

DNES POSLEDNÍCH 5 ZARUČENÝCH MILIONÁŘŮ

**MILIONOVÁ
BOUŘE SPORTKY**

V PÁTEK SE 5 SÁZEJÍCÍM S PLNÝM TIKETEM
BLÝSKNE NA MILION.

sp  **rtka**

18+ HRAJ S ROZUMEM

Ministerstvo financí varuje:
Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost!



Nestavíme vzdušné zámky,
stavíme a vlastníme
skutečné nemovitosti více jak 20 let

DVOULETÉ ZAJIŠTĚNÉ DLUHOPISY E-FINANCE

7%

ROČNÍ ÚROK



- ✓ Investice od 50 000 Kč
- ✓ Roční úrok 7 %
- ✓ Úrok vyplácen jednou ročně
- ✓ Možnost předčasného splacení
- ✓ Dvoulétné dluhopisy



Zastavovaný areál Zámku Račice o rozloze přes 50.000 m²

Koncern e-Finance, a.s. nabízí dluhopisy zajištěné zástavním právem na celém exkluzivním areálu Zámku Račice čítající pozemky o výměře přes 50 000 m², nemovitosti a samotný Zámek Račice. **Celé portfolio investic najdete na našich stránkách www.e-finance.eu.**

TŘÍLETÉ DLUHOPISY SKUPINY E-FINANCE

8%

ROČNÍ ÚROK



- ✓ Investice od 50 000 Kč
- ✓ Roční úrok 8 %
- ✓ Úrok vyplácen jednou ročně
- ✓ Možnost předčasného splacení
- ✓ Tříleté dluhopisy



Investice roku 2021

Skupina e-Finance více jak 20 let investuje do nemovitostí v atraktivních lokalitách České republiky. Díky tomu disponuje stabilním portfoliem, zejména nájemních nemovitostí, v hodnotě přesahující 1 miliardu korun. Portfolio investic najdete na www.e-finance.eu.

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

Objednání: www.e-finance.eu, ☎ +420 515 555 555

Od
960 Kč
pokoj/noc

EFI
Zámek Račice
RAČICE-PISTOVICE

SEZÓNA ZAHÁJENA!

Dopřejte si cenově výhodnou dovolenou v malebné přírodě na hranici Moravského Krasu a Drahanšské vrchoviny, pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova.

NABÍZÍME UBYTOVÁNÍ turistického typu přímo na zámku nebo luxusní apartmány a pokoje v předzámčí.

Ráčice 1. Račice - Pístovice
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz
www.zamekracice.cz

Zveme Vás na
Zámek Račice
na Vyškovsku
30 km od Brna

DOVOLENÁ V NETRADIČNÍM
ZÁMEČKÉM PROSTŘEDÍ



EFI Zámek Račice
člen e-Finance Group

HVĚZDY NHL JSOU K VIDĚNÍ V ČESKU

HOKEJOVÉ EXHIBICE ZPESTŘUJÍ LÉTO, NEJBLIŽŠÍ SE KONÁ V BRNĚ STRANA 14

metro

mojemetro | denikmetro

Pátek, 12. srpna 2022

Č. 154, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Klára

INZERCE

DOG FEST

DOGFEST 2022

NEJVĚTŠÍ PSÍ FESTIVAL
VE STŘEDNÍ EVROPE

Mezinárodní den psů.

26.-27. srpna 2022

Praha - Holešovice

Pestrý program pro celou rodinu
a pejsky, soutěže, charitativní
aktivity pro psy v nouzi a bohaté
občerstvení.

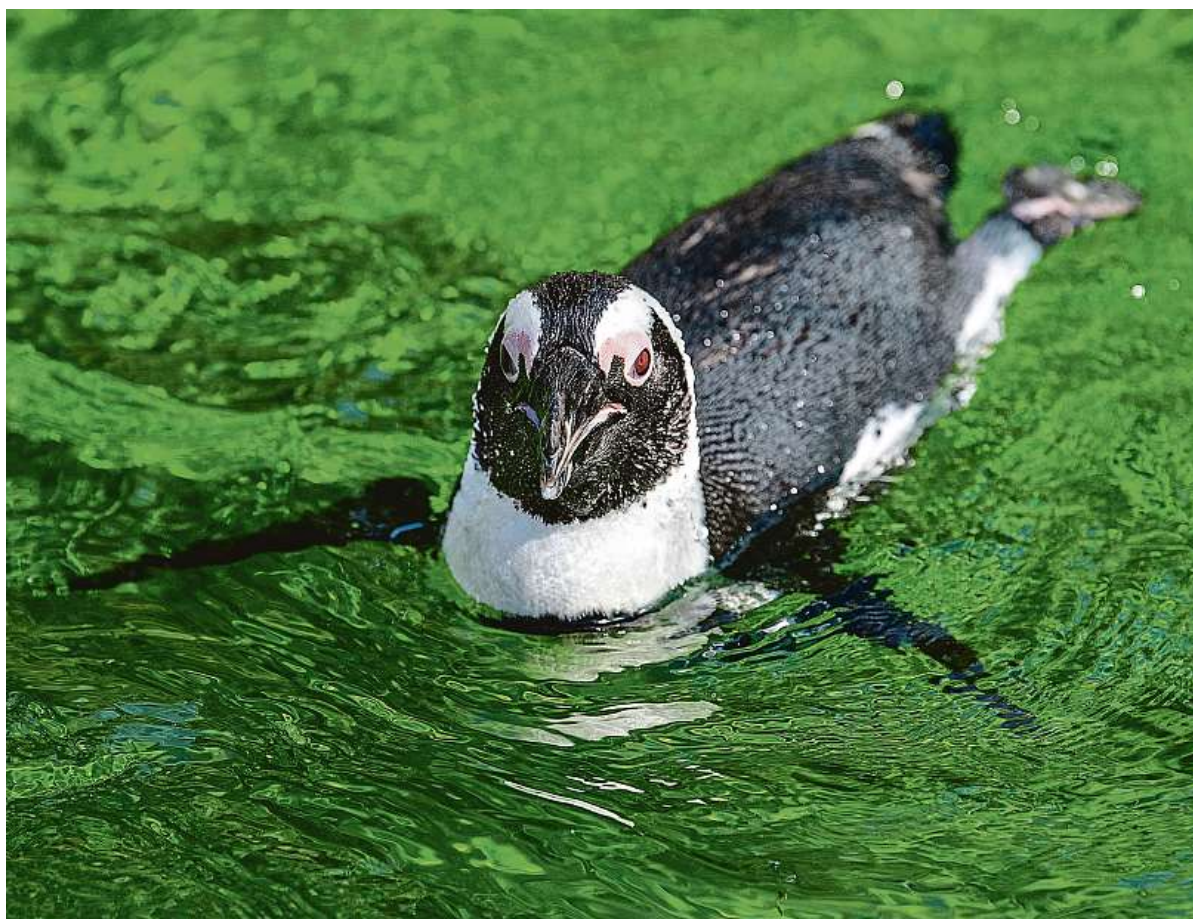
Bude to stát za to, ocas na to!



HDT.cz map HANA DOG METRADIO CITY 92.7FM CEG

Co s bohatstvím? Češi by ho tutlali

Kariéra. Téměř polovina lidí by podle průzkumu po zisku deseti milionů korun dál pracovala jako dřív. **V tajnosti.** O výhře v loterii by někteří neřekli ani příbuzným STRANA 9



Dvůr Králové nad Labem láká na nový chov tučňáků

Expozice Jihozápadní Afrika v Safari Parku Dvůr Králové nad Labem se může pochlubit novým chovem tučňáků brýlových. Podle webu Safari Parku vypadají místní prostory jako v Namibii, kde tučňáci brýloví žijí v relativní harmonii s lidmi. I ve Dvoře Králové tedy návštěvníci spatří rezavý maják, jeřáb na překládce ryb a skladiště, a dokonce několik lodí „zaparkovaných“ na oblázkové pláži. Na ní se nacházejí i hnízdní boudy pro tučňáky ukryté mezi velkými kameny. ČTK



9 771211 781002 1 22154

Číslo dne

42

Cena benzínu v Česku klesla pod 42 korun. Litř naturalu se u čerpacích stanic prodává v průměru za 41,99 koruny za litř. Za litř nafty řidiči dají průměrně 43,45 koruny, což je o 1,66 koruny méně než před týdnem. Vyplývá to z údajů společnosti CCS, která ceny paliv sleduje. Podle analytiků by mohly pohonné hmoty nadále zlevňovat.

6

Návrh na snížení teploty v budovách je správný krok, už pokles teploty o jeden stupeň ušetřít šest procent energie na vytápění. Uvedl to Jiří Koželouh z ekologické organizace Hnutí Duha v reakci na návrh vyhlášky ministerstva průmyslu a obchodu, aby se v případě nedostatku paliva v teplárnách budovy vytápěly méně. Cílem je reagovat na případný výpadek dodávek plynu a dosáhnout úspor.

353

Mladá fronta DNES, kterou stejně jako deník Metro vydává mediální dům MAFRA, zůstává nejtěnějším seriózním deníkem v Česku. První pozici ze všech tiskovin si drží Blesk se 676 tisíc čtenářů na vydání. Mladá fronta DNES má 434 tisíc čtenářů denně. Mezi bezplatnými tituly vede deník Metro se 353 tisíci čtenáři, E15 měla 65 tisíc čtenářů na vydání. ČTK



Dvacet let od pohromy

Česko si v těchto dnech připomíná 20 let od nejničivějších povodní ve své moderní historii. Zemřelo 17 lidí, škoda byla vyčíslena na několik desítek miliard korun. Velká voda paralyzovala na několik dní mnoho českých měst. Nejzasazenější byla středočeská obec Zálezlice (na snímcích). Nyní už nic události ze srpna 2002 nepřipomíná. MAFRA



Horký podzim. Půjde Babiš do boje o Hrad?



Mítink Andreje Babiše v kladenské Unhošti a v Ústí nad Labem. Sešli se tam jeho příznivci i odpůrci. 3x ČTK a MAFRA

INZERCE

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu nebo chaty. Vyřešíme právní vady, dluhy nebo exekuce. Okamžitá výplata zálohy! Již 23 let zkušeností.

Volejte zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

Mítinky premiéra provázejí protesty i potyčky. Babiš během jednoho z nich řekl, že své rozhodnutí jít do boje o Hrad oznámí 4. listopadu.

Předseda hnutí ANO a bývalý premiér Andrej Babiš možná oznámí své rozhodnutí ohledně prezidentské kandidatury 28. října. Řekl to včera na mítinku v Žižicích na Kladensku, upozornily na to Seznam Zprávy či Deník N. Na konci června přítomní novinářům při návštěvě Karlovarského kraje Babiš řekl, že plánuje oznámit své rozhodnutí 4. listopadu. Ještě před červnovým vyjádřením Babiš tvrdil, že případnou kandidatu-

ru na post hlavy státu oznámí v září.

Bývalý ministerský předseda také nebude pro kandidaturu sbírat podpisy občanů, jak původně říkal. Pokud se rozhodne kandidovat, společně se na podpisy poslanců. Těch je potřeba 20 a ANO má ve Sněmovně 72 křesel. Podpisů občanů je pro prezidentskou kandidaturu potřeba se sbírat 50 tisíc.

Andrej Babiš od začátku léta jezdí po Česku za voliči, pořídil si k tomu obytný vůz. Odmítá tvrzení, že jde o kampaň před prezidentskými volbami.

Babiš se včera setkával s lidmi ve Středočeském a Ústeckém kraji, dnes v Karlovarském kraji. Je to poprvé od mítinků v Jihočeském kraji minulý týden, které provázela vyhrocená atmosféra i kritizované zásahy policistů v civilu proti Babišovým odpůrcům (více v boxu). ČTK

Napjatá atmosféra

Protesty a potyčky mezi příznivci a odpůrci provázely včera odpoledne mítink předsedy hnutí ANO Andreje Babiše v Ústí nad Labem.

- Odpůrci bývalého premiéra, kteří na akci v Ústí přišli, se jej nejprve snažili vypískat. Na místě byli přítomni uniformovaní policisté i antikonfliktní tým. Akce v krajském městě se účastnila asi stovka lidí. Jeden z Babišových odpůrců pustil z reproduktoru nahlas rapovou píseň namířenou proti Babišovi. V davu protestujících proti premiérovi bylo vidět transparenty s nápisy například: „AB. Jsí hrobníkem demokracie. Odejdí z veřejného života!“ nebo „Burešovy tepláky“.

- Pískotem přehlušovali odpůrci Babiše mítink také včera do-

poledne v Unhošti na Kladensku. Přišlo jich kolem dvaceti, příznivců několik desítek.

- Akce byla bez konfliktů. Dohledeli na ni uniformovaní policisté i označení členové policejního antikonfliktního týmu. Andrej Babiš jezdí od začátku léta po Česku za voliči, odmítá ale tvrzení, že jde o kampaň před prezidentskými volbami. Uvedl, že cesty podniká jako předseda hnutí ANO v souvislosti se senátními a komunálními volbami. Střety mezi jeho příznivci a odpůrci se na těchto setkáních odehrávaly už dřív. Hlasité protesty, kterým čelil na mítincích minulý týden, si vyžádaly dva kontroverzní zásahy policistů v civilu, kterými se nyní zabývá odbor vnitřní policejní kontroly a Generální inspekce bezpečnostních sborů (GIBS). ČTK

Vedro dál pokračuje

Příjemné počasí končí. Do Česka se vrací tropy.

Z letních teplot nad 25 stupňů Celsia se Česko postupně dostane nad tropických 30 stupňů. K ochlazení dojde na konci příštího pracovního týdne. Mělo by převládat slunečné počasí, v odpoledních hodinách se však při zvětšené oblačnosti ojediněle vyskytnou přeháňky a bouřky. Vyplývá to z údajů Českého hydrometeorologického ústavu.

Dnes bude polojasno, během dne až oblačno a místy přeháňky, ojediněle i bouřky. Nejnížší noční teploty 14 až 10 stupňů, v údolích místy kolem 8 stupňů. Nejvyšší denní teploty 23 až 28 stupňů. Slabý, během dne přechodně mírný východní až se-

verovýchodní vítr. Zítra bude polojasno, během dne oblačno až zataženo. Ojediněle, na severu a severovýchodě místy přeháňky. Ojediněle i bouřky. Nejnížší noční teploty mezi 15 až 11 stupni. Nejvyšší denní teploty 26 až 30 stupňů, na severovýchodě kolem 24 stupňů. Slabý, během dne přechodně mírný severovýchodní vítr.

V neděli bude většinou polojasno, ojediněle možnost přeháňky nebo i bouřky. Nejnížší noční teploty 17 až 13 stupňů. Nejvyšší denní teploty 27 až 31 stupňů, na severovýchodě kolem 25 stupňů. Slabý, během dne mírný severovýchodní až severní vítr.

V pondělí bude polojasno až skoro jasno, při zvětšené oblačnosti ojediněle přeháňky nebo i bouřky. Nejnížší noční teploty 17 až 13 stupňů. Nejvyšší denní teploty 29 až 33 stupňů. Slabý proměnlivý vítr. **IDNES.cz**

Krátce



Výstava originálů od Joy Adamsonové

Plocha, kterou zatím zbývá předat, činí asi 785 hektarů z původních 3600, na nichž se hasiči s technikou pohybovali. Jde o lokality kolem Pravčické brány a v okolí Bouřňáku, kde ještě pomáhají hasit vrtulníky.

Unikátní výstava

V Safari Parku Dvůr Králové nad Labem začala výstava originálů botanických ilustrací od ochránkyně přírody a spisovatelky Joy Adamsonové proslavené Příběhem lvice Elsy. Adamsonová se narodila 20. ledna 1910 v Opavě. Příběh o lvice Else, již vychovala a vrátila do divočiny, se stal i filmovým trhákem, ale zejména upozornil miliony lidí na osud velkých afrických šelem. Adamsonová přispěla i k tomu, že zoo vytvořily příznivější podmínky pro zvířata, a založila několik národních parků v Africe. Zemřela v lednu 1980 v keňském národním parku Shaba, kde ji zabil jeden z jejích zaměstnanců. **ČTK**

Anonym nahlásil na ministerstvu bombu

Pražská policie včera ráno evakuovala budovu ministerstva zdravotnictví na Palackého náměstí. Anonym zde nahlásil bombu. Na místě zasahovaly všechny složky policie včetně psa vycvičeného na vyhledávání výbušnin. Asi po hodině zásah ukončila s negativním výsledkem. Případem se dál policie zabývá. Vyhrůžování přibývá. V lednu někdo nahlásil bombu na Vysoké

škole ekonomické v Praze a také na Pražském hradě, v dubnu na pražském letišti. Pachatelům takových činů, jež se daří dopadnout, hrozí až tři roky ve vězení. **IDNES.cz a MET**

Šituace v Českém Švýcarsku se pomalu uklidňuje

Hasiči předali správě národního parku České Švýcarsko další část hašeného území včetně Mezného, okolí Mezní Louky a prostoru nad Hřenskem.

INZERCE



XIAOMI 12X 5G

|| 256GB interní paměť

|| 6.28" AMOLED displej 2400 x 1080

|| 8jádrový procesor 3.2GHz

|| 50MPx fotoaparát



13.990,-

Displej, který vás přenesení do jiného světa!



Tak klikni hned na [Mironet.cz](https://www.mironet.cz)

Lidé se rádi nechají hýčkat. Pracovní benefity milují

Zaměstnanec pouze jako stroj na peníze, nebo jako součást celkového úspěchu podniku?

Pokud najdou šéfové cesty, jak lidem usnadnit plnění úkolů a přidat něco navíc, mají šanci, že lidé budou za firmu víc „dýchat“.

Stále víc se skloňuje možnost skloubit práci i s rodinným životem a povinnostmi. Především rodiče hledají možnosti, jak se profesně realizovat, ale nezanedbávat děti. Obzvláště když jsou malé.

Užijte si mrňata, dáme vám víc volných dnů

Počet zaměstnavatelů, kteří se snaží podpořit novopečené rodiče a poskytují jim nadstandardní placené volno nad rámec zákona či plnou mzdu v průběhu celé mateřské dovolené, roste. Kromě zajištění loajality stávajících zaměstnanců je cílem také podpora mladých rodin a snadného skloubení jejich pracovních a rodinných povinností. Benefit je nejčastěji využíván v oboru podnikových, IT a zákaznických služeb, kde mladí rodiče tvoří nejpočetnější skupinu zaměstnanců.



Zdarma, nebo s velkou slevou. Fitness jako zaměstnanecký benefit je oblíbený.

ASPEN

Otcové se mohou starat až o dva týdny déle

Jednou z firem, která podporuje mladé rodiny po narození potomka, je například společnost ABInBev zaměřující se na vývoj inovací pro Anheuser-Busch InBev, významného světového výrobce a prodejce piva a nealkoholických nápojů.

„Novopečeným otcům hrádíme plnou mzdu během čtrnáctidenní otcovské dovolené plus přidáváme další dva týdny navíc, které si mohou po narození dítěte vybrat. Matkám doplácíme plnou mzdu po dobu 26 týdnů ma-

teřské dovolené,“ říká Jaromír Staroba, ředitel pražského centra ABInBev Digital Hub.

Podobně velkoryse se k podpoře mladých lidí staví kalifornská firma Pure Storage, která v Praze provozuje významné a vývojové centrum. „Abychom podpořili naše zaměstnance při zakládání nebo rozšiřování rodin, poskytujeme všem čerstvým otcům či partnerům a partnerkám rodiček plně hrazenou šestitýdenní rodičovskou dovolenou. Tento příspěvek může zaměstnanec využít v průběhu prvního roku

po narození dítěte,“ říká Eva Čásenská, ředitelka náboru pro Pure Storage.

Posiluje se loajalita

„Finanční podpora i projev zájmu zaměstnavatele o zaměstnance, čerstvé rodiče, a tím posílení jejich loajality jsou důležité body. Rodičovství nekončí několika týdny mateřské dovolené. Pokud chce rodič být rodičem a zároveň zaměstnancem a pokud ho v tom chce zaměstnavatel podpořit, je užitečné vytvářet podmínky pro posílení možnosti pracovat i s malým dítětem. Ať už jde o umožně-

Oblíbený nadstandard

95

Téměř všichni Evropané, 95 procent, věří, že v budoucnu bude většina lidí pracovat pouze na dálku. Vyplývá to z nedávného průzkumu společnosti Randstad.

1/3

Taková část zaměstnanců v Česku výhodu práce z domova využít nemůže. Jsou činnosti vázány přímo na své pracoviště. Ve zbytku Evropy je to méně. Do práce se musí dostavit 28 procent lidí. Mezi nejčastěji uváděné problémy práce na dálku patří kooperace mezi kolegy pracujícími z domova a z kanceláře.

ní práce s dítětem doma, možnost brát ho v případě potřeby do zaměstnání nebo možnost upravit si pracovní dobu podle potřeb potomka,“ říká k tématu Jana Vávrová, projektová manažerka HR služeb Grafton Recruitment.

Tyto potřeby v oboru podnikových, IT a zákaznických služeb řeší vysoká míra flexibility, kterou zaměstnavatelé svým lidem nabízejí. Až čtyři dny z pracovního týdne umožňuje svým zaměstnancům z domu odpracovat 71 procent center, 12 procent pak dokonce úplně celý týden. **MET**

Dovolená, ale taky letní tábory

K nejoblíbenějším benefitům patří příspěvek na rekreaci. Podle zákona mají letos zaměstnanci nárok až na 20 tisíc korun jako dovolenkové přilepšení. Zaměstnavatel odvádí 19procentní daň, pracovník už příspěvek nedaní. Peníze lze využít na rodinnou dovolenou i na tábor pro dítě. Částka se nevyplácí paušálně, ale až konkrétní suma po předložení účtů. Třeba za hotel, letenky či jízdenky. Příspěvek však není automatický, musíte o něj žádat. **MAFRA**



Krátce

Peníze zpět

Změnu přinesla červnová novela zákona o daních z příjmů všem zaměstnancům, kteří mohou využívat firemní elektromobil pro osobní účely. Snížení výpočtu nepeněžního příjmu pro nízkemisní vozidla jim zvedne čistý příjem o několik tisíc za rok. V praxi to znamená, že nejoblíbenější český elektromobil Škoda ENYAQ iV, který firma šikovně pořídí za milion korun s DPH, vylepšuje už od července zaměstnanci svým zaměstnancům, aby si zvolili vlastní pracovní rozvrh. **ČTK**

Home office. Výhoda, která mírně ustupuje

Žádaný benefit, ale i nutnost za covidu. Teď ale počet lidí pracujících z domova meziročně klesl ze 40 na 28 procent. Firmy trvají na častější přítomnosti na pracovišti. Mnozí pracovníci se proto rozhlížejí po práci, ve které budou mít větší flexibilitu. Podle personální agentury Randstad třetina firem zavedla v posledních letech hybridní model docházky. Nejčastěji po svých zaměstnancích požadují, aby kancelář navštívili alespoň tři dny v týdnu. Některé firmy také umožňují svým zaměstnancům, aby si zvolili vlastní pracovní rozvrh. **ČTK**



dm drogerie markt je zastoupena více než 3 600 prodejny ve čtrnácti evropských zemích. V celé Evropě zaměstnává více než 62 000 spolupracovníků.

Zde jsem člověkem, zde nakupuji. Známé motto vyjadřuje, že dm staví do centra zájmu člověka, ať už jako zákazníka anebo spolupracovníka. Společnost dm jako silný a stabilní zaměstnavatel nabízí práci, kde se každý může zapojit, má šanci něco změnit a posouvat věci dál. Je otevřen podnětům a návrhům na zlepšení a hledá spolupracovníky s chutí prokázat vlastní iniciativu a dál se rozvíjet.

Jaké jsou benefity práce v dm?

- smlouva na dobu neurčitou
- 13. mzda
- 5 týdnů dovolené
- stravenky
- MultiSport karta
- příspěvek na penzijní připojištění
- interní vzdělávací programy
- 2x ročně jednorázový příspěvek na nákup v prodejnách dm
- občerstvení na pracovišti
- home office u pracovních pozic, které to umožňují

Spolupracovníkům na administrativních pozicích nabízí pružnou pracovní dobu, v prodejnách je samozřejmostí férové a spravedlivé plánování docházky. Všichni spolupracovníci si také mohou se svým vedoucím dohodnout pracovní úvazek v takové výši, která odpovídá jejich životní situaci.

Práce v logistickém centru

Logistické centrum se stará, aby zákazníci našli v prodejnách dm své oblíbené zboží. Společnost dm spravuje logistické centrum v Jihlavě a velkoobjemový sklad v Divišově.

Práce na centrální správě

Centrální správa sídlí v Českých Budějovicích. Poskytuje podporu provozu a zároveň komunikuje s dalšími zeměmi, ve kterých dm působí. Nachází se zde odborné resorty – marketing a nákup, expanze, finance a controlling, lidské zdroje a informační technologie.

Práce v prodejnách dm

Spolupracovníci ve více než 240 prodejnách po celé ČR se starají o naše zákazníky. Vnímají jejich individuální potřeby. Řeší jejich požadavky a vytváří příjemnou náladu v prodejnách. Neustále se rozvíjí. Jsou přátelští, vstřícní, empatictí a v každé situaci najdou to správné řešení. Proto u nás zákazníci rádi nakupují.



Atmoskop.cz
**FÉROVÝ
ZAMĚSTNAVATEL
2022**



**randstad
award
2022.**

Práce mění život, tak změňte k lepšímu ten svůj a přidejte se do našeho týmu.



 www.dm.cz
 www.facebook.com/dm.cesko
 [instagram.com/dm_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



**ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI**

Neutrální? Ne, říká Moskva

Kremľ odmítá, aby Švýcarsko zastupovalo v Rusku zájmy Ukrajiny. „Velmi jasně jsme odpověděli, že Švýcarsko bohužel přišlo o status neutrálního státu, a nemůže tak vystupovat ani jako prostředník, ani zastupovat zájmy,“ sdělil Ivan Něčajev z tiskového oddělení ruského ministerstva zahraničí. Doplnil, že alpská země přestala být neutrální, když se připojila k sankcím uvaleným na Rusko. Švýcarsko se připojilo k šestému balíčku sankcí namířených proti Rusku a Bělorusku, který Evropská unie přijala začátkem června. Zavázalo se také, že přestane nakupovat ruskou ropu. **ČTK**

Dobrou noc, svatá Dono

Plážovou pohodu zaspí v kostele.

Svatostánku na severu Walesu hrozilo kvůli vysokým nákladům uzavření. Místní farníci se ale kostela svaté Dony odmítli vzdát. Našli pro něj nové využití. „V kamenné budově z 19. století si mohou koupit nocleh turisté, kteří míří na nedaleké pláže,“ napsala stanice BBC.

Už čtrnáct století

Kostel stojí necelých 100 metrů od oblíbené pláže v Llanddoně a bezmála dva



Kostel, nebo ubytovna? Obojí. BBC

kilometry od centra městečka. Na stejném místě stála první církevní stavba už v 7. století a poté i několik dalších.

Současný kostel využil části svých předchůdců, například zvon ze 17. století nebo ještě o 200 let starší zdobenou vstupní bránu.

Atmosféra stojí za to

„Nápad vznikl asi před rokem. Nemohli jsme ospravedlnit provoz dvou kostelů, máme kostely svaté Dony a svatého Iestyna, jež jsou blízko sebe,“ vysvětlil místní vikář.

V kostele svaté Dony na turisty čekají polní lehátka s přehozy. Nocleh stojí 50 liber, v přepočtu asi 1400 korun na osobu za noc. „Spaní v kostele bylo něčím výjimečným, okusila jsem atmosféru svaté pohostinnosti. Doporučila bych ostatním, kteří váhají, aby to zkusili,“ napsala v recenzi žena, která v kostele nocovala. **ČTK**

Krátce

Hlas z Pobaltí

Lotyšský parlament označil Rusko za stát podporující terorismus a vyzval členské země Evropské unie, aby pozastavily vydávání víz ruským a běloruským občanům. Informoval

o tom lotyšský veřejnoprávní server LSM. Poslanci pobaltské země rovněž podle serveru Delfi a ruské služby BBC označili jednání Moskvy na Ukrajině za „cílenou genocidu“ ukrajinského národa. Je to xenofobní, reagoval Kremľ.

Milost pro jádro?

Německo zvažuje, zda má smysl ponechat tři poslední jaderné elektrárny ještě v provozu, řekl kancléř Olaf Scholz. Berlín chtěl reaktory odstavit letos. Z jádra se v Německu loni

vyrobilo 13 procent elektrické energie.

Baží po Západu

Teheránské muzeum současného umění vystavuje v Íránu díla 34 evropských a amerických umělců. Na-

vzdory kritice západního umění ze strany duchovních je o akci velký zájem – přišlo na ni už 17 tisíc lidí. K vidění jsou díla umělců, kteří tvořili ve 20. století, včetně Francouze Marcela Duchampa či Američana Sola LeWitta. **ČTK**

INZERCE

Velký výběr ročních vozů

SKLADEM

100

PRÉMIOVÝCH VOZŮ
OKAMŽITĚ K DISPOZICI

Ušetřete
až 40 %

Tovární záruka
až 5 let

Satelitní zabezpečení
zdarma

Auto ESA

Kremľ zatočil s Židy



„Za covid mohl Soul“

Severokorejský vůdce Kim Čong-un ohlásil vítězství v boji proti koronaviru a nařídil, aby byla zrušena nejpřísnější protiepidemická opatření, která byla zavedena v květnu. Jeho sestra Kim Jo-čong uvedla, že se vůdce potýkal s horečkami, čímž poprvé naznačila, že prodělal covid-19. Z rozšíření nákazy v KLDR přitom obvinila Jižní Koreu a pohrozila „smrtící odvetou“.

AP

Při bezohledně vlně antisemitismu bylo přesně před 70 lety v Moskvě zničeno třináct životů.

Bylo již sedm let po druhé světové válce, když sovětský režim Josifa Stalina zúčtoval se židovskými intelektuály, kteří mu během druhé světové války výrazně pomohli propagovat Sovětský svaz na Západě.

Antisemitická vlna vyvrcholila takzvanou nocí zavražděných básníků, při které bylo před 70 lety, 12. srpna 1952, ve vězení Lubjanka v Moskvě zastřeleno 13 sovětských židovských intelektuálů. Všichni zatčení z let 1948 a 1949 byli sovětskými soudy falešně obviněni, podroběni fyzickému mučení, aby vypovídali proti sobě a navzájem se obviňovali ze špionáže a podvrazení režimu.



Smutně proslulá Lubjanka

PROFIMEDIA

Židovský stát na Krymu

Hlavní obvinění se týkalo údajného plánu na založení nezávislého židovského státu na Krymu, s jehož pomocí měli „američtí imperialisté a sionisté“ rozložit SSSR. Zadrženi byli členové Židovského antifašistického výboru (ŽAV), který vznikl na Stalinův příkaz v dubnu 1942. Význační a ve světě známí židovští intelektuálové a umělci pak vyjžděli do USA, Británie či Kanady a organizovali pomoc pro SSSR, navazovali kontakty, pořádali sbírky,

přesvědčovali a propagovali Sovětský svaz a jeho válečné úsilí.

Ženu ušetřili

Před vojenským soudem, který se konal přímo v prostorách sídla tajné policie Lubjanky, stanuli bývalý náměstek ministra zahraničí Salomon Lozovskij, básník a tajemník ŽAV Icik Fefer, básníci Leib Kvitko, Perec Markiš, David Bergelson a David Hofštejn nebo umělecký ředitel Státního židovského divadla Benjamin Zuskin.

Edith Steinová

Kanadský kardinál Michael Czerny připomněl 80. výročí smrti v plynové komoře Němky Edith Steinové, jež se stala katoličkou poté, co konvertovala od judaismu.

- Kardinál Czerny, který se narodil v Brně, sloužil mši v úterý nedaleko vyhlazovacího tábora v Osvětimi. **čTK**

Historik Joshua Rubinshtein nazval tento okamžik příznačně „nocí zavražděných básníků“ – z třinácti popravených bylo pět jidiš básníků. Jediní obvinění, již unikli popravě, byli Solomon Bregman, který upadl během soudního procesu do kómatu (a zemřel na začátku roku 1953, a profesorka katedry fyziologie na Druhém moskevském lékařském institutu (a mimořádně první žena, která se stala členkou sovětské Akademie věd) Lina Šternová. **čTK**

INZERCE

SLEVA -25% NA VYBRANÁ REGIONÁLNÍ PIVA

SPECIALITY S AKCENTEM VAŠEHO REGIONU

HLEDEJTE U NÁS

INZERCE



„Tahali jsme i koně z Vltavy“

Při povodních před 20 lety pomáhali také vojáci.

Zástupce velitele 243. vrtulníkové letky major Marek Bohuněk a jeho kolega palubní technik praporčík Jaroslav Vlček v roce 2002 sloužili u Letky letecké pátrací a záchrané služby v Plzni-Líních. Jako velitel leteckých záchranářů Bohuněk nejintenzivněji vzpomíná na první dny, kdy se vzdušné záchrané práce teprve rozbíhaly. „Se dvěma vrtulníky W-3A jsme létali 24 hodin ve dne i v noci, lidi jsme tahali palubním jeřá-

bem z oken, vikýřů, balkonů i střech. Za týden jsme zachránili zhruba 112 lidí přímo evakuací palubním jeřábem ze zatopených budov,“ vzpomíná. Lidé, které voda ohrozila, reagovali různě. Někteří záchranářům děkovali, jiní obavy z evakuace zapíjeli na ještě suchých půdách svých domů. „Jeden člověk se dokonce vydal na koni do rozvodněné Vltavy. Dodnes si pamatuji, jak jsme pro něj kousek za Kralupy letěli. Vytáhli jsme ho z vody a kuň, spokojený, že už ho nic netíží, bez problémů sám doplavil k břehu,“ líčí jeden z kuriózních zážitků major Bohuněk.

Vlček sepsal zážitky prvního dne nasazení 12. srpna

do podrobné zprávy. Vzpomíná v ní, jak je při noční záchraně lidí v chatové osadě u Nezvěstic na Plzeňsku ohrožovalo elektrické vedení vysokého napětí. „Viseli jsme asi 20 metrů nad budovou, byla tma, hustě přšelo, foukal silný boční vítr. Za domkem byl svah s obrovským převýšením, kolem vysoké stromy, před námi drátý vysokého napětí. Za pár minut se nám nštěstí podařilo lidi vytáhnout na palubu,“ zaznamenal si do deníku. Píše v něm i o rozčilení hasičů, když se dozvěděli, že záchraně si ještě za světla v klidu odvezli svá auta na kopec a pak se vrátili zpět do chat, které o několik hodin zaplavila rozvodněná Úslava.

Vojáci ale lidi nezachraňovali jen ze vzduchu, většina pomáhala na zemi – jako major Patrik Strosser, vedoucí oddělení podpory Krajského vojenského velitelství České Budějovice, který byl během záplav velitelem vozu Tatra T815 na českobudějovickém letišti. Armáda tehdy společností Eurotel pomáhala na tatrovkách rozvážet nejrůznější materiál včetně vysílačů.

„Tatrovky byly jediné, které dokázaly těmi metry vody bezpečně projet. Dodnes na tyhle vodní tanky nedám dopustit. Na silnici jsme neviděli, ty byly úplně pod vodou. Ještěže městem vedou troleje, které nám ukazovaly cestu,“ dodává Strosser. **ARMY.CZ**



Petr Šafařík

ARCHIV P. Š.

ZOOALBUM Jak se krmí hrabáče

Měsíční mládě hrabáče kapského se má v Zoo Praha k světu. Pravidelně se budí na krmení, denně se mateřského mléka napije i pětkrát a přibere tak až 200 gramů. Momentálně proto váží bezmála pět kilogramů, v dospělosti, které dosáhne v jednom roce, se však jeho váha může vyšplhat až k padesáti. Malého hrabáče a jeho matku Kvídu mohou návštěvníci pozorovat v pavilonu Africký dům v horní části areálu.

Petr Hamerník
Zoo Praha



Novináři. Žurnalistické školy mají v létě žně

Jestli se chcete potkat se špičkovými novináři, pak je zrovna srpen ideálním obdobím.

V Praze běží až do 16. srpna mezinárodní letní škola Journey: Journalism Bootcamp pořádaná nadací Bakala Foundation. Studenti žurnalistiky z Česka a dalších 10 zemí si pod vedením těch nejzkušenějších novinářů zkusí, co doopravdy vyžaduje práce novináře. Mezi letošními hosty a lektory jsou renomovaní novináři z The New Yorker, CNN, The Washington Post či agentury Associated Press.

Příští týden poběží Letní žurnalistická škola v Havlíčkově Brodě. Na programu jsou témata Rusko, jeho chování, média, dezinformační narativy či Jak vypadá válečná žurnalistika v praxi?

Pražská Publicistika pořádá Letní školu médií VOŠP od 22. do 26. srpna. Na workshopy s Romanem Bradáčem či Mikulášem Kroupou je stále možné se přihlásit. Ve stejných dnech proběhne Letní škola žurnalistiky pořádaná Fakultou sociálních věd UK, tam už je ale po uzavěrcce. **MET**

INZERCE

WORLD PREMIERE OF IMMERSIVE EXHIBITION

ALPHONSE MUCHA

eMOTION

28/6–13/9/2022

PRAGUE CASTLE RIDING SCHOOL
JÍZDÁRNA PRAŽSKÉHO HRADU

IMUCHA
IMUCHA PROJECT

www.muchoemotion.com

Hlavně aby se nedozvěděli, že jsem vyhrál

Bazén, nové auto, rodinný dům. V těchto kategoriích se odehrávají nejčastější plány těch, kteří vyplňují sázkové tikety. Nebo je to úplně jinak?

Přijít k milionům není jen tak. Nemusíte pouze uhodnout správná čísla v jackpotu. Někdy stačí zdědit pozemky a výhodně je prodat. Najednou je na novou střechu, dovolenou v Karibiku či alespoň na nový nábytek do bytu. Může se ale taky zamotat hlava. Nebo narušit rodinné poměry.

Pracovali by o něco mň

Stačí k tomu třeba i „blbých“ deset milionů korun. V současné inflaci nijak převratná suma, přesto by dokázala změnit život. Vyplývá to z průzkumu Barometr zaměstnanců společnosti Up Česká republika mezi více než tisíci respondenty z tuzemských firem.

Více než čtyřicet procent dotazovaných uvedlo, že by desetimilionová výhra nijak nenarušila jejich profesní kariéru. Do zaměstnání by chodili

jako před zbohatnutím. Necelá pětina přiznává, že by přinejmenším přešla na zkrácený úvazek. Jen šest procent uvažuje, že by peníze vložilo do podnikání a odešlo by z práce.

Pracháči v Česku? Raději v utajení

Největší dilema však pro výherce bývá, jestli se vůbec o nečekaném políbení od paní Štěstěny zmínit. Když se nedávno schylovalo k možnosti, že padne více než třímiliardový Eurojackpot, proběhl průzkum v šesti evropských zemích.

Nejotevřenější jsou Finové. Neměli by problém sdílet zprávu o gigantické výhře s rodinou a přáteli, pochlubili by se i veřejně. Podobný přístup k výhrám mají ve Spojených státech. Tam se z výherců stávají celebrity.

U nás je to složitější. „Naopak Češi se většinou shodli, že by svou výhru před veřejností tajili, stejně jako Slováci,“ upozorňuje tisková mluvčí Sazky Veronika Diamantová. Miliony by utráceli pokud možno v tajnosti. Někdy by se o svém štěstí nezmínili ani před příbuznými. V České republice anonymitu výherců zajišťuje hazardní zákon. Je tedy jen a jen na výhercích samotných, komu se o šťastné nově zmíní. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

LUXOR

Tady žijí knihy

Ať už máte chuť na oddychovou četbu, poučnou non-fiction nebo napínavý thriller, zkuste letní tipy od našich knihkupců!



Fascinující příběh ukrajinského prezidenta, který se během posledních měsíců stal hrdinou západního světa.

Kniha **Volodymyr Zelenskyy – Ukrajina v krvi** nabízí pohled na vrcholného politika, umělce, vzorného rodiče, a hlavně muže s nesmírným charismatem a odhodláním se nikdy nevzdát.

Francesca je workoholička a Allegra se zaplete s problémovou partou. Pomůže jim pouť Itálií po stopách předků uvědomit si důležitost rodinných pout dřív, než bude pozdě? Tři generace žen a jedinečné dobrodružství v románu **Italské léto**.

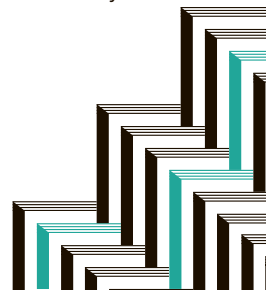
Dylanu Moranovi se jedné deštivé noci zhroutil svět. Od té doby začíná zvláštní a děsivá vize – kamkoli jde, pronásleduje ho... on sám. **Dvojník**, to je jedinečný thriller od mistra neotřelých zápletek a napínavých rozuzlení.



Udělejte si radost skvělým čtením!

Ivana z Knihkupectví Luxor

luxor.cz



Téma. Zánět jako nepřítel

Zánět je obranou našeho imunitního systému na napadení. Podporuje hojení a zotavování. Pokud ale zůstává v těle dlouho, mění se na chronický a stává se z přítele zákeřným nepřítelem, který rozsévá po těle nemoci. Vytváří příznivé prostředí třeba i pro rozvoj rakoviny. Týká se to hlavně plic, prostaty, slinivky, ledvin či střev. Více čtěte v novém vydání týdeníku **Téma**. **MET**



Miliardy za dvě eura

5,38

Na tolik miliard korun si přišel výherce italské loterie SuperEnalotto v roce 2019. Tato historicky nejvyšší výhra v některé ze světových sázkových soutěží vyšla šťastného boháče na pouhých dvě eura. O osm let dříve padl v soutěži Euromillions jackpot v přepočtu 4,6 miliardy korun.

Když se dělí miliony

Ne vždy je na výhru jen jeden. Občas si tipnou kolegové v práci či rodina.

- V roce 1999 si vsadilo společný tiket 31 lidí. Vyhráli přes 15 milionů korun, na každého vyšlo 500 tisíc korun.
- Lépe na tom byla v roce 2002 rodina z Moravy. Podali několik tiketů, jeden vyšel. Zbohatli o 74 milionů korun.

INZERCE

BAUHAUS®

SEZÓNÍ DOPRODEJ

BAZÉNŮ A VÍŘIVEK

Bazén Prism Frame, Ø 366 x v 99 cm, 8592 l, vč. kartušové filtrace a bezpečnostních schůdků

~~5.290,-~~

4.450,-!



Nakupte on-line na bauhaus.cz

„Pes není dítě. Nastavte hranice“

Štěňátko nám přerůstalo přes hlavu. Zašla jsem proto k chovatelce.

Když jsme si nedávno pořídili štěňátko, zjistili jsme, že jeho výchova není vůbec snadná. Vydala jsem se tedy za Michaelou Jandovou, která se nejen vycvikem, ale i chovem pejsků zabývá.

„Bylo mi čtrnáct let, když jsme si pořídili prvního hovářtara, což je plemeno psa,“ vzpomíná Michaela. Tehdy bylo moderní si psát blog. Jandová nechtěla zůstat pozadu, jeden si založila a začala psát o svém psovi. „Právě přes blog nás našla teď už moje dlouholetá kamarádka, která zjistila, že je to její odchovné štěně, a zaskvětila mě do světa kynologie,“ dodává Jandová, která se sportovní kynologii věnuje doteď. Ať už jde o stopování, poslušnost, nebo obranu. Mimoto odchovávala už 26 štěňat, vybrala pro ně vhodné majitele a dnes o nich má zprávy.

Chci si pořídít štěňátko

Při pořizování pejska bychom se měli nejdříve zamyslet, jestli chceme jenom par-



A co teď? Přece vycvičit!

táka na procházky, nebo se budeme hlouběji věnovat vycviku. Dalším důležitým bodem jsou finance.

„V dnešní době stojí pes asi jako nejnovější iPhone. Lidi nemají problém dát takové peníze za telefon, ale za psa se jim taková částka platit nechce,“ zamýšlí se Michaela. Přitom mobilní telefon máme tak na pět let, zatímco pes je parťák na deset až patnáct let. „U psa se může stát cokoli, pejsek může být nemocný, může mít alergie nebo problémy s klouby a na to jsou samozřejmě potřeba peníze,“ doplňuje Jandová. Teď teprve přichází na řadu výběr plemene, to bychom



Jandová v akci

3x METRO

měli zvolit podle povahy, nikoli podle jeho vzhledu.

Štěňátko, radost i starost

Vybrali jsme si plemeno, chovatele, a co teď? V první řadě si musíme dát pozor, aby bylo štěňátko alespoň sedmítýdenní. Dřív se totiž od fenky odebrat nesmí. Když si štěně přivezeme domů, je roztomilé. Za chvíli se ale rozkouká a je z něj divoch. „Musíme si uvědomit, že to není dítě, ale zvíře. Je to sice roztomilá koule chlupů, ale jednou vyroste a může nastat problém, pokud jsme nenastavili hranice už od začátku,“ vysvětluje Michaela. Už od první chvíle bychom si měli s pejskem začít budovat vztah a snažit se chápat jeho chování a postoje. „Je důležité, aby uměl páníček čist cho-



Úspěchy dělají radost.

vání psa. Hodně lidí to neumí a pak dochází třeba k pokoušání dětí,“ dodává cvičitelka. Pes se častěji ožene ze strachu než z agrese, a nepoznámeli, že je zrovna nervózní, nedokážeme to včas řešit.

Jak na vycvik?

Základní povely jsme zvládli doma podle internetu, ale zvažujeme jezdit na cvičišťe. Má to smysl? „Já jednou začas na cvičák jedu, protože jsem ráda, když se na mě někdo podívá. Ze začátku jsem jezdila pořád, než jsem posbírala zkušenosti,“ popisuje Michaela. Cvičiště je určitě dobrý základ, ale stačí to? „Jedna hodina týdně psovi moc nedá, nezvládne to pochytit. Musíme s ním cvičit každý den třeba jen několik minut,“ dodává Jandová.

Výcvik psa v Praze

Kurzy poslušnosti nabízejí střediska Českého kynologického organizace v Kobylších, Libni a v Horních Počernicích. V hloubětinském středisku navíc pořádají i společné výlety a procházky.

- S výchovou pejska vám pomohou také třeba v Pesoparku Uhřetěves, kde je i psi školka, v Zapni psa Modřany či Haf bez obav Stodůlky a Řeporyje.

Miša a její pejsci

Když jsem si vyslechla vše ohledně štěňat, přišel čas na chlubení. „Teď mám sedmiletou hovavartí fenku Genesis, její tříletou dceru Waitynku a její čtyřměsíční dceru Remu. U rodičů mám ještě psa. Jezdím s nimi na výstavy a zkoušky a snažím se respektovat jejich zájmy,“ popisuje cvičitelka. Genesis baví víc obrana, Waityna zase stopování. „Nehoním se za výsledky, baví mě to,“ doplňuje Jandová, která je s pejsky úspěšná nejen na soutěžích, ale i u zkoušek. „Waityna měla nejvyšší počet bodů. O hovavartech se totiž říká, že to nejsou cvičící psi, takže je fajn dosáhnout takového výsledku se psem, který k tomu není úplně určený,“ uzavírá cvičitelka. ANEŽKA VONDRÁKOVÁ

INZERCE

PRÁVĚ VYCHÁZÍ

LUKÁŠ LANGMAJER

„Chtěl jsem být závodníkem. Asi po tátovi, ten rozbil každé auto, které měl.“

TÝDENÍK 5 PLUS 2
každý pátek ZDARMA

Cestování - nabídka

RELAX V TERMÁLNÍCH LÁZNÍCH
Maďarsko - Zalakáros - Hotel Park Inn****
all inclusive akce 4 noci za 3 noci
Termín: 4.9. - 8.9.2022 Cena: 9.290 Kč/os.
Zahrnuje: dopravu, 4x ubytování ve dvoulůžkovém pokoji, stravu all inclusive, neomezený vstup do termálních lázní, delegáta
Nástupní místa: Kladno, Praha, Dobruška, Příbram, Březnice, Sedlčany, Tabor
KONTAKT: CK A.S.a s.r.o. Příbram,
tel.: 318 63 99 99 a 603 864 51
po-pá 9.00 - 17.00 hod. - www.dkasa.cz

Hobby - poptávka

• Koupím staré pohlednice, bankovky, vyznamenání, militaria, filmové plakáty apod.
Stačí SMS, zavolám.
Tel. 608420808

Auto-moto - poptávka

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



metro

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN

VITA CELIA E-SHOP

Sleva 15 %
na nákup bezpečnostních výrobků

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

Portmonka

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

Domácí magnetoterapie – i vy můžete překonat bolest

Koleno jako nové během 3 týdnů? Je to možné!

Průkopnický obvaz pomáhá odstraňovat bolest kloubů, otoky a loupání v kostech už od 1. užití

Zjistěte, jak můžete získat **BEZPLATNÝ** magnetický obvaz

Vaše koleno bolí, je oteklé a ztěžuje vám pohyb? Teď můžete účinně podpořit regeneraci poškozených a přetížených kloubů a nakonec se nenávratně rozloučit s bolestí a pocíty ztuhlosti. Přesvědčte se, jak funguje průkopnický magnetický obvaz, který si oblíbilo už víc než 475 000 Evropanů!

U vědomujete si, že koleno je nejvytíženější kloub ve vašem těle? Díky němu se hýbete, drží vaši váhu a stabilizuje celý pohybový aparát, všechny kosti a klouby. Není nic divného, že o sobě dává často vědět. Naštěstí teď máte šanci zregenerovat poškozené klouby a 4krát zvýšit produkci kolagenu v kloubní chrupavce – a to za méně než měsíc. Přestože inovativní stabilizátor vládne v britských, francouzských a německých domácnostech, na český trh se dostává až nyní. Podle odborníků je přesně tohle důvod, proč jsou senioři ze západní Evropy aktivní do vysokého věku, jsou vzpřímení a mají menší ortopedické potíže než my. **96 % uživatelů potvrzuje, že už po cca 20 minutách nošení obvazu ustoupila bolest v kolenu a páteři. Následně z končetin zmizel otok a po několika dnech byli schopni samostatně chodit na dlouhé procházky, jezdit na kole a chodit po schodech.**

Podpora nejen pro kolena...

Přestože stabilizační magnetický obvaz používáte na koleno, působí na celý pohybový aparát. Podle odborníků magnetoterapie urychluje proces regenerace pojivové tkáně a podporuje produkci kolagenu v kostech. Díky tomu budou vaše klouby „naolejované“, zvýší se jejich pohyblivost a vy získáte dřívější svobodu pohybu.

Účinně podporuje regeneraci kloubů už od 1. užití

Pokud vás bolí koleno a tento problém bagatelizujete, je to podle odborníků velká chyba. Mnoho lidí si neuvědomuje, že neléčená zraně-



George Walsh vytvořil obvaz, který pomáhá regenerovat kloubní chrupavku už za 21 dní.

„Bolest kolena ustoupí během 20 minut“

Obvaz působí na buňky svým magnetickým polem a díky tomu okamžitě posiluje kloub, šlachy a dokonce 2násobně zrychluje proces regenerace kloubní chrupavky. Během tohoto procesu mizí příznaky jako bolest, otok nebo neurčité píchání. Stabilizátor pomáhá jak na sportovní zranění, tak i na revmatické degenerace, protože obnovuje kloubní tkáň na buněčné úrovni.

Převratný magnetický obvaz vám pomůže:



- ✓ **Odstranit bolest a otok kolena za 20 minut**
- ✓ **Zbavit se loupání v křížci, zádech, ramenou a zápěstí**
- ✓ **Zregenerovat kloubní chrupavku za 30 dní**
- ✓ **Procházet se bez nepohodlí a chodit po schodech**

ní chrupavky mohou vést k úplné ztrátě pohyblivosti v kloubu. Tehdy stabilizace těla padne na vaši páteř, ramena a záda, což vám po čase znemožní chodit, sedat si na bobek nebo dokonce chodit po schodech. Nenechte se zastavit a jedněte preventivně. Průkopnický obvaz díky tomu, že působí na buňky magnetickým polem, podpoří proces hojení tkáně ve vašich kloubech a navíc může působit proti bolesti, zánětu a otokům. Navíc povzbudí váš organismus k větší produkci kolagenu, zlikviduje tření v kostech a tím způsobené nepohodlí. Navíc se k vašim buňkám dostane velké množství kyslíku a živin. Takhle v poškozených nebo starých kloubech začne proces obnovy chrupavkové tkáně. **Cím rychleji začnete používat inovativní ortopedický obvaz, tím větší šance, že se vrátíte k úplné pohyblivosti dokonce už během 21 dní.**

Zaručená podpora pro neaktivnější kloub

Jak přesně funguje „ortopedický zážrak“? Pokud se jedná o zlomeninu, obvaz zaručuje podporu při regeneraci poškozených šlach, svalů a kolenních vazů. Zajistí také stabilizaci kolenního kloubu, aby získal dřívější funkčnost. Pokud se problém týká degenerace nebo revmatismu, obvaz s využitím magnetoterapie obnoví klouby na buněčné úrovni. Odborníci tvrdí, že se vyplatí používat stabilizátor preventivně, abyste předešli vzniku úrazů a zajistili účinnou podporu pro pohybový aparát.

Můžete získat plný rozsah pohybu už za 21 dní

Revoluční obvaz každý den pomáhá lidem rozloučit se s bolestí a získat pohyblivost. Vezměte věci do svých rukou a přestaňte ztrácet čas metodami, které nemají výsledky. Vyberte si pohyb a užívejte si života!

Léto se blíží. Věnuj péči svému zdraví a užívej si života

ZDARMA PRODUKT

Prvních 100 osob, které zavolají do 31.08.2022 obdrží od výrobce 100% REFUNDACI PRODUKTU.

Zavolejte: **359 409 865**

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



Pro starší i mladší

Bez ohledu na váš věk, druh zlomeniny nebo degenerativních potíží, inovativní obvaz vám pomůže poradit si s bolestí a tuhnutím končetin a problémy s pohyblivostí, už od prvních minut po aplikaci. Je navržena pro každodenní nošení a díky univerzálnímu tvaru se přizpůsobí každé velikosti kolena – jak u žen, tak i u mužů. Navíc zapínání vyrobené ze silných suchých zipů udrží obvaz na místě a zajistí vám maximální pohodlí.

„Vrátil jsem se ke sportu“



Kliment, 39 let, Cheb

Sport je můj život, který mi úraz vzal. Díky tomuto obvazu můžu znovu trénovat, zbavil jsem se bolesti a tuhnutí za několik dní a moje koleno je jako nové!

„Znovu můžu bez potíží pracovat“



Eva, 42 let, Liberec

Jsem kadeřnice, takže jsem v práci pořád v pohybu. Bolest, tuhnutí a píchání v končetinách mě doprovázely den co den, nemohla jsem se ani ohnout a sednout si na bobek. To všechno zmizelo už po týdnu nošení obvazu. Teď ho nosím každý den a cítím se skvěle!

Sudoku

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

Luštěnka

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – ANO, AXA, ROK, TEĎ, ZDI, ŽÁR

4 – ČÍNA, LÝKO, METR, NEUK, OBLÝ, RUKA, RŮŽE

5 – BACIL, CETKA, KORÝŠ, LOĎKA, MAŠLE, MORČE, NOUZE

R	E	Ž	I	M					
L									
I									
T									
R									

Napište svou bublinu



„Že by táta psal dopis Ježíškovi už teď?“
MARCELA SOCHOVÁ
Facebook

Počasí

DNES	ZÍTRA	NEDĚLE	PONDĚLÍ
23/27 °C	25/29 °C	26/30 °C	29/33 °C

Teplotní rekordy: ↓ 8,9 °C (1987) ↑ 35,1 °C (1998) Bio: ❤️❤️❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro
FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.15 Zdravotní škola IV (5/6)</p> <p>17.00 Cestománie</p> <p>17.30 AZ-kvíz</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Láska na vlásku</p> <p>Pohádka (SR/ČR, 2014)</p> <p>22.05 Všechnopárty</p> <p>23.00 Na dvoře je kůň, šéfe!</p> <p>Komedie (ČR, 1989)</p> <p>00.15 Případy detektivka Murdocha XIV</p> <p>01.00 AZ-kvíz</p> <p>01.25 AZ-kvíz</p> <p>02.00 Rájské zahrady</p> <p>02.20 Dobré ráno</p> <p>04.50 Po stopách hvězd</p>	<p>15.50 Hirošima – počátek atomového věku</p> <p>16.40 Kouzlo Afriky</p> <p>17.05 Sousedé</p> <p>17.35 Nejluxusnější auta světa</p> <p>18.20 Podivuhodné Japonsko (2/2)</p> <p>19.15 Příběhy obrácení (6/6)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Smrt v klášteře</p> <p>Detektivka (USA, 2002)</p> <p>21.35 Maigret klade past</p> <p>Krimifilm (Fr./It., 1958)</p> <p>23.30 Balthazar II (6/10)</p> <p>00.20 Evropský příběh (3/6)</p> <p>01.15 Babylon</p> <p>01.40 Ze zoo do zoo</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.40 Na lovu</p> <p>18.50 Hospoda (41)</p> <p>Šprýmař. Seriál (ČR, 1995)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí (2/2)</p> <p>20.20 Bobule</p> <p>Komedie (ČR, 2008)</p> <p>22.10 Equalizer</p> <p>Akční film (USA, 2014)</p> <p>00.45 Dr. House II (11)</p> <p>Musim to vědět. Seriál (USA, 2005)</p> <p>01.35 Dr. House II (12)</p> <p>02.20 Na lovu</p> <p>03.00 Babičovy dobroty</p> <p>03.45 Doktoři z Počátků (125)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>15.50 Policie v akci</p> <p>16.50 Prostřeno!</p> <p>17.45 Singl švindl</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Máme rádi Česko</p> <p>22.05 Mordparta (7)</p> <p>Oběť. Krimiseriál (ČR, 2016)</p> <p>23.25 Ano, šéfe!</p> <p>00.35 Z místa činu</p> <p>01.35 Námořní vyšetřovací služba VIII (5)</p> <p>Mrtvý éter. Krimiseriál (USA, 2010)</p> <p>02.30 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně (10)</p> <p>03.30 Komisař Rex II (17)</p> <p>04.40 Rozpal to, šéfe!</p>	<p>09.00 Flashback</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.30 Top 3 Óčko Chart</p> <p>14.45 Óčko hity</p> <p>20.00 Tmax street party</p> <p>21.00 Óčko hity</p> <p>22.00 Zrče vlog</p> <p>22.05 Party ride</p> <p>Dance music pro všechny na páteční mejdan</p> <p>23.30 Zrče vlog</p> <p>Jaký byl tanečně-rapový Zrče festival v Chorvatsku?</p> <p>23.35 Party ride</p> <p>Dance music pro všechny na páteční mejdan</p> <p>1.00 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů se vzáky diváků Óčka</p>

Samsung představil čtvrtou generaci ohebných telefonů. Ocení je manažeři i tvůrci obsahu

Tenčí, odolnější, elegantnější a výkonnější. Tak vypadá čtvrtá generace skládacích telefonů s ohebnými displeji od Samsungu. Ať už hledáte telefon pro práci kreativní nebo kancelářskou, Galaxy Z Fold4 a Galaxy Z Flip4 jsou telefony, kterým byste měli věnovat pozornost.

Kancelář do kapsy

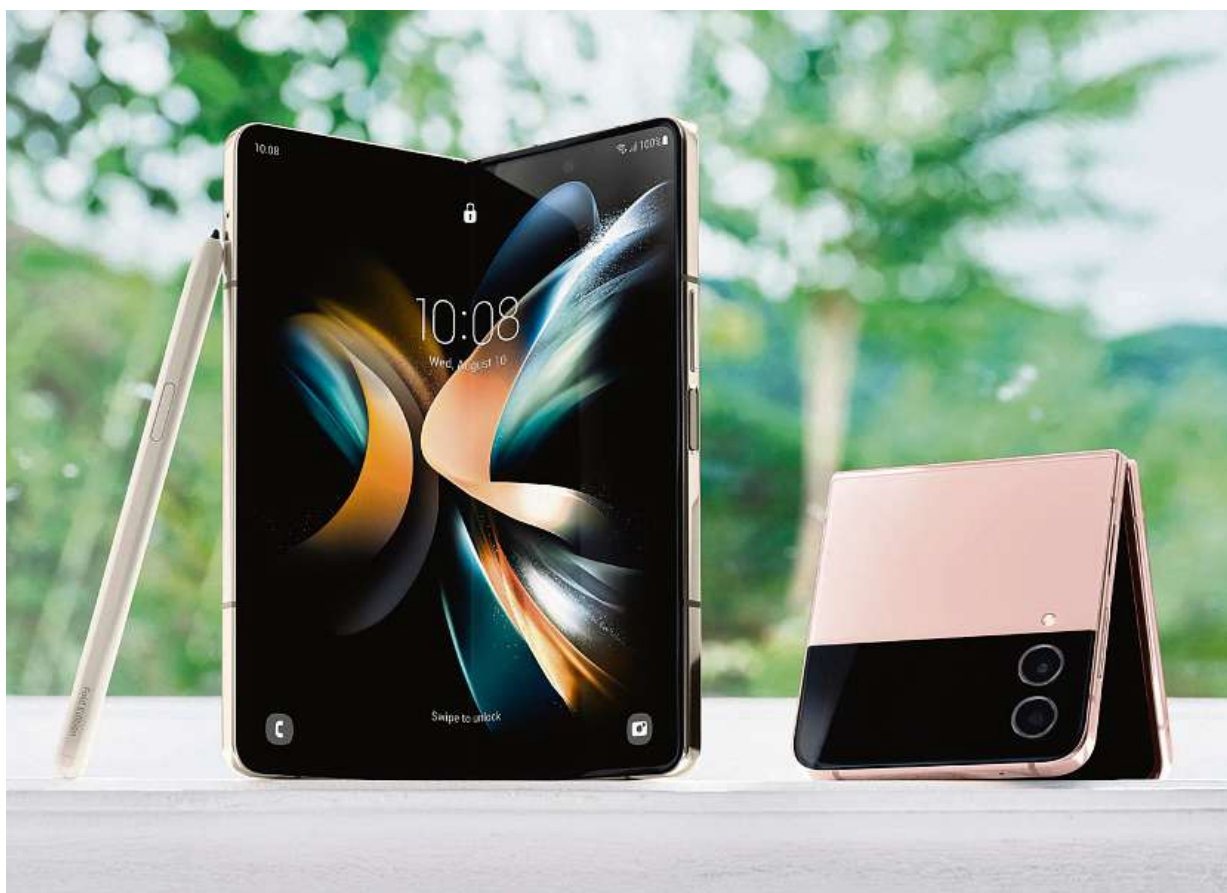
Dvě obrazovky, jeden ohebný displej, 5 objektivů a nekonečno možností. Manažerský Galaxy Z Fold4 působí zdánlivě jako klasický telefon – plnohodnotný 6,2palcový přední displej umožňuje spravovat běžnou agendu, tak jak jste zvyklí.

Stačí ho ale otevřít a je před vámi velkolepý ohebný displej, na kterém pohodlně absolvujete pracovní call, dělejte si u něj poznámky perem S Pen nebo sledujte dění na Twitteru, to vše klidně najednou. Galaxy Z Fold4 má ale oproti svým předchůdcům pracovní prostředí pozvednuté ještě o level výš – díky spolupráci s Microsoftem a Googlem jejich aplikace aktivně využívají a těží z ohebného displeje.

Novinkou je také nástrojová lišta Taskbar, díky které se s jednotlivými okny aplikací pracuje podobně jako v počítači. Třešničkou na novém modelu je vylepšený fotoaparát s 50 megapixely a širokoúhlým objektivem a také procesor Snapdragon® 8+ Gen 1 Mobile Platform, který potěší mimo jiné i hráče mobilních her.

Pro kreativní duše

Druhou novinkou je Samsung Galaxy Z Flip4 5G. Tohle moderní věčko ocení kreativní osobnosti, které chtějí mezi ostatními náležitě vyniknout. Ohebný mechanismus přináší nové možnosti, zejména co se tvorby obsahu týče.



K natáčení a focení nepotřebujete ruce, hodí se tedy pro rodinná selfie nebo videohovory – stačí Z Flip4 částečně složit a tím aktivovat režim FlexCam, díky partnerství se společností Meta nově optimalizovaný pro sociální síť.

Kromě toho Galaxy Z Flip4 vydrží déle než předchozí modely, navíc podporuje mimořádně rychlé dobíje-

ní, takže se z nuly na 50% dostane už za přibližně 30 minut. Také zevnějšek telefonu je elegantnější než dřív – k výrazným designovým prvkům patří menší pant, zarovnané hrany, matné sklo na zadní straně a lesklé kovové rámečky. Unikátnost designu a samotného skládacího form-factoru můžete ještě více umocnit tím, že si vizáž přístroje přizpůsobíte vlastnímu vkusu – pro oba displeje je k dispozici celá řada povedených grafických motivů, fontů či ikon. Na předním displeji lze zobrazit i vlastní obrázky, GIF soubory, a dokonce i video. Oba telefony si dobře rozumí i s dalšími dvěma představenými novinkami – chytrými hodinkami Galaxy Watch5, které se kromě pokročilé analýzy tělesných funkcí soustředí i na bezpečný a zdravý spánek svého nositele, a sluchátky Samsung Galaxy Buds2 Pro, nabízející

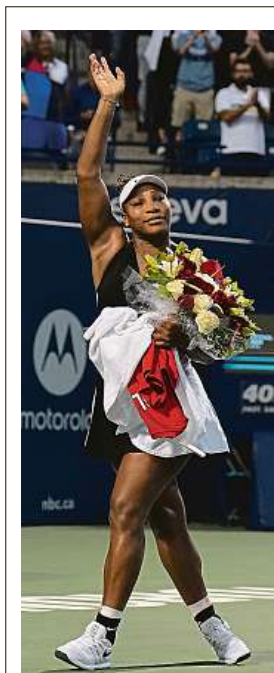


křišťálově čistý 24bitový Hi-Fi zvuk.

Doporučené maloobchodní ceny začínají na 27 499 Kč pro Galaxy Z Flip4 a 44 999 korun pro Galaxy Z Fold4. Můžete však výrazně ušetřit díky bonusu ve výši až 10 000 Kč za výkup svého starého zařízení jakékoliv značky. Nevyplatí se tedy nákupem váhat, Samsung

jako vždy nabízí bonusy k předobjednávce, kromě zmíněného výhodného výkupu také např. nadstandardní pojištění Samsung Care+ na jeden rok. Předobjednat telefony si můžete do 25. 8. 2022 nebo do vyprodání zásob na e-shopu www.samsung.cz nebo ve značkových prodejnách Samsung.





Loučící se

Tenistka Serena Williams se rozloučila s turnajem v Torontu ve 2. kole. Čtyřicetiletá Američanka v prvním duelu po zveřejnění plánů na bližší ze konce kariéry podlehl Belindě Bencicové 2:6, 4:6. AP

Pastrňák či Voráček. Na hvězdy pojdte v létě

Hokejové exhibice se v srpnu prožnou republikou.

Litvínov, Brno, Žďár nad Sázavou, Praha. To jsou města, kde lze v tomto měsíci potkat lahůdkové ledové menu.

První chod proběhl už minulý týden, kdy se při rozlučce Františka Lukeše a Viktora Hübla prohnali po ledě stadionu Ivana Hlinky například Robert Reichel, Martin Ručinský či čerstvý držitel Stanley Cupu Pavel Francouz.

Pokračování se chystá už zítřka v Brně. Kometa připravuje exhibici s příznačným označením „Za deset pět“, v níž proti sobě nastoupí bývalí i současní hráči. Název akce připomíná zisk pěti extraligových medailí za poslední dekádu. Na ledě se objeví dva modrobílé celky, jež od

sebe dělí právě desetiletá mezera. V týmu z roku 2012 uvidí diváci třeba Romana Erata, Karla Vejmelku či Martina Nečase. Na druhé straně budou současné hvězdy Komety Michal Gulaši, Jakub Flek, Jan Ščotka nebo Martin Zafovič.

Označení Hvězdy 2022 nese exhibice ve Žďáru nad Sázavou, která se bude hrát příští pátek 19. srpna. V charitativním utkání se proti sobě postaví týmy Martina Nečase a Jakuba Voráčka. Dorazit mají i Patrik Eliáš, Tomáš Rolinek, Pavel Francouz, Michael Frolík, Filip Hronek a David Pastrňák.

Právě útočník Bostonu bude také o den později v Praze na akci při oslavách dvaceti let klubu HC Letci Letňany. Na ledě Ice Areny si zahrají i Frolík, Voráček, Jan Rutt, Roman Červenka, Jiří Tlustý, Tomáš Vlasák, David Výborný nebo místní odchovanec Jakub Vrána.



Citát

Letňany jsou můj domov. Každé léto se sem rád vracím a chystaná show bude něco mimořádného.

JAKUB VRÁNA, ČESKÝ HOKEJISTA

Chybu vzali s humorem

V sobotu se konala v Litvínově rozlučka s místními legendami Viktorem Hüblem a Františkem Lukešem. Kaňkou byla pravopisná chyba na zlatých helmách pro hráče.

• Ve statistické bilanci bylo napsáno Vítězné góly. Na to upozornili někteří fanoušci. Litvínov se na Twitteru omluvil vtipně větou: Chibička se vloudila! A doplnil, že s textem nemá nic společného.

NHL Global Series

7. a 8.

Připomeňme, že letošní ročník NHL začne 7. a 8. října v Praze duely San Jose Sharks a Nashville Predators. MET

Disciplinárka. Volá si Cedidlu

Disciplinární komise Ligové fotbalové asociace zahájila řízení se zlínským obráncem Martinem Cedidlou kvůli jeho zákroku na brazilského křídla Ewertonu ze Slavie. Dvacetiletý bek „Ševců“ při nedělním utkání druhého kola první ligy dostal pouze žlutou kartu, ale podle komise rozhodčích Fotbalové asociace ČR měl být vyloučen.

Vzhledem k tomu, že Cedidla neobdržel červenou kartu, nemá zastavenou činnost a do vyřešení případu může hrát. Cedidla v 59. minutě utkání v Edenu u postranní čáry ostře „zajel“ do Ewertonu a sudí Dalibor Černý mu udělil pouze žlutou kartu.

Videorozhodčí Vít Ondráš kolegovi nedoporučil přezkoumat faul ze záznamu. Ewerton musel po zákroku střídát kvůli zranění kolenního kloubu a postranního vazů. Zlínský bek se po utkání omluvil. Disciplinární komise mohla navzdory tomu, že Cedidla nedostal červenou kartu, zahájit řízení, neboť došlo ke zranění protihráče.

V jiném případě Odvolací komise Fotbalové asociace ČR zamítla odvolání spartánského útočníka Jana Kuchty proti zastavení činnosti na pět zápasů ze šlápnutí na hlavu brankáři Olivieru Vliegenovi v úvodním kole první ligy proti Liberci. PUR a ČTK

Dvě posily

Viktoria Plzeň získala reprezentačního obránce Václava Jemelku (na snímku) z Olomouce. Sedmadvacetiletý fotbalista s úřadujícími ligovými mistry podepsal smlouvu na tři roky. Oba kluby o Jemelkově přestupu informovaly na svých webech. Olomoucký odchovanec ve 121 ligových utkáních zaznamenal sedm gólů a tři asistence. V předminulé sezoně Jemelka hostoval v belgické Lovani, jinak strávil celou kariéru v Sigma. Za národní mužstvo si dosud připsal pět startů. Do Plzně přichází také slovenský křídla Erik Jirka jako volný hráč po konci ve druholigovém španělském Oviedu. ČTK



Krátce

Riga se vrací domů

Dinamo Riga bude po odchodu z Kontinentální ligy hrát domácí Optibet hokejovou ligu, do níž se zapojí i týmy z Litvy. Mezinárodní soutěž bude mít devět účastníků. Riga stejně jako finský Jokerit Helsinky opustila KHL v reakci na invazi Ruska na Ukrajinu.

Ševc ve 40 skončil

Hokejový obránce Martin Ševc ukončil ve 40 letech kariéru. Účastník MS v roce 2014 v Minsku během ní získal čtyři mistrovské tituly ve Švédsku a v roce 2016 se radoval z triumfu v extralize s Libercem. Poslední tři sezony hrál v Mladé Boleslavi.

Plzeň odkládá ligu

Utání 4. kola první fotbalové ligy mezi Plzní a Brnem bylo odloženo na žádost západočeského klubu, který čeká závěrečné play-off Ligy mistrů s Karabachem. Původně se na stadionu Viktorie mělo hrát v sobotu 20. srpna, nový termín nebyl stanoven.

Křivé svědectví?

Soudkyně z Obvodního soudu pro Prahu 1 Pavla Hájková, která soudila část dotační kauzy kolem bývalého šéfa českého fotbalu Miroslava Peltu, dala státnímu zástupci podnět k zahájení stíhání exministra ně školství Kateřiny Valachové kvůli křivé svědecké

výpovědi. Podle ní Valachová nemluvila pravdu, když u soudu vypovídala o pracovních smluvních vztazích s advokátkou Petrou Novákovou. Informoval o tom server Seznam Zprávy. Kauza sportovních dotací se podle Valachové stala za jejími zády, bez jejího vědomí a vystupuje v ní jako klíčový svědek. ČTK