to 1,3 milionu. Počet lidí v autě v provozu klesl z 1,71 osoby v roce 1990 na 1,3 člověka na jedno vozidlo v roce 2021. IDNES.cz

V Praze proto nevidí důvod, proč auto mít. „MHD je tu téměř dokonalá, pokud jsme kupovali něco objemnějšího, jako je lednička, rozvázková služba je u prodejců už samozřejmostí,“ argumentuje Zdeněk. Trápit se proto s parkováním vlastního auta nechtějí. Pokud si ho pořídí, tak až bu-

dou děti, a to ještě, pokud by šli z Prahy zpět na Vysočinu.

Ani Zdeňkovi rodiče rodinný automobil na malé vsi moc nevyužívají. Nedávno zavedli z nedaleké Jihlavy integrovanou dopravu i do Vysokých Studnic, v krajském městě jsou lidé za patnáct minut, v pracovní dny je spojení každou hodinu.

Méně uchazečů o ŘP

Studentské slevy, lepší MHD, vyšší náklady na bydlení. To jsou důvody, proč klesají počty zájemců o nejběžnější řidičák skupiny B pro osobní vozy do 3,5 tuny. Platit za auto poplatky včetně pojistky a přitom ho minimálně využívat, to se především mladým lidem nechce. Na pokles má vliv i to, že dospívají slabší ročníky z přelomu století. V roce 1990 přivedli porodníci na svět téměř 130 tisíc dětí, v roce 2000 to bylo už jen devadesát tisíc. PAVEL HRABICA

ŽIVOT BEZ AUTA? STAČILA BY MHD? CO SI MYSLÍ ČTENÁŘI DENÍKU METRO?

Automobil je pro mnoho lidí důležitým usnadněním života.

- **Pája Sheeku:** V Praze ho nepotřebujete, ale když nežijete v Praze, kde MHD úplně nefunguje, tak to bez auta fakt nejde.
- **Tomáš Kubák:** Představit si to umím, stačí si vzpomenout na to, když jsem byl mladej... Taký to nějak šlo.
- **Iva Kolářová:** Za mě to patří ke vzdělání. Neříkám, že je nutnost řídit všude a za všech okolností, ale dává to pak tisíce možností, co dělat.
- **Mírek Bikeman Košťáto:** Po Praze nejraději na kole. Na co být zavřený v autě v kolonách. Kolo je svoboda.
- **Michal Surmaj:** Nemám papíry ani na tříkolku, a když něco potřebuji, existují kamarádi.
- **Lenka Vargová:** Takový život si představit umím, takový i žiju. Ač mám ŘP už mooooc let. Řidičák je fajn mít, ale že by bez něj člověk nemohl žít? To samé s autem. Občas se hodí, ale přežít se bez něj docela dobře dá.
- **Renee König:** Auto nemám, ani řidičák, je to dané strachem z řízení, ale žiju ve městě a nejsem líná jít pěšky či jet

vlakem nebo busem. Bydlet na vesnici, tak strach překonám a řidičák mám dávno, tam bez něj nelze být už kvůli dojíždění do práce.

- **Adéla Brůnová:** Na vsi bez auta nelze, spoje nenavazují, o víkendech nejedí. Člověk se nedostane na čas do práce, popřípadě k lékařům.
- **Lukáš Daniel:** MHD je pro dobytek, jediné auto.
- **Jana Pé:** Nedovedu si to představit. Sice žiju v Praze, ale do veřejný dopravy nevlezu, ani kdyby mi za to někdo zaplatil. Díkybohu za carsharing nebo Bolt. Veřejnou jedu tak třikrát do roka, když je to nezbytné.
- **Ester Revan Kirková:** Neřídím, nikdy jsem neřídila, pravda je, že bydlím v Praze, kde to není potřeba, ale jestli půjdu na vesnici, jsem, slušně řečeno, v háji.

- **Daniel Šabtaj Šebek:** Celý život jsem bez řidičáku a jsem v klidu. Nemusím řešit, kde zaparkuju, vyměním pneumatiky nebo z čeho zaplatím povinné ručení. Když mi babička chtěla zaplatit řidičák k 18. narozeninám, řekl jsem jí, ať ty peníze využije nějak rozumněji. Poradil jsem jí, ať pozve celou rodinu do čínské restaurace, což byla tehdy vzácnost.

Podnes na tuto oslavu vzpomínáme...

- **Alena Králová:** Žiju v Praze už patnáctým rokem, auto nemám. Mezitím přišly dvě děti, několik stěhování, nákupy, vše se nějak udělalo. A to jez-díme každý měsíc vlakem na Moravu a stejně tak na Kutnohorsko. Auto asi jednou bude, ale musím uznat, že finančně by nás docela stáhnou.
- **Zuzana Drábová:** Neumím si to představit, i když bydlíme u Prahy. Kolony mají své čaro, hlavně směr centrum.
- **Andrea Slováková:** Dokud jsem neměla děti, byla jsem v Praze víceméně bez auta v pohodě. S dětmi bych ale už neměnila. Hlavně kvůli výletům, kdy cesta na zajímavá místa veřejnou dopravou trvá až čtyřikrát déle. Taky do práce se dostanu dvakrát rychleji. Nedávno jsem musela jet 15 minut busem a v tom vedru to bylo neúnosné. Raději stát půl hodiny v koloně, ale v klimatizovaném autě.
- **Alena Jája Kdolská:** Syn má ZTP/P průkaz a je nereálné s ním cestovat mezi lidmi skrze jeho neurologické postižení, autoagresi a heteroagresi, navíc ho budu dovážet do speciální ZŠ, kam od nás ani autobus nejedí.



Plná, prázdná, poloplná?

Jeden z důvodů, proč ve městě nemít auto. Není kde parkovat, hrozí i poškození od vandalů. Velká sídliště to kdy si řešila tím, že pronajala část veřejných parkovacích ploch soukromníkům. Ti je oplotili a za poplatek volná místa pronajímali. Jak ukazují snímky, ne vždy jsou ale oplotené plochy zaplněné, zatímco kolem nich stávají auta i na chodnících a na trávnících. Není uzavření parkoviště za pletivo a závory mrháním místem, když jsou pronajaté plochy málo využité? „Z historických dat víme, že jejich obsazenost byla na hranici maximální obsazenosti,“ říká například k parkovištím na sídlišti Jižní Město radní pro dopravu Prahy 11 Libor Vrkoč. Některá parkoviště přitom inzerují volná stání. V poslední době se na Jižním Městě hovoří o zavedení modrých parkovacích zón po vzoru centra Prahy i jiných městských částí. Což by mohlo odradit například řidiče dojíždějící ze Středočeského kraje. „Kroky k přistoupení na placené zóny stání pouze doporučil výbor dopravy, který je pouze poradním orgánem zastupitelstva. Zdůrazňuji, že pokud by k zavedení došlo, bude tomu předcházet široká veřejná diskuze na základě relevantních dat,“ připomíná Vrkoč. PH

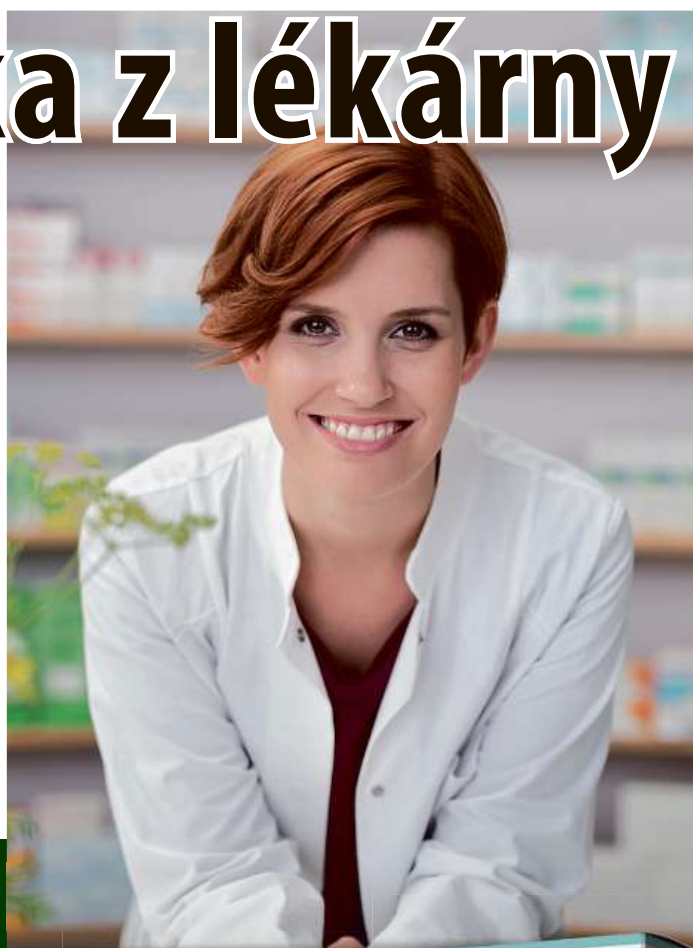
Letní nabídka z lékárny



Trojí síla pro lepší paměť!

Zhoršená paměť? Ztráta myšlenek? Nulové soustředění? Jsou okamžiky, kdy časté zapominání dokáže pořádně potrápít! Neklesejte na myslí a zamířte pro jedinečného pomocníka.

Pokud pocítujete dlouhodobě výpadky paměti, zhoršení myšlení a soustředění, pak je načase vyzkoušet novinku **GinkgoMax+Bacopa+Lecitin**. Je unikátní svým posíleným složením s obsahem extraktu Ginkgo biloby, který prokrvuje a vyživuje mozkové tkáně a posiluje paměť. Díky obsahu Lecitinu přípravek podporuje regeneraci nervových buněk a pomáhá zlepšovat soustředění. Bacopa zase pomáhá stimulovat myšlení. Tyto látky působí synergicky a mnohem účinněji, než kdyby působily odděleně, a tím se zvyšuje účinnost tohoto doplňku stravy.



Zatočte s hemoroidy díky konopí

Hemoroidy doprovází řada nepříjemných pocitů – bolest, svědění, pálení konečníku nebo krvácení během vyprazdňování. Pokud již s hemoroidy nechcete ztrácet čas a přejete si rychle ulevit od jejich nepříjemných projevů, máme pro vás tip na revoluční novinku.

Zdravotnický prostředek **Cannaderm Hemox gel na hemoroidy** byl vyvinut tak, aby rychle ulevil od bolesti, ztlumil zánět a omezil krvácení. Jeho unikátnost spočívá v kombinaci konopného extraktu s mikronizovaným diosminem a hesperidinem. Dále je to olej z hroznových jader s resveratolem a AntiHemo™ komplexem, jenž představuje široké spektrum rostlinných extraktů a silic. Právě tyto složky a mechanismy účinku zkracují dobu obtíží a urychlují regeneraci konečníku. Přípravek je vhodný také pro těhotné a kojící ženy.



Nervy na cucky? Vsaďte na konopí!

Máte nervy na dranc, drtí vás stres a rozčiluje každá maličkost? Ani spát už nemůžete? Hodte se do pohody aktivním konopím – 100% legálním a 100% bezpečným.

Konopí, dlouhá léta zavrhané pro psychotropní účinky, je totiž konečně možné využívat zcela legálně a bezpečně díky řadě Cannamediq. Unikátní doplněk stravy **Neuroregen** kombinuje konopí s L-tryptofanem a kozlíkem, který redukuje stres i podráždění a rychle vás hodí do pohody. Obsažená meduňka zase zlepšuje spánek i dobrou náladu. Pokud navíc trpíte na třetění hlavy, pomůže mu předcházet obsažená bacopa.



Revoluční, maximálně účinné přípravky Cannamediq využívají aktivní konopný extrakt.



PROSTATA?! Potíže s močením řešte maximální silou

Nedovolejte, aby vaše sebevědomí podkopávaly nepříjemné pocity kvůli potížím s močením a vyřešte palčivý problém silou osvědčeného a tradičně užívaného extraktu Saw palmetta.

Ulevte si od potíží a zajděte si pro nepostradatelného parťáka **No-Prostal Strong**. Jedná se o **nejvyšší doplněk stravy na trhu na potíže s prostatou*** díky maximálnímu obsahu extraktu Saw palmetta. Navíc obsahuje vitamin E, který chrání buňky před oxidativním stresem. Účinné složení tohoto přípravku slouží k udržení zdravé prostaty, redukuje noční močení a podporuje silný a nepřerušovaný proud moči.

*nejvyšší obsah Saw palmetta – srovnáno s doplňky stravy na lékárenském trhu, září 2022



„Nic lepšího jsme letos ani nabídnout nemohli“

Hrady CZ jsou už léta pro mnohé synonymem letních festivalových zážitků. Napříč hrady po celé republice vyjede tato karavana už tento pátek, a to na Točnick. Co se organizátoři za ta léta naučili a co letos vylepšili? V rozhovoru pro Metro to přiblížil Michal Šesták, jeden z nich.



Michal Šesták HRADY CZ

Na co byste letos návštěvníky nalákali? Co jste nachystali nového?

Letošní program festivalu Hrady CZ je nejnadanější v celé dosavadní historii. Kabát, Kryštof a Mirai jsou dlouhodobě nejúspěšnějšími skupinami tuzemské hudební scény a umístili se i na prvních třech místech letošních Slavíků. Nic lepšího jsme našim fanouškům nabídnout nemohli. Určitě je také potěší, že se po hubených covidových letech vracíme ke konceptu dvou velkých pódíí, na kterých se kapely střídají. Úplnou novinkou letošního programu jsou ovšem patnáctiminutové pauzy mezi jednotlivými koncerty. Vyšlo nám to jako námět na zlepšení z velkého on-line průzkumu, který jsme si dělali mezi našimi fanoušky po loňském ročníku. Vznikne tak prostor pro návštěvu toalety a nákup občerstvení, a o nic z dalšího vystoupení tak nepřijde.

V čem je těžší, ale možná i snazší, pořádat festivaly na hradech a v podhradí?

Především je to krásné a inspirativní prostředí, což vykompenzuje některá negativa. Mezi ty samozřejmě patří nedostatečná infrastruktura



pro příjezd kamionů s technikou, naprostá absence jakýchkoliv zdrojů vody či energií a nulová možnost přírodního zastřešení. Všechno dovažujeme a stavíme doslova na zelené louce. V tom je příprava Hradů samozřejmě o dost náročnější. Každý litr vody, kterým si u nás návštěvník umyje ruce, jsme museli dovézt cisternou a přečerpat, zatímco když děláte akci někde na výstavě, tak jen otočíte kohoutkem a teče to...

Váš festival si za ta léta vybudoval svou nezaměnitelnou pozici. Máte vyzorováno, jaký typ návštěvníků na akci chodí? Jsou to převážně Češi, nebo jezdí také cizinci?

Publikum je dominantně české, na některých moravských zastávkách v blízkosti hranic je i relativně dost Slováků. Evidujeme ovšem i poměrně velké množství nákupů vstupenek ze zahraničí. Osobně si ale myslím, že jsou to spíše Češi pracující v cizině, kteří se v létě vrací domů a na Hrady. Ale data na to ne-

máme. Asi nejdálčenější prodanou vstupenku jsem v minulosti zaregistroval z Austrálie. Na letošek máme prodaných šest lístků v Los Angeles v Kalifornii. To je také pěkných pár hodin v letadle. Jinak náš nejtýpickejší návštěvník je ve věku dvacet pět až pětadvacet let, spíše z menšího města, rodinný typ, který se jde na festival potkat s přáteli a pobavit se s nimi. A chodí k nám o něco více žen než mužů.

Vrací se letos festivaly po covidu naplno do starých kolejí, co se týče kapel, organizace i zájmu fanoušků? Jaká je konkrétně vaše zkušenost?

To teprve uvidíme. Nicméně dosavadní předprodeje vypadají docela hezky, a věříme, že se vrátíme k návštěvnosti z roku 2019, a covid tak bude definitivně za námi a z hlediska kultury finálně vymazan z paměti návštěvníků.

Co se týče ubytování, nabízíte stanování městečka. Jak se vyvíjí tato nezbytná součást festivalu?

V tomto směru se snažíme stále zlepšovat nabídku. Máme několik typů ubytování. VIP kemp nabízí hlídání prostor se sprchami a splachovacími toaletami. Když si trochu připlatíte za VIP kemp Plus, máte k dispozici již postavený stan vybavený karimatkami a spacáky a stačí si vzít jen ručník a kartáček na zuby. Letošní novinkou je právě VIP kemp Plus. Jsou tam čtyřmístné dvouložnicové vybavené stany, kde můžete spát i s dětmi nebo

s kamarády a vyjde vás to na lepší peníze než samostatný stan pro dva. A asi jako jeden z mála festivalů pokračujeme i v takzvaném free stanování – bezplatné možnosti si postavit svůj stan na vyhrazeném místě, aniž byste cokoliv platili. Nemůžete pak ale očekávat žádný veliký komfort.

Lidé už nejezdí na podobné akce jen za muzikou, ale i za dalšími zážitky, co nabízíte?

O hlavní zážitek se nám postarali před stovkami let předkové, kteří postavili ty úžasné památky, u kterých festival v jednotlivých regionech realizujeme. Každý z hradů – Točnick, Kunětická hora, Švihov a pět dalších – je jiný a něčím zvláštní. Ať už se to týká historie, nebo architektury. A návštěvníci festivalu Hrady CZ s platnou festivalovou páskou mají možnost během soboty tuto památku zdarma navštívit.

A ještě na nějaké zajímavosti návštěvníky nalákáte?

Každý pátek pořádáme na festivalových legendární hradní karneval, kdy v 19.30 odměníme přímo na pódiu všechny masky cenami od našich partnerů. Každý, kdo přijde v masce, dostane dárek, ta nejlepší maska dokonce vyhraje mobilní telefon. Dále na každém hradě vybereme nejpopulárnější masky, které postoupí do velkého finále. Absolutního vítěze odměníme skvělými cenami včetně volných vstupenek na příští ročník. Takže se nebojte přijít v masce a užít si karnevalový rej!

IVETA BENÁKOVÁ

INZERCE

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN

ASTRATEx

Sleva 25%
na spodní prádlo a plavky

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

Portmonka

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

Auto-moto - poptávka

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

Nemovitosti - nabídka

Se spolujitelé není řeč?



774 301 409

Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte. Nepotřebujete souhlas spolujitelé.

skayocapital.cz

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

Detektivky nebo investigativec

Pohoda v létě často znamená mít po ruce dobrou knihu.

Deník Metro přináší tipy na aktuální knižní novinky.

Dandapani:

Moc soustředěné pozornosti
Hinduistický kněz knihu věnuje duševnímu rozvoji. Soustřeďuje se na čtyři pilíře duševních obtíží, tedy úzkost, stres, obavy a strach. Autor v knize ukazuje, že jde jen o mentální překážky, které můžeme trvale odstranit. Sta-

čí si osvojit dovednost soustředění. Dandapani strávil deset let v odlehlejší klášteře, kde poznal výhody koncentrace a získal neocenitelné zkušenosti.

Tom Hillenbrand:

Dábelkové ovoce
V knize čeká čtenáře série záhadných požárů a zmizení učitele, které donutí samotného šéfkuchaře Kieffera vyšetřovat na vlastní pěst. Pátrání po pachateli zavede čtenáře až do Paříže a Ženevy, kde hlavní hrdina přijde na stopu oblundnému skandálu.

Hayley Scrivenorová:

Město špíny
Kriminálka, jak se patří. Jde o detektivní thriller. Zdá se, že ne jeden obyvatel městečka Durton skrývá tajemství, která po zmizení dvanáctileté Esther postupně vyplouvají na povrch.

Dante Medema:

Zprávu nelze doručit
Aljašská spisovatelka přináší v románu plném emocí komplexní obraz tajemství, zármutku i nové naděje. Titul je vhodný pro děti a mládež.

Meg Masonová:

Trýzeň a touha
Marta je nešťastná, ačkoli jí její manžel Patrik miluje nade všecko na světě. I nad děti, které ona nikdy nechtěla. Jenže všechno se může změnit a přání srdce bývalí ošidná. Román pojednává humorně i se soucitem o nevyzpytatelnosti niterného lidského trápení a tužeb. Kniha vyjde 17. července.

Tom Burgis: Kleptokracie

Šokující pečlivě zpracované dílo literatury faktu, v němž oceňovaný investigativní no-

vinář Tom Burgis odhaluje, jak globální kleptokracie korumpuje svět kolem nás. Burgis proplétá čtyři příběhy odhalující děsivou globální síť korupce. Novinář také předkládá obraz světa, z něhož jsme dosud znali pouze střípky. Sleduje stopy špinavých peněz, které zaplavují celosvětovou ekonomiku, pomáhají diktátorům a zamořují demokracii. Ale stopy od Kremle po Peking, od Harare po Rijád, od Paříže po Bílý dům naznačují cosi ještě znepokojivějšího: zloději se spojují. **MET**

KRÁTCE

Kultura slaví

Kulturní památka Stará škola Křižany v neděli 23. července nabídne pestrý a kvalitní program. Letní multižánrový festival Školní tranzistor je vrcholem sezony a je určen všem generacím. Návštěvníci se mohou těšit na písničkáře Michala Horáka. Festival potěší i milovníky lesních rohů a vážné hudby. Diváky čeká také komentovaná prohlídka památek. Vstupné je dobrovolné.

Tiráč jako audio

Šestidílný audioseriál ze života kamionáka Franty přináší mimo jiné ostrý humor. Autorem námětu a scénáře je Petr Kolečko, který se ujal také režie. V hlavních rolích se představí Jakub Prachař a Jana Stryková. Seriál je aktuálně k poslechu v nabídce Audiotéky. **MET**

INZERCE

„Teplota stoupá, ceny v dm klesají“

Na dm dlouhodobé ceny se mohou spolehnout

Značka

Jessa
tampony normal
80 ks

79⁹⁰ Kč
1 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 13.12.2022 79,90 Kč

Značka

Jessa
intimní vlhčené ubrousky
20 ks

34⁹⁰ Kč
1,75 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 15.06.2023 34,90 Kč
10.10.2022 39,90 Kč

**ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI**

Moje dm-app
 dm.cz



Zpívá pro nový film

Paľo Habera představuje po několikaleté odmlce svou novou skladbu Všechno se může stát. Ta je hlavní písní k filmu Nikdy neříkej nikdy s Terezou Kostkovou v hlavní roli. Film bude v kinech od 3. srpna letošního roku. **MET**

8x Grammy

Buddy Guy, šestaosmdesátiletý bluesový kytarista, zpěvák a jeden z nejvlivnějších hudebníků historie, vystoupí v rámci rozlučkového turné Damn Right Farwell 16. července v pražském Kongresovém centru. Na koncertě zahrájí nejznámější skladby jak z celé své bohaté kariéry, tak i z nové desky The Blues Don't Lie, která vyšla loni a byla nominována na Grammy. Těch má Buddy Guy už osm. **MET**



Festival v Třeboni je v plném proudu

Včera začal mezinárodní festival klasické hudby Třeboňská nocturna. Akce nabízí při svém 20. ročníku do soboty ještě šest koncertů. Hrát se bude na různých místech historického centra. Zazní klasická hudba, swing i jazz. Dnes večer například v Divadle J. K. Tyla zahrájí Daniel Matejčka na housle a Jan Schulmeister na klavír. Zítřka se na zámku Třeboň posluchači mohou těšit na dechový sou-

bor PhilHarmonia Octet. Jako již tradičně zakončí přehlídku pocta pěvkyni Emě Destinové, tentokrát v podání sopranistky Elišky Weissové, slovenského barytonisty Daniela Čapkoviče a Filharmonie Hradec Králové. Novinkou je sobotní představení Harlekýn v loutkovém divadle. Vstupenky na festival vyjdou na 250 až 600 korun. Více informací najdete na trebonskanocturna.cz. **ČTK**

Z lásky ke svým psům se pustil do petfoodu

„Naše psiska trápily vleklé kožní a zažívací potíže, které se řetězily do dalších zdravotních problémů,“ přibližuje podnikatel.

Lukáš Drlík se svojí ženou Katkou více jak desetiletí úspěšně podnikají ve zdravém jídle pro lidi. Oba jsou navíc letitými majiteli smečky rhodéských ridgebacků. Jde původem o africké lovecké plemeno určené k honům na lvy, které poznáte podle typického vyvýšeného pruhu srsti na zádech, jenž roste ve směru proti ostatní srsti. Jejich předchozí generace přivedla manžele Drlíkovy k vývoji psího krmiva D-Barf.

„Naše psiska trápily vleklé kožní a zažívací potíže, které se řetězily do dalších zdravotních problémů. Přišlo nám šílené potírat vzniklé zdravotní obtíže medikací, zvlášť když se ukázalo, že příčinou je granulované krmivo. Tak jsme si řekli a dost. Když máme zmáknutou výživu a zdravé jídelníčky pro lidi, tak pro psy krmivo taky dáme,“ popisuje prvotní motivaci Lukáš Drlík.

A Drlíkovi se do toho pustili s plnou vervou a rovnou ve velkém. Ve svém obřím výrobním areálu ve Strážnici vyladili oddělené prostory pro výrobu, oslovili veterináře kvůli nutričním specifikům krmiva, poprali se s legislati-



Vývar poslouží pro rehydrataci, zvlhčení granulí, nebo zpestření krmiva pro mlsné psí jazyky. D-BARF



Lukáš Drlík s jedním ze štěňat, Lakim. TOMÁŠ SKODA

vou a začali testovat. „Strašně se nám líbila metoda krmení barfem, kdy psi dostávají skutečné maso, které je doplňováno zeleninou, ovocem a dalšími nezbytnými nutrienty. Navíc prověřené dodavatele kvalitního masa máme navázané na naši krabičkovou dietu, takže pro krmiva můžeme garantovat takzvanou Human Grade kvalitu, tedy maso, které splňuje nároky masa pro lidskou konzumaci, což je v segmentu petfood spíše raritou,“ doplňuje Lukáš Drlík.

Manželé si začali pohrávat s myšlenkou, zda by se jim nepodařilo vyvinout takové krmivo, které by ponechalo výhody a přínosy barfování, ale zároveň by majitelům psů odpadla náročnost skladování chlazeného či mraženého masa. Což je mimochodem zásadní problém u psů krměných barfem v případě cesto-

vání nebo když se má o psa starat někdo cizí, kdo s procesem nemá zkušenost a komu kontakt se syrovým masem mu vadí.

Zde Lukáš Drlík zúročil historickou zkušenost z práce pro obalovou společnost. „Maso jsme jednoduše s ostatními surovinami sterilovali a uzavřeli do speciálního obalu se stojným dnem. Ten zaručí, že sterilované krmivo bez problémů bezpečně zvládne teplotu do 25 °C. Podobnou technologii máme odzkoušenou pro vojáky v terénu,“ zmiňuje.

A co je uvnitř krmné dávky? Maso, jehož podíl je v průměru okolo 60 procent, a zbytek tvoří rostlinná složka jako ovoce, zelenina, rýže, červená čočka, quinoa, batáty nebo například bulgur. Vše zavřouj oleje, bylinky a doplňkové látky v podobě vitamínů a minerálních látek.

Velký benefit spatřuje Drlík v tom, že krmivo může doplňovat jak granulovanou stravu, tak krmení barfem, aniž by došlo k zažívacím potížím psa, jak se tomu stává, pokud přechází z granulované stravy na barf či opačně. A jaké jsou plány manželů Drlíkových?

„Pár měsíců zpátky jsme pořídili největší zařízení v republice na lyofilizaci, tedy sušení mrazem, a tak u nás seženete stoprocentní sušené maso, které může posloužit jako pamlsk. Vývary sloužící pro zvlhčení granulí, rehydrataci, i zpestření stravy jsou těsně před uvedením a snažíme se najít distributora i pro chlazenou verzi krmiva. Hrajeme si s netradičními surovinami, jako je hmyzí protein pro vývary, a je otázkou času, kdy připravíme něco i pro kočky,“ uzavírá Lukáš Drlík. IVETA BENÁROVÁ

INZERCE

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Specialista / ka finančních služeb - Pardubice.

Příjemné a profesionální vystupování, zkušenosti s prodejem výhodou, vzdělání ukončené maturitou, výborné komunikační a vyjednávací dovednosti, ochotu pracovat na směny. E-mail: kamila.huskova@aaaauto.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/SA206Q



AURES Holdings a.s.

Administrativní pracovník v Odd. validace a admin.

podpory, VŠ, AJ, praxe ve zdr. zák. 500/2004 Sb., správní řád; zák. 48/1997 Sb. o veřejném zdravotním pojištění – část 6; zák. 634/2004 Sb., o správních poplatcích; zák. 110/1997 Sb., Email: andrea.golova@sukl.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/RSN65B



Státní ústav pro kontrolu léčiv

Sociální kurátor pro dospělé Přijmeme sociál.

kurátora pro dospělé. VŠ, příp. VOŠ. Plat. tř. 11, doba neurč. Dov. 5 týdnů, stravné, přísp. na dopravu, přísp. na penz. přípoj., zdrav. volno. Přihlášky k VŘ do 14.7.2023, info na www.praha2.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/XVSWAR



MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 2 - Úřad MČ Praha 2

Vedoucí odboru ekonomického. ÚMČ Praha-Libuš

vyhlašuje výběrové řízení na pozici: Vedoucí odboru ekonomického. Komplexně zabezpečuje a řídí činnosti s vedením účetnictví, PT: 11, Info na: www.praha-libus.cz, E-mail: tajemnik@praha-libus.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/0B5AFD



Městská část Praha-Libuš

POPCORIN

Červí komando stále baví

Původně měla hra jiný název i postavy. Lumíky ale tvůrce vykrást nemohl.

Herní série Worms si získala srdce milionů parmenů hlavně díky režimu pro více hráčů. Bitvy šlo totiž hrát jak po internetu, tak i off-line. Takže stačilo, aby měl jeden člověk v partě počítač, a bylo o zábavu postaráno.

Cíl hry je jednoduchý: pozabíjet všechny nepřátele. Každý z hráčů má na svůj tah

omezený čas a záleží, jak ho využije. Buď uteče, nebo se snaží trefit vojáka svého soupeře.

Když Andy Davidson hru vytvářel, původně v ní neválečili červíci, ale lumíci. Davidson si totiž tak trochu „vypůjčil“ grafiku hry Lemmings. Protože ale věděl, že nemůže vydat hru s postavami z hry jiné, vznikli váleční červíci a „nová“ videohra dostala název Total Wormage.

Davidson své červy přihlásil do vydavatelské soutěže pořádané populárním časopisem Amiga Format, ale ne-



Červ ve 3D verzi

3x TEAM17

European Computer Trade Show, kde si jeho hry všimla společnost Team17. Sázka na Worms byla pro britskou vojáckou společnost trefou do černého. Od roku 1995, kdy hra poprvé vyšla, totiž červíci získali několik herních ocenění. V minulosti si odnesli třeba cenu za nejoriginálnější hru roku nebo za nejlepší hru pro více hráčů.

Worms jsou (nebo spíše byli) populární také díky mixu strategie, akce a humoru. Červíci totiž mají v průběhu hry vtipné hlášky. Zábavné jsou ale i zbraně, které slizící vojáci používají pro likvidování nepřátel. Arzenál dostupný ve hře sahá od standardního granátu a samonaváděcích střel až po explodující ovce a vysoce destruktivní banánovou bombu.

Některé z bizarních zbraní jsou navíc založeny na aktuálních tématech v době vydání hry. Například Mail Strike, který spočívá v létající poštovní schránce shazující výbušné obálky, je odkazem na tehdejší poštovní stávky, zatímco Šílená kráva odkazuje na epidemii BSE (*lidově nemoc šílených krav – poznámka redakce*) z 90. let. Mezi další originální ničivé nástroje patří i Betonový osel, jedna z nejmocnějších zbraní ve hře je založena na ozdobě, kterou měl na zahradě Andy Davidson.

Hra má přes dvacet pokračování, asi největším milníkem v její novodobé historii je rok 2003. Tehdy totiž vyšla verze Worms 3D a, jak už název napovídá, šlo o první variantu ve 3D. Reakce na nový trojrozměrný svět byly smíšené. V té době už si totiž řada hráčů tento styl hry ve 3D vyzkoušela ve hře Hogs of War. V této tahové taktické videohře z roku 2000 mají hlavní slovo pro změnu čuňata. Ta vývojáři zvolili jako parafrázi na lidskou hloupost. **MAH**

INZERCE

„Teplota stoupá, ceny v dm klesají“

Na dm dlouhodobé ceny se mohou spolehnout

Značka 

Denkmit

Black Sensation
prací gel na černé
a tmavé prádlo
40 pracích dávek

59⁹⁰
Kč

1,50 Kč za 1 PD

DLOUHODOBÁ CENA

od 12.08.2022 59,90 Kč

11.05.2022 69,90 Kč



Vanish*

Oxi Action
multifunkční tekutý
odstraňovač skvrn
biocid
1 l

179
Kč

17,90 Kč za 100 ml

DLOUHODOBÁ CENA



od 30.05.2023 179 Kč

02.05.2023 199 Kč

13.12.2022 209 Kč

**VŽDY
VYHODNĚ** 

* Použijte biocidy bezpečným způsobem. Před použitím si vždy přečtěte označení a informace o přípravku.

 Moje dm-app
 dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

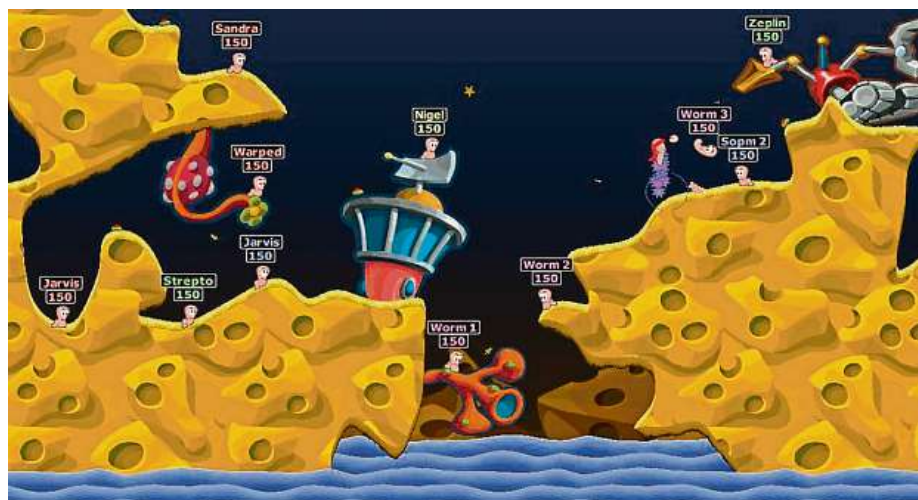


Zábavné jsou i výrazy červů.

WOLFENSTEIN BAVÍ I PO VÍCE JAK 30 LETECH

S přechodem Metra na nový design začal v našem deníku vycházet i seriál o legendárních videohrách. Už jsme zavzpomínali například na Space Invaders či Maria.

• Nejvíce vás bavil text o střelčice Wolfenstein 3D. Článek o hře z roku 1992 byl minulý týden dokonce nejčtenějším na webu Metro.cz. Pro jeho přečtení naskenujte QR kód.



Na humor sázejí vývojáři hry i při tvorbě bitevních polí. Ta vypadají třeba jako Ementál.

PLAY

Nevěrohodnost

Čerstvě dokončenou povídkovou sbírku jsem zaslal nakladateli. Brzy se mi ozval s výzvou, ať na rukopisu ještě zamakám; povídku X bude prý třeba kvůli nevěrohodnosti ze sbírky zcela vyřadit. Možná že s tímž argumentem kdysi rukopis odmítli i jistému Franzi Kafkovi. Navíc se kolem mě dějí nyní divné věci (nevylučuji, že se děly i dřív, až poslední dobou jsem ale fenomén zaznamenal), že to vypadá, jako by se z říše horečné fantazie šířila nevěrohodnost do reality. Ne, nikdo v okolí se nezměnil v nevábný hmyz, ač si něco takového do budoucna netroufám a priori vyloučit.

Možná že s tímž argumentem kdysi rukopis odmítli i jistému Franzi Kafkovi.

Zhruba před rokem jsem svého francouzského nakladatele požádal o první honorář; odpověděl, ať se jdu klouzat. Vstoupil jsem do spisovatelského spolku, kde za členský poplatek smíte využít služeb právníka. Ten mé prosby zprvu ignoroval. Po čase mi zavolaal, slíbil pomoc, a pak se po něm opět slehla zem. Teprve před týdnem jsem z něho konečně vydoloval znění dopisu, kterým nakladateli vypovím smlouvu. Teď stačí dopis poslat! V další minutě na mě blikla zpráva z aktuálního vydání deníku Le Monde o tom, že můj nakladatel zkrachoval. Mezi podivnostmi, jež zažívám, patří tahle k těm věrohodnějším. A ze dvanácti povídek, co jsem nedávno zaslal českému nakladateli, byla ta údajně nevěrohodná jediná podle skutečnosti; oproti realitě jsem v ní změnil jen jméno hrdiny. Řekněte mi prosím: Jak je to s věrohodností života?

www.martindanes.com



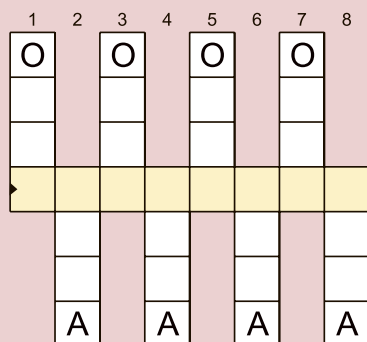
MARTIN DANEŠ
BŘEŤANSKÝ SVĚTEC

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

LUŠTĚNKA: POKLIČKA
ŘEŠENÍ SUDOKU:

LUŠTĚNKA

1. střešní svod
2. zasklené otvory
3. protiklad
4. zvětšovací sklo
5. draví ptáci
6. přední části hlav
7. oteklina
8. knihy na fotky



@mojemetro



Návštěvníky Podolí po výjezdu z Vyehradského tunelu upoutá sídlo Českého yacht clubu. Nejstarší celodřevěná budova v metropoli byla rozestavěna v březnu 1912 a již v létě uspěla při kolaudaci. Unikátní stavba se objevila v komedii Vrchní, prchní a také ve snímcích Fair play a Zátopek. Více o této stavbě a další zajímavosti na Instagramu @mojemetro. #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!

F POHODĚ

Sociální identita

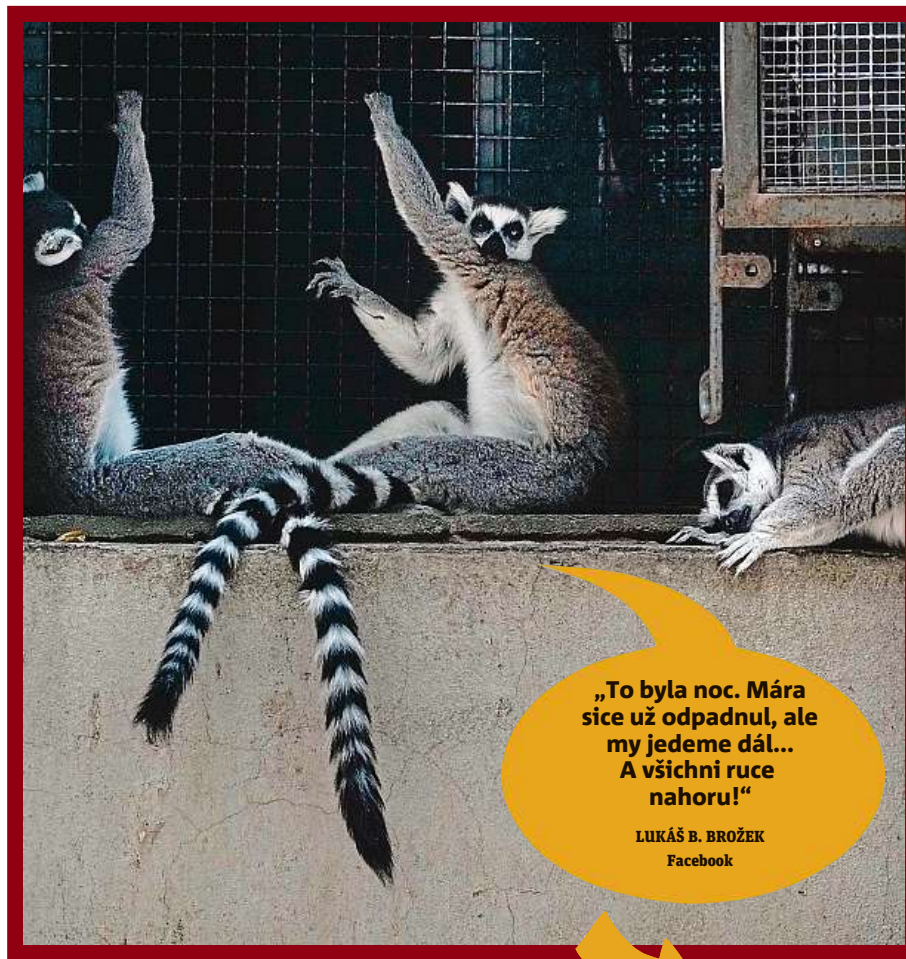
A. Židkova



SUDOKU

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

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



„To byla noc. Mára sice už odpadnul, ale my jedeme dál... A všichni ruce nahoru!“

LUKÁŠ B. BROŽEK
Facebook

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
29/33 °C	26/30 °C	27/31 °C	30/34 °C
Teplotní rekordy: ↓ 9,0 °C (1907) ↑ 36,2 °C (2010) Bio: ❤️ ❤️ ❤️			



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

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Hříšní lidé města pražského (2, 3)
Krimiseriál (ČR, 1968). Slavná detektivní parta pana rady Vačátka z pražské „čtyřky“ bojuje s podsvětím. Hrají: J. Marvan, F. Filipovský, J. Vinklář, J. Bláha

21.40 Vraždy v kruhu (11)
Budu v tvých vzpomínkách. Krimiseriál (ČR, 2015). Kdo se skrývá pod maskou nemilosrdného útočníka? Hrají: I. Trojan, R. Krajičo, S. Stašová

23.00 Princip slasti (3/10)
Krimiseriál (ČR/Pol./Ukr., 2019)

00.00 Hříšná duše III (2/8)

ČT2



20.00 Hrabě Monte Christo (2/4)
Dobrodružné romantické drama (Fr./Nl., 1998). Jeden z nejkrásnějších příběhů světové literatury. Hrají: G. Depardieu, O. Mutiová, J. Rochefort

21.50 Amélie z Montmartru
Komedie (N/Fr., 2001). Hrají: A. Tautouová, M. Kassovitz, Rufus, J. Debbouze

23.50 Za mřížemi. v nejdrsnějších věznicích světa (2/6)
Madagaskarská věznice Antanimora je jednou z nejdrsnějších věznic na světě

00.40 Zrcadlení tmy

NOVA



20.20 Výměna manželek XII
Dokáže Jana zvládnout náhradního manžela, který má velmi kladný vztah k alkoholu?

21.35 Malé lásky II
„Nerozumím, jak někdo může odložit své dítě,“ říká u porodu maminka Ivana, jež vyrůstala u adoptivních rodičů

22.40 Námořní vyšetřovací služba XIX (15)
Kamarádi z dětství. Krimiseriál (USA, 2021-2022). Hrají: R. Carroll, G. Cole, B. Dietzen

23.40 Mentalista IV (6, 7)
Krimiseriál (USA, 2011)

PRIMA



20.15 Vinaři (4)
Klip. Komedialní seriál (ČR, 2014). Do Křetic přijíždí filmový štáb natočit propagační klip a zachytit pravou moravskou pohodu. Hrají: V. Postránecký, J. Smutná, T. Kostková, M. Táborský

21.30 Show Jana Krause
Jan Kraus, jak ho znáte, v úspěšné show!

22.40 Show Jana Kraus

23.55 Ano, šéfe!
Zapomenutou hospodu v chomutovských lesích vedou Zdeněk a Dana, kteří si tu plní sen

ÓČKO



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

21.00 Óčko hity

22.00 Naked Attraction Finland
Seznamka na tělo

22.30 Single Lady
P*čka. Jana Plodková jako drsná ředitelka TV Óčko, mistrně krátkodobých vztahů a královna večírků Sabina v seriálu inspirovaném skutečnými událostmi

22.45 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

„Líbí se mi, s jakou vášní to ve Švýcarsku dělají“

Bikerka Simona Spěšná se postupně prokousává mezi elitu v českém prostředí, zkušenosti sbírá ale i na mezinárodní scéně. Rodačka z Plzně je sice stále ještě teenagerka, ale mezi juniorkami loňská mistryně Evropy minulý týden na kontinentálním šampionátu dojela sedmá v short tracku v kategorii do 23 let.

Kdy vás začala zajímat cyklistika? Měla jste k ní blízko už od dětství?

Na kole jezdím už od mala. Táta byl profesionální závodník a spoustu času jsme trávili s ním na cestách po závodech. Tak jsem přišla k cyklistice. V dětství jsem ji ale kombinovala s dalšími sporty a až zhruba ve třinácti letech jsem si vybrala cyklistiku.

Pamatujete si ještě na svůj první závod? Jaký byl?

Na první závod si úplně nepamatuji, závodila jsem od ma-



Simona Spěšná je s kolem spjatá skoro celý život. ARCHIV SUPERIOR

linka, když jsme byli s tátou na různých akcích. V paměti mám nějaké závody, ale jsou spíš z pozdější doby nebo z dob předžákyně, kdy jsem sváděla velké souboje s Adélkou Foltýnovou.

Na konci roku 2021 jste přestoupila do švýcarského celku stáje jb Brunex Superior Factory racing. Jak se vám tam líbí?

Jsem v týmu moc spokojená. Beru to jako velké plus, že můžu být v zahraničním týmu a navíc švýcarském. Líbí se mi jejich velká profesionalita a to, s jakým nadšením a vášní to dělají.

Na začátku července jste se zúčastnila mistrovství Evropy v short tracku v Portugalsku, kde jste vybojovala sedmé místo. Jaký to byl závod?

Byla jsem moc ráda, že se mi to povedlo. Pro mě to byl letos teprve druhý závod short tracku s holkami. Ukázala jsem, že výkonnost na kratší časový úsek tam je. Teď už jen zapracovat na těch delších závodech.

Co považujete za dosavadní největší závodní úspěch?

Mé dva tituly mistryně Evropy (XCO v kategorii U15 z roku 2018 a XCC v kategorii juniorek z roku 2022) a druhé místo na juniorské světové sérii v Novém Městě na Moravě z roku 2022. Vážím si ale každého výsledku.

Příští rok se konají letní olympijské hry v Paříži. Jaká je pro vás cesta se jich účastnit?

To je těžká otázka. Nejsme na tom úplně dobře v pořadí národů, takže budeme bojovat alespoň o jedno místo na olympiádě. Pro mě by to určitě znamenalo být nejlepší mezi českými závodnicemi a ukázat se dobrými výsledky ve světě. Těch holek, které by se chtěly příští rok účastnit olympijských her, je hodně, a bude to hodně těžké se nominovat.



PAVEL URBAN
pavel.urban@metro.cz

KRÁTCE

Synek skončil

Nejúspěšnější veslař české historie Ondřej Synek končí po necelých dvou letech ve funkci sportovního ředitele veslařského svazu. Pětinásobný mistr světa na skifu a trojnásobný olympijský medailista bude i nadále šéftrenérem pražské Dukly. Jeho pravomoce převezme trenérská reprezentativní rada svazu a místopředseda svazu Libor Kubrycht.

Schick až v říjnu

Fotbalista Leverkusenu Patrik Schick by se měl po zranění vrátit na trávníky na začátku října. Sedmadvacetiletý reprezentační útočník v červnu podstoupil úspěšnou operaci přitahovačů na noze a již začal s rehabilitací. Německý klub včera začal letní přípravu. Schick hrál naposledy na začátku března, pak musel sezonu předčasně ukončit.

Vyhnutí kolizím

Mezinárodní basketbalová federace FIBA a zástupci EuroLeague se dohodli na řešení dlouholetých sporů kvůli termínovým kolizím. Obě organizace ve společném prohlášení oznámily, že v příští sezoně by se neměly rozpisovat zápasy reprezentačních soutěží a Evropské ligy překrývat. Podobu kalendářů ale FIBA ani EuroLeague nezveřejnily. ČTK

LIBEREC SLAVÍ

65

Zatímco v éře Československa působil fotbalový klub Slovan Liberec v nižších soutěžích, po rozpadu federace mezi elitou nikdy nechyběl a třikrát se radoval z titulu. Výraznou stopu zanechal i v evropských pohárech, řada libereckých hráčů v čele s Jiřím Štajnerem, Tomášem Zápotočným či Theodorem Gebre Selassiem se prosadila v reprezentaci i v zahraničí. Od založení klubu uplyne dnes 65 let. ČTK

U soudu uspěla, ale nic se nemění

Dvojnásobná olympijská šampionka Caster Semenyaová uspěla u Evropského soudu pro lidská práva s odvoláním kvůli „testosteronovému pravidlu“ Světové atletiky (WA).

Soudní dvůr ve Štrasburku uznal, že je jihoafrická atletka kvůli nařízení o nutné hormonální léčbě pro atletky s přirozeně vyšší hladinou testosteronu obětí diskriminace. Tento rozsudek nicméně podle agentury AFP neruší platnost předpisů WA a přímo neotevívá cestu pro Semenyaovou k účasti v bězích na

800 metrů bez léčby. Atletky s přirozeně vyšší hladinou testosteronu, mezi nimiž je dvatřicetiletá Semenyaová nejznámější, nesmějí bez hormonální léčby závodit na tratích od 400 metrů po jednu míli.

Semenyaová se jí odmítá podrobit a nařízení se brání soudní cestou. Její odvolání už v minulosti zamítl sportovní arbitrážní soud CAS a naposledy v roce 2020 i švýcarský federální soud. Evropský soud pro lidská práva ve Štrasburku nyní rozhodl ve prospěch Semenyaové. ČTK



Vondroušová je v semifinále

Česká tenistka Markéta Vondroušová (na snímku) postoupila poprvé v kariéře do semifinále Wimbledonu. Čtyřicetiletá hráčka porazila na trávě v All England Clubu po obratu ve třetím setu čtvrtou nasazenou Američanku Jessicu Pegulaovou 6:4, 2:6, 6:4. O druhé grandslamové finále a první od Roland Garros 2019 se utká zítra s Ukrajinou Elinou Svitolinovou, která přehrála světovou jedničku Polku Igu Šwiatekovou 7:5, 6:7 a 6:2. Vondroušová je třetí českou semifinalistkou ve Wimbledonu za poslední čtyři roky. Předloni se mezi čtyři nejlepší tenistky dostala pozdější finalistka Karolína Plíšková, v roce 2019 hrála semifinále Barbora Strýcová. ČTK