

PÁTEK 14. KVĚTNA 2021, Č. 92 • WWW.METRO.CZ



# Black Friday



 **alza.cz**

Více na [www.alza.cz/black-friday](http://www.alza.cz/black-friday)



9 771211 781002 2 1 092

# DLUHOPISY E-FINANCE PROPERTY

## DLUHOPISY PRO OBČANY A FIRMY



# 5,6 % ROČNÍ ÚROK

- ✓ Investice od 30 000 Kč

✓ Roční úrok 4,5 % u tříletých a 5,6 % u sedmiletých dluhopisů
- ✓ Možnost předčasného splacení

✓ Upsání a převod bez poplatků

✓ Osobní i elektronická objednávka

Koncern e-Finance, a.s. v současnosti spravuje investice do nemovitostí v hodnotě přesahující 1 miliardu korun. Investiční strategií e-Finance je investovat prostředky získané z dluhopisů do nákupu a výstavby rezidenčních a komerčních nemovitostí v atraktivních lokalitách České republiky. Portfolio investic najdete na [www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu).



Multifunkční budova, Brno



Zámek Račice, přestavba



Obchodní galerie, Jihlava



Bytový dům, Brno-Čhrlice

### INVESTUJEME DO NEMOVITOSTÍ JIŽ 20 LET



**Objednání dluhopisů: [www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu) nebo ☎ +420 515 555 555**

Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na [www.e-finance.cz/dluhopisy-informace](http://www.e-finance.cz/dluhopisy-informace).

Česká národní banka schvaluje prospekt dluhopisového programu pouze z hlediska toho, že splňuje normy týkající se úplnosti, srozumitelnosti a soudržnosti, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Toto schválení by se nemělo chápat jako potvrzení kvality cenných papírů, které jsou předmětem tohoto prospektu. Investoři by měli provést své vlastní posouzení vhodnosti investování do těchto cenných papírů. • Doporučujeme, aby si potenciální investoři přečetli prospekt, než-li učiní investiční rozhodnutí, aby tak plně pochopili potenciální rizika a výnosy spojené s rozhodnutím investovat do cenných papírů.

## ZAŘÍZENÉ BYTY 1+KK a 2+KK V CENTRU BRNA

### K DLOUHODOBÉMU PRONÁJMU OD 10 200 Kč MĚSÍČNĚ



- Výměra 24–45 m<sup>2</sup>, umístění 2.–5. NP
- Kuchyňský kout v každém apartmánu
- Příjemné zázemí a komfortní postele
- Prostorné koupelny v moderním stylu
- K dispozici fitness, wellness, restaurace, venkovní bazén
- Parkování na uzavřeném parkovišti
- Dostupnost do centra pěšky 10 minut, MHD 2 zastávky

Pronájem bytů 1+kk od 10 200 Kč/měsíc  
Pronájem bytů 2+kk od 13 300 Kč/měsíc

Prohlídky možné kdykoli po domluvě

**eFi Hotel**

eFi Palace Hotel, Bratislavská 52, Brno +420 720 220 760, [hanzelkova@efihotel.cz](mailto:hanzelkova@efihotel.cz), [www.efihotel.cz](http://www.efihotel.cz)

# OPĚT VELKÝ KONCERT, ZATÍM JENOM V AUTECH

MIRAI ZAHRAJÍ V OSTRAVĚ, BRNĚ I V PRAŽSKÝCH LETŇANECH STRANA 7

# metro



Pátek, 14. května 2021

Č. 92, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Bonifác

[mojemetro](#) | [denikmetro](#)



# Děti a internet. „Jsi osobnost, já ti věřím“

**Šmírování potomků.** Čtvrtina rodičů ho považuje za zásah do soukromí. **Prohlížeč.** Každý třicátý dospělý neumí najít historii navštívených stránek. **Problém.** O nebezpečných webovkách se rodiny moc nebaví STRANA 5



## Slovenská strela vyrazila po rekonstrukci z Pelhřimova do Kopřivnice

Legendární železniční vůz Slovenská strela se včera po více než dvou letech oprav vrátil do Kopřivnice na Novojičínsku. Zatímco před odjezdem na renovaci stál venku před Technickým muzeem Tatra, kde léta chátral, nyní bude vystaven nedaleko odtud ve speciálně postaveném proskleném deponitáři u nového Muzea nákladních automobilů Tatra. Na opravu v roce 2018 vůz odjel po silnici naložený na speciálním návěsu, dnes do Kopřivnice přijel po vlastní ose po kolejích. V Kopřivnici na vlak čekaly podél trati desítky lidí. Slovenskou strelu Tatra vyrobila v roce 1936. Vlak bude jedním z největších lákadel nového muzea, které by se návštěvníkům mělo otevřít na podzim.

MAFRA



# Vakcíny. Přímo k praktikům

**Od pondělí se mohou k očkování přihlásit lidé 40+.**

Vakcína od firmy Moderna bude počínaje příštím týdnem dodávána přímo do ordinací praktických lékařů. Měl by se tak vyřešit problém s tím, že u praktických lékařů čeká na očkování přes 216 000 lidí, z toho zhruba 23000 seniorů nad 80 let. Po společném jednání s praktiky tento plán představil premiér Andrej Babiš. Dosud praktičtí lékaři dostávali především vakcíny společností AstraZeneca a Johnson & Johnson, kterých ale zatím nebylo dost pro všechny zájemce o očkování v ordinacích.

Praktici by měli v květnu a červnu dostat 454 tisíc dávek Moderny. Každý týden

## V další vlně všichni

Od půlnoci z neděle na pondělí se budou moci k očkování registrovat také lidé ve věkové hranici 40–44 let.

- Poté už by se podle slov předsedy vlády Andreje Babiše měla registrace k očkování rozšířit na všechny zbylé věkové skupiny najednou, tedy pro lidi od 16 do 39 let.

bude podle předsedy Sdružení praktických lékařů Petra Šonky dodáno 70 tisíc dávek, z toho 50 tisíc bude rozvezeno do ordinací praktiků, zbytek bude určen na druhé dávky už dříve očkováných lidí. Vakcíny od AstraZeneca bude podle Šonky v květnu dodáno jen asi tolik, aby to pokrylo požadavky na druhé dávky oč-

kovaní. „Věřím, že to vyřeší problémy očkování u praktických lékařů. Umožní nám to naočkovat pacienty v nejvyšších věkových kategoriích, kteří u nás stále ještě na očkování čekají,“ řekl Šonka.

Vakcínu Moderna si budou praktici objednávat přímo u distributora podobně, jako se to nyní děje s očkovací látkou od firmy Johnson & Johnson. Distributorem obou vakcín je firma Avenir ze skupiny Agel podnikatele Tomáše Chrenka. Dosud se Moderna rozvážela podle požadavků krajských koordinátorů očkování. Změnu zajistí dodatek smlouvy, který ve středu podepsaly s distributorem zdravotní pojišťovny. Podepsání novinářům potvrdil náměstek ředitele Všeobecné zdravotní pojišťovny David Šmehlík. Vakcína od firmy Pfizer/BioNTech bude i nadále rozvážena do očkovacích center. **ČTK**

## Krátce

### Za útok do vězení

Teplický okresní soud rozhodl, že Jiří Demeter a Roman Dunka půjdou za úmyslné ublížení na zdraví ve spolupachatelství a výtržnictví na rok do vězení s ostrahou. Obžalovaní v roce 2018 napadli na koupališti v Dubí mladíka, který se snažil zasáhnout u sporu dvou žen.

Rozsudek není pravomocný, oba se odvolali.

### Kam cestovat?

Ministr zahraničí Jakub Kulháněk se dnes vyjádří k aktualizovaným doporučením pro cestování Čechů do zahraničí. Má také přiblížit debaty na evropské úrovni o budoucnosti cestování. **ČTK**

## Pivo, jídlo a pryč. Žádné vysedávání

Od pondělí se v Česku otevrou zahrádky restaurací. Kromě prokázání se negativním testem vláda také zavedla, že v restauracích na několik dalších týdnů nebude hrát hudba a nebude fungovat wi-fi.

„Muzika a v zásadě i wi-fi jsou na zahrádkách zakázané, protože není cílem, aby se tam zejména mladí lidé potkávali, dali si jedno pivko a seděli tam čtyři hodiny,“ vy-

světlil ráno Karel Havlíček v pořadu Nový den CNN Prima News.

Premiér Andrej Babiš k tomu včera uvedl, že o tom bude vláda ještě jednat. „Dostávám podněty,“ uvedl Babiš a dodal, že nařízení bylo zavedeno v minulosti. Premiér si myslí, že už není potřeba. „Jsou na to různé názory, ještě se k tomu vrátíme,“ konstatoval. Způsob kontroly dokladů hostů nezmínil. **ČTK**

INZERCE

## ZNOVU O RŮSTU VLASŮ

Před nedávnem jsem si přečetl článek, který se zabýval problémem vypadávání vlasů. Byly zde otištěny názory odborníků, kteří velmi zajímavě rozebírali příčiny padání vlasů i možnosti řešení, jak se této nepříjemnosti zbavit. Chtěl bych reagovat na tento článek a připojit svou zkušenost. Někdy v létě minulého roku jsem si na doporučení objednal účinnou vlasovou kosmetiku THERMAL. Tato kúra působila na mou osobu velmi příznivě. Před tím, než jsem ji začal používat, mi strašně padaly vlasy a začaly se mi tvořit čelní kouty. Teď nejen že mi přestaly padat, ale mám pocit, že mi vlasy i zhoustly. Přimlouval bych se, aby jste otiskli článek speciálně o preparátech THERMAL. Já jsem kompletní kúru THERMAL (2x TH krém a 1x TH šampón) pořídil asi za 990,- Kč. U firmy **SENS – 697 01 Kyjov, Komenského 606, tel.: 518 615 091**

**www.thermal-sens.cz**

## Číslo dne

# 1261

Tolik nakažených koronavirem přibylo v Česku ve středu, je to asi o 600 méně než ve stejný den minulého týdne. Počet případů na 100 tisíc obyvatel, pro vládu zásadní ukazatel pro rozvolňování, dál klesá. Ke včerejšku se snížil z 88 na 82, rozdíl mezi kraji jsou ale dál značné.

# 81 833

Tolik lidí bylo ve středu podle údajů webu ministerstva zdravotnictví naočkováno. Je to bezmála o 2500 víc než minulou středu a o zhruba 1500 víc ve srovnání s úterým.



## ČT. Detektivky, pohádky a také dokument

Česká televize (ČT) připravuje nové projekty i pokračování starších. Vrací se například seriál Případy 1. oddělení. Novinkou je pořad Pečení na neděli, jehož průvodkyní bude vítězka první řady soutěže Peče celá země Petra Burianová. Chystá se i pokračování úspěšné pohádky Tajemství staré bambitky a vinou pandemie odsunutý dokument režiséra Jiřího Stracha věnovaný Jiřině Bohdalové. Mnoho připravovaných seriálů má u diváků oblíbené kriminální téma. Patří mezi ně šestidílná minisérie Devadesátky popisující vyšetřování klíčových případů první poloviny devadesátých let nebo třídílná minisérie z kriminálního prostředí hlavního města Prahy Docent, jehož ústřední postavou je docent Stehlík v podání Ivana Trojana (na snímku vlevo). Kriminální zápletku bude mít i televizní série Jana Hřebejka (vpravo nahoře) a Petra Jarchového s pracovním názvem Pozadí události, ve které je vyšetřováním případu pověřena pětaticetiletá kriminalistka, která žije v partnerském vztahu se ženou. V dokumentu René režisérka Helena Třeštíková (vpravo dole) nadále sleduje myšlení a jednání člověka na pokraji společnosti. Film Nahoře i dole, který popisuje osudy letců prchajících v roce 1939 po obsazení Československa z okupované vlasti, aby za ni mohli bojovat v cizině, bude založen čistě na archivních materiálech z britských, českých a dalších zahraničních archivů.

ČESKÁ TELEVIZE, 2x ČTK

## EXKLUZIVNÍ LÉČEBNĚ-REHABILITAČNÍ POBYT

**8 DNÍ = 7 NOCÍ V MARIÁNSKÝCH LÁZNÍCH - HOTEL RICHARD\*\*\*\***

**24. 05. – 31. 10. 2021** pův. 14.550,- Kč = sleva cca. 30 %

**9.990 Kč** osoba ve 2-lůžkovém pokoji / **10.990 Kč** 1-lůžkový pokoj

**SLEVA 30 %**

Ubytování, bohatá polopenze, pol. snack, 1x aperitiv

1x lékařské vyšetření + 12x procedura

Denně volný vstup do bazénu, vířivky a fitness studia

Zaměření i na posílení imunity + na postcovidové stavy

Nabízíme pobyt již od 1 noci od 1.250,- Kč i Wellness pobyt!

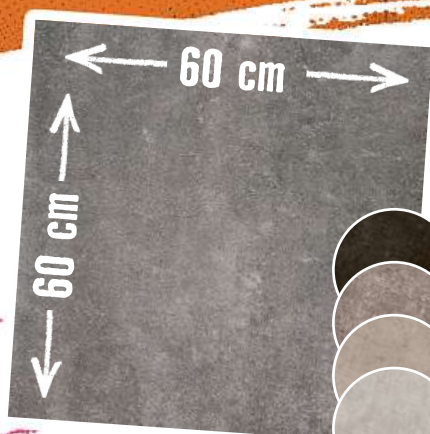
Podmínka příjezdu dle vládního opatření. [www.hotelrichard.com](http://www.hotelrichard.com)



REZERVACE TEL: **737 83 68 68**, EMAIL: [recepc@hotelrichard.com](mailto:recepc@hotelrichard.com)

# NIC NEMUSÍ ZŮSTAT, JAK JE.

## VYTVOŘ SI PROSTOR



**Velkoformátová dlažba**  
- pokládka na terč, do šterku 10247318

např. Urban Grafit

**199.-** ks

při pal.  
odběru  
od 64 ks

**189.-** ks



**Podložka pod dlažbu**  
- nastavitelná  
výška 65–155 mm  
6260951

**159.-**

**Písek zásypový**  
- antracit  
- zrnitost 0–2 mm  
- bal. 25 kg  
6461069

**189.-**



# HORNBAACH

**S námi to zvládnete.**

Platnost od 14. 5. 2021 do vyprodání zásob, nejdéle však do 28. 5. 2021. Změny cen po 28. 5. 2021 možné. Za chyby a omyly v textu, tiskové chyby a za barevné odchylky u zobrazení neručíme. Vyobrazení produktů může být pouze ilustrativní. Všechny ceny včetně DPH.

# Nakrmte lamu. Na exotiku narazíte i kousek za Prahou

**Od příštího týdne se navýší kapacity zooparků.**

Češi se po dlouhé době dočkali o víkendu teplého počasí a vyrazili na výlety. Tisíce lidí se vydaly i do pražské zoo, zde si však musely počkat v dlouhé frontě. Areal směl být zaplněn pouze do dvaceti procent kapacity. Stejně tak bude kvůli epidemickým opatřením omezen vstup ještě i o tomto víkendu. Od pondělí už bude možné zoo naplnit z 50 procent kapacity. Exotické druhy zvířat však můžete pozorovat nejen v Troji. Deník Metro nabízí pár tipů na zooparky a menší zoo, kam z Prahy dojedete do hodiny.

## Zoopark Karlštejn

Do Karlštejna dojedete vlakem z pražského hlavního ná-

draží za 41 minut. V zooparku na břehu Berounky najdete více než 50 druhů exotických zvířat, z toho řadu unikátů – dominantou je však bílý lev. Za malý příplatek dostanete na pokladně misku se zrním a zeleninou a s nimi můžete nakrmit třeba zebra nebo lamu.

## Zoopark Zaježd

Kousek od zříceniny hradu Okoř leží Zoopark Zaježd. Zde žije přes 100 druhů exotických a domácích zvířat. Mezi ty nejoblíbenější patří skupinky lemuru s mláďaty, surikaty či rys ostrovid. Zoo návštěvníkům doporučuje registraci a zakoupení lístků on-line přes webovou stránku zoopark-zajezd.cz.

## Zoopark Zelčín

Minizoo kousek od Mělníka se zaměřuje na chov domácích zvířat, spatříte tu ale také klokana nebo například



Hladová dáma z Karlštejna

METRO

pštrosa. Farma nabízí i různé zážitky. Můžete se například stát na den ošetřovatelem nebo jít na procházku s kozou. V zoo se navíc konají koncerty. V létě tu zahrají například Jelen nebo Pokáč, v září přijede Tomáš Klus.

## Zážitkový zvířecí areál

Malou zoo najdete i v Čelákovících. Kromě poníků a koní tu mají například i velké exotické šelmy. Za poplatek dostanete ke vstupnému i balíček s krmným pro různé druhy zvířat. Tento pátek

a v sobotu se zde koná také Koňská show.

## Zoopark Radonice

Pár minut od Čelákovíc najdete Radonice. Zdejší zoo chová hospodářská i divoce žijící zvířata střední Evropy. Celkem je tu na 90 druhů a plemen zvířat. Vzhledem k aktuálním opatřením vlády je vstup do zooparku možný pouze po předchozím objednání. Více informací najdete na zoopark-radonice.cz.

## Farmapark Soběhrdy

Exotické druhy můžete pozorovat i v rozlehlém areálu v Soběhrdech nedaleko Benešova. Ve farmaparku žijí zvířata z celého světa. Uvidíte, jak se kolem vás prochází velbloudi, klokani, pštrosi, buvoli, lamy nebo například vysokohorské krávy. Se zvířaty budete v přímém kontaktu, můžete si je pohladit nebo za poplatek i nakrmit. **MAREK HÝŘ**

INZERCE

## Začátek zeleného, moderního a chytrého řešení dodávek tepla pro města a obyvatele nejen v Moravskoslezském kraji

**Opakované využívání zdrojů je alfou i omegou cirkulární ekonomiky, jejichž principů využívá i moderní teplárenství. Vedle recyklace skla, papíru a plastů má toto oběhové hospodářství o dost větší potenciál. Jak si z tohoto pohledu tedy vede Česká republika?**

Abychom pochopili plný potenciál cirkulární ekonomiky, je dobré vědět, jaké zdroje lze opětovně využít. Kromě recyklace vody a běžné recyklace odpadů vidíme v České republice opětovné využití zdrojů v řadě průmyslových řešení. V tomto ohledu využívají tuzemské firmy, a to nejen v Moravskoslezském kraji, moderní chytrá řešení v souladu s nejmodernějšími trendy vycházejícími ze strategických dokumentů České republiky a záměrů Evropské unie. Například takové teplárenství prochází velkou transformací. Je nutné investovat nejen do ekologizace a modernizace ale i dekarbonizace a hledají se tak stále nová řešení, jak využívat odpady k výrobě ekologického zeleného tepla. Jaké jsou proto zdroje pro výrobu zeleného tepla a elektřiny blízké budoucnosti?

### Prim hraje hlavně biomasa

Využití biomasy v energetice je v úplné nejjednodušší formě jejího popisu definováno jako využití veškerých zbytků rostlin a dřeva, které se nespoutávají v jejich původním užití. V praxi tedy například mluvíme o zbytcích rostlin ze zemědělské a potravinářské výroby, jako jsou obilné otruby, zbytky z lisování olejnatých semen nebo peletky ze slámy. Největším zdrojem je však štěpka, která vzniká při těžbě dřeva.

„Biomasa na rozdíl od fosilních paliv představuje jednu z nejvíce ekologických možností pro teplárenství. Biomasa je totiž uhlíkově neutrálním zdrojem obnovitelné energie. To znamená, že spálením biomasy se do atmosféry dostane maximálně takové množství CO<sub>2</sub>, jaké z ní bylo získáno během jejího přirozeného růstu,“ vysvětluje obchodní ředitel společnosti Veolia Jakub Tobola a pokračuje: „Přestože štěpka vzniká při zpracování těžného dřeva, jedná se o odpadní dřevní hmotu. Rozhodně to tedy neznamená, že bychom kvůli tomu káceli stromy. My se naopak snažíme těmito našimi kroky zabránit neúplnému využití dostupných zdrojů.“

A která velká města v rámci České republiky patří k těm prvním vytápěným ekologicky? Například Frýdek-Místek! Do tří let totiž bude hlavním palivem ve frýdecko-místecké teplárně právě zmiňovaná biomasa.

„Frýdek-Místek má výhodu, že zhruba polovina tepla pro město se tady vyrábí z biomasy. Odchod od uhlí k čistším palivům tak může být rychlejší než v jiných velkých městech. Nejvhodnější alternativou se jeví právě biomasa doplněná o zemní plyn,“ přidává Jakub Tobola.

### Odpad jako nedocenený zdroj energie

V dnešním světě plném chytrých technologií, které nám umožňují opětovné využití mnoha dostupných zdrojů, lze pouhé skladování odpadů považovat za plýtvání energeticky využitelnou surovinou. Zajímavým zdrojem energie mohou být například tuhá alternativní paliva (TAP), která vznikají výrobou výhřevných, již však dále nerecyklovatelných, především komunálních odpadů. Přestože Češi patří k světově nejpoctivějším „třídícím“ odpadů, záleží také na tom, jak se s nimi posléze naloží. Jak je to tedy u nás?

„Nová odpadová legislativa podporuje odklon odpadů od skládek směrem k využití. Kapacity pro energetické využití zbytkových komunálních odpadů jsou v České republice stále nedostatečné a tvoří je takřka výlučně klasické roštové spalovny. Moderní přístup k energetickému

využití je založen na důsledném vytřídění odpadů a následném spalování výhřevných nerecyklovatelných frakcí, což je zcela v souladu s cíli EU a konceptem oběhového hospodářství,“ popisuje využití tuhých alternativních paliv Jakub Tobola.

### Stojí to miliardy, ale je to potřeba

K velké ekologické modernizaci dochází i v Teplárně Karviná, která se nachází napul cesty mezi Karvinou a Havířovem a je hlavním zdrojem tepla pro obyvatele obou měst. V roce 2019 se karvinská teplárna dočkala nových technologií za více než miliardu korun a modernizace dále pokračuje její plynofikací s dočasným zachováním podílu ekologizované uhelné technologie. Ta se úplně odstavi po dokončení výstavby nového multipalivového kotle v roce 2026. Podobný proces čeká i přerovskou teplárnu, kde plyn, biomasa



a TAP postupně nahradí pro výrobu tepla a elektřiny uhelné kotle. Z toho plyne, že ekologizace tepláren v celém Moravskoslezském kraji probíhá na plné obrátky, a to bez přestávky skoro dvacet let! Jen v teplárnách spadajících v České republice pod Veolii spalují biomasu v celkem osmi zdrojích včetně zmiňovaného Frýdku-Místku. A jen v roce 2020 bylo ve skupině Veolia Energie v České republice využito 182 621 tun biomasy. Díky náhradě uhlí a částicně i zemního plynu se tím podařilo v roce 2020 snížit emise CO<sub>2</sub> o 168 609 tun. A to je teprve začátek. Začátek zeleného, moderního a chytrého řešení dodávek tepla pro města a obyvatele nejen v Moravskoslezském kraji... ■

# Rodiče hlídají internetový život dětí, ale..

**Žák lepší svého učitele.** Moudrost, která silně platí v případě dětí žijících ve virtuálním prostředí.

„Jsi osobnost, věřím ti.“ To je postoj asi čtvrtiny českých rodičů, kteří šmírování potomků na internetu považují za přílišný zásah do soukromí.

## Nemáš počítač, jsi lúzl!

Přesto neberou dospělí pobyt svých dětí na internetových sítích na lehkou váhu. Největší hrozbou je podle nich kyberšikana spojená například se sexuálním nátlakem. Rodiče se také obávají, že internet se pro jejich děti stane návykovým. „Děti vyhledávají pomoc většinou až ve chvíli, kdy se u nich už projeví nějaké následky. Rodiče například přivedou dítě, že se sebepoškozují, a my pak zjistíme, že je to následek kyberšikany,“ dokumentuje situaci Jana Pěchová z Dětského krizového centra.

K častým tématům, proč jsou děti předmětem virtuálního ostouzení, je i skutečnost, že v prvních měsících distanční výuky loni na jaře neměly pro tento druh vyučování počítač. Ekonomická situace jejich rodiny to neumožňovala. To se později podařilo napravit tím, že školy nakupovaly vlastní notebooky a dětem ze sociálně slabších vrstev je zapůjčovaly.

## Kdo se v tom má vyznat?

Současně si ale uvědomují, že jejich kontrola, pokud nejsou zaměstnanci IT firmy, má své limity. „Jen necelá třetina ovládá internet natolik dobře, aby své děti ochránila,“ komentuje Lukáš Pazourek, marketingový ředitel internetového poskytovatele netboxu, zjištění mezi uživate-

li-rodiči. Jedním z nejčastějších způsobů, jak si udělat obrázek o internetovém brouzdání dětí, je zpětná kontrola historie navštívených stránek. Což lze, pokud dítě zjistí, že je zpětně prověřované, upravit. Přibližně každý třicátý rodič navíc netuší, jak si historii pobytu na stránkách v prohlížeči najít.

## Je to stejné tabu jako sex

Bariérou je i skutečnost, že nemalá část rodičů se s dětmi o tom, na co na internetu narazí a jaká jsou nebezpečí, vůbec nebaví. Loňská evropská studie EU Kids v případě českých dětí zjistila, že více než padesát procent dětí nikdy, nebo téměř nikdy nezažilo debatu s rodiči o tom, co na sítích hledají, a hlavně nacházejí.

„České děti stráví na internetu v průměru tři hodiny denně, a to je jenom údaj týkající se prohlížení internetu přes mobilní telefony,“ přibližuje situaci Richard Stonavský, který má v internetu mimo jiné na starosti oblast digitálního rodičovství. Pandemie tato čísla ještě umocnila, protože k běžnému brouzdání po sítích se přidala i výuka přes počítače na dálku. Doba, po níž žijí lidé ve virtuálním světě – nejen dospělí, ale i děti – stoupla loni v Česku asi o třetinu.

## Varovný prst? Opatrně!

Absolutní dohled nad tím, co dítě na internetu zajímá, není podle Jany Pěchové z Dětského krizového centra zcela žádoucí. „Klíčová je otevřenost, a především hned nevynášet soudy, když dítě ukazuje, kam chodí,“ vysvětluje. Určitě nejhorší je internet zakazovat. Nechat dítě u počítače jen po dobu výuky nepovede pouze ke známé chuti na zakázané ovoce. „Digitální svět pomáhá i k lepšímu učení,“ připomíná David Šmahel z výzkumného týmu internetu a společnosti Masarykovy univerzity v Brně. **PAVEL HRABICA**

# NÁPLASTI NA „ODSÁVÁNÍ“ TUKU!

12 tis. Čechů potvrzuje výborné výsledky bez jo-jo efektu



ZHUBNETE 17 KG BEZ ODŘÍKÁNÍ

Urychleně spalují tuk i z nejproblematičtějších tělesných partií. Navracejí ploché břicho a štíhlá stehna, odstraňují dvojitou bradu, povislou kůži na pažích a celulitidu – to vše bez cvičení, diet a odřikání. Účinnost náplastí, které extrémně snižují váhu, potvrzuje už 12 070 lidí, kteří v klidu domova dosáhli **přirozeného efektu liposukce** a během 14 dní se zbavili nadváhy.

Pomáhají zlikvidovat obezitu v oblasti břicha, dvojitou bradu a povislé paže, zestíhlují pas a boky, a navíc mohou snižovat viditelnost celulitidy a rychle zpevnit stehna. Inovativní náplastí jsou nejsilnější přirozený reduktor, který s využitím procesu termogeneze urychluje spalování tukové tkáně až 5násobně, a to ve dne i v noci. Díky tomu může bez vašeho zapojení podporovat proces tvarování postavy a odstraňovat přebytečný tuk z nejproblematičtějších tělesných partií. Odborník vysvětluje:



**1 NÁPLAST ODSAJE AŽ 1,5 KG TUKU!**

Odborník na dietologii

„Převaha těchto náplastí nad dosavadními metodami na hubnutí je dána tím, že sami rozhodujeme, které části postavy chceme zestíhlit. Náplast totiž transportuje aktivní látky přímo do tukových tkání a buněk, umožňuje tak přímou redukci obvodu těla a ztrátu až 3 kg přebytečné tukové tkáně za 7 dní.“

## Zrychlete metabolismus až o 84 %

Síla náplastí na hubnutí spočívá ve čtyřech speciálních vrstvách, které aplikují příslušné množství aktivních látek přímo na místo určení. Náplastí založené na transdermálním systému postupně uvolňuje a rozvádí aktivní látky do nehlubších vrstev kůže 24 hodin denně a díky tomu probíhá proces spalování tukové tkáně automaticky. Je potvrzeno, že tloušťka tukové tkáně v místě přilepení náplastí se snižuje až o 50% už po týdenní kúře.

## Náplasti, které pohlcují tuk

Těmto náplastem odborníci říkají „prostředek na hubnutí budoucnosti“, představuje v současnosti nejrychlejší způsob na transport výtažků na spalování tuku a regulaci chuti k jídlu přímo do tukových buněk. Odhaduje se, že 1 náplast uvolňuje tolik aktivních látek, kolik je potřeba ke



**SHODILA JSEM 13 KG A STÁLE HUBNU!**

„Nevím jak, ale opravdu to FUNGUJE. S obezitou jsem bojovala od 5 let, nepomáhaly diety, pilulky na hubnutí, čaje ani koktejly. Za to náplasti si poradily s mými faldíky za třináct dní! Nalepím si náplast a tuk se doslova rozpouští z hodiny na hodinu. Po 3 týdnech jsem zhubla 13 kg, zbavila jsem se přetékajícího břicha, tlustých stehna a druhé brady – ty náplasti jsou výhra!“

spalení cca 1,5 kg přebytečné tukové tkáně. To znamená, že nalepení náplastí může přinést lepší výsledky, než několik hodin intenzivního fyzického cvičení. Efekty kúry se kumulují každým dnem, proto většina lidí už po 7–14 dnech zaznamenává výrazné splasknutí břicha, likvidaci celulitidy a zestíhlení stehna.

## 5 SUPER VÝSLEDKŮ

- Zhubnout až 3 kg za 7 dní
- Přesně zestíhlit břicho, stehna, paže a pas
- Zredukovat celulitidu a strie
- Zrychlit metabolismus až o 84 %
- Cítit se lépe, lehčeji a zdravěji

## Využijte BEZPLATNOU kúru

Refundačního programu využily už tisíce lidí, kteří se během několika týdnů zbavili mnohaleté obezity, a nemuseli přitom měnit své každodenní návyky, nedrželi žádnou dietu ani necvičili. Když si přilepíte náplast, organismus přejde do stavu „neustálého spalování“ kalorií a vy zcela zapomenete, že právě intenzivně hubnete. Pokud je vám alespoň 21 let a jste českým občanem, můžete žádat o 100% refundaci na tyto náplasti. Neodkládejte to!

**Tvoje jarní proměna začíná TĚD!**  
Zavolej pro 100% slevu od producenta

## Zdarma Produkt

Prvních 100 lidí kteří zavljí do 28.05.2021 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

2 990 Kč

## Zavolejte: 381 601 349

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

### Důvěřuj, kontroluj?

**60**

Přibližně 60 procent dětí se na internetu setkalo s nenávistným obsahem. Polovina komunikuje s neznámými lidmi. Asi padesát procent dostalo zprávu se sexuálním obsahem.

**14**

Kolem čtrnácti procent dětí a dospívajících přiznalo, že jejich rodiče používají software pro blokování a filtrování obsahu pro děti nevhodného.

### Karanténní krátkozrakost

Čas trávený u počítačů nehrází jen zavírováním nebo sledováním škodlivého obsahu. Výrobci a prodejci brýlí si mohou mnout ruce. Děti v distanční výuce a lidé v home office si kazí oči.

- Nejen pohled do zeleného, ale hlavně koukání do dálky a střídání s pohledem nablízko. To se očím, které tráví denně hodiny u monitoru, nedostává.
- Krátkozrakých dětí do 18 let věku je momentálně v Česku kolem dvou a půl milionu.



WIKIPEDIA

## Otec Star Wars slaví

Znáte si-fi film THX 1138 z roku 1971? Že ne? Pak vězte, že jste neviděli kritiky nejocetovanější snímek George Lucase, tvůrce Star Wars, Hvězdných válek. Režisér, jehož Epizoda IV z roku 1977 posbírala sedm Oscarů, se ukázal i jako geniální marketér. Jeho obrovský majetek plyne především z toho, že vsadil na merchandising Hvězdných válek neboli prodej reklamních předmětů spojených s hvězdnou seríí. Ta se dočkala celkem šesti epizod, na nichž se podílel Lucas. Rodák z kalifornského Modesta, jenž dnes slaví 77. narozeniny, je dvakrát ženatý a má dvě dcery, Katie a Amandu. HAL

# Židovskou zemi stráží pozoruhodná kopule

**Izrael se už deset let chrání proti střelám z Palestiny protiraketovou obranou Iron Dome. Technologie zachránila tisíce životů.**

Když začne kvílet siréna na jihu Izraele, mají obyvatelé necelou minutu na to, aby se dostali do krytu. Děti ve školách se ani nesnaží do krytu utíkat. Vědí, že by to stejně nestihly. Jen se schovají pod lavici.

Oblohu nad ostřelovanými městy denně protnou i čtyři bílé sloupce kouře. V tomto týdnu je to mnohem víc. Palestinská hnutí Hamas a Islámský džihád od pondělního večera na Izrael vypálily již více než 1500 raket, uvedla včera mluvčí izraelské armády. Dalších 350 raket se nepodařilo odpálit a stovky jich zneškodnil obranný systém Iron Dome, Železná kopule.

„Izraelští vojáci odpalují rakety systému Iron Dome z plošin za městem. Jejich



Krátko po vyslání rakety

kouřové stopy jsou klikaté, jak rakety divoce manévrují, aby zasáhly své cíle,“ přibližuje denní chléb Izraele expert Radek Panchartek. „Střely Iron Dome jsou odpalované téměř svisle a naváděné do vypočítaného bodu střetu. Parametry dráhy letu střely se průběžně korigují a opravy se předávají střele pomocí datalinku,“ pokračuje Panchartek. „Navedení v konečné fázi je radiolokační. Pro zajištění dostatečně vysoké pravděpodobnosti zničení cíle se



Protiraketový systém Iron Dome v akci

2x AP

standardně odpalují řízené střely po dvojicích,“ doplňuje expert.

Eskalace bojů mezi Palestinci z Pásmu Gazy a Izraelem přináší civilistům na obou stranách konfliktu bezesné noci. O život od pondělí přišlo přes 70 lidí a stovky utrpěly zranění.

Mezi mrtvými je podle izraelských sil 16 členů palestinského extremistického hnutí Hamasu včetně jednoho vysoce postaveného velitele. HAL a IDNES.cz

### Již 73 nezávislých let

Dne 14. května 1948 Izrael vyhlásil nezávislost.

- Během následujících 24 hodin armády Egypta, Jordánska či Iráku zemi napadly, Izrael se ubránil.

- V té době v židovské zemi žilo 1,2 milionu Arabů a 650 tisíc Židů. Nyní tvoří Židé 75 procent populace.

INZERCE

**PRÁVĚ VYCHÁZÍ**

**MARTHA ELEFTERIADU**

„Propojovat českou a řeckou kulturu beru jako svoje poslání.“

**TÝDENÍK 5 PLUS 2**  
každý pátek ZDARMA

### Krátko

## Čarovné školství

Ve Francii se už několik let nabízí možnost stát se vysokoškolsky vzdělaným kouzelníkem a získat univerzitní titul v oboru magie. Nyní pařížská škola Double Fond přijímá ke studiu i cizince. Školné za dvouletý kurz činí v přepočtu 460 tisíc korun.

## Cesta na západ je o něco volnější

Cesty za nákupy či tankování mezi Němcem a Českem jsou v zásadě opět možné, povoluje je nové celoněmecké vstupní nařízení, které včera vstoupilo v platnost. Problématické pro cestující z ČR zůstává Sasko, které přeshraniční nákupy či volnočasové výlety regionální karanténní vyhláškou výslovně zakazuje. ČTK



SOTHEBYS

## České umění mezi velikány

Abstraktní obraz Diagonální plány českého malíře Františka Kupky se v aukční síni Sotheby's v New Yorku prodal za 2,4 milionu dolarů, v přepočtu 50,6 milionu korun. Ve stejné aukci jako Kupkovo plátno z roku 1924 se včera dražily také obrazy od Pabla Picassa, Paula Cézanna, Clauda Moneta nebo Marka Chagalla. ČTK



## Fík oslavuje

Maxipes Fík, oblíbená postava českých večerníčků, se poprvé objevil na televizních obrazovkách přesně před 45 lety. Veselé příběhy mluvícího, chundelatého a přerostlého psa Fíka a jeho přítelkyně Áji si získaly oblibu u dětských, i dospělých diváků. Při tvorbě seriálu se sešla hvězdná sestava umělců. Autorem Fíka byl spisovatel Rudolf Čechura, jeho podobu vytvořil výtvarník Jiří Šalamoun, postavy namluvil Josef Dvořák, hudbu složil Petr Skoumal a režie se ujal Václav Bedřich. **ČT**



# Mirai i Pokáč míří na hory

**Populární kapela z Frýdku-Místku bude hrát i větší koncerty pro auta.**

Živá vystoupení pro publikum přímo na místě se pomalu vracejí.

Kapela Mirai se po roce vrací i na „místo činu“, do areálu Dolních Vítkovic v Ostravě. Zahraje zde 4. června pro lidi v autech. O pět dní později zamíří do pražských Letňan a miniturné zakončí 12. června na stadionu Za Lužánkami v Brně. Pro návštěvníky kapela připravuje živou show, vylepšenou stage s LED obrazovkami a předpremiéru pilotního singlu a videoklipu z nové desky, která vyjde na podzim. Loňská atmosféra byla nepřenositelná a Mirai slibují, že to letos bude ještě lepší, a hlavně naposledy, kdy auto-

koncerty spolu s diváky zažijí. Kapacita je omezená.

„Formát je skvělý a v rámci všech současných omezení geniální, jak si zahrát naživo. Věříme, že v červenci se už uvidíme, jak jsme byli zvyklí. I proto chceme koncerty pro auta ještě jednou prožít. Přijďte, tahle rozlučka v autech se už opakovat nebude,“ zve za kapelu její frontman Mirai Navrátil.

Na další měsíce má skupina nachystané další nevšední turné. Během letních prázdnin totiž bude probíhat v celkem pěti turisticky vyhledávaných horských střediscích první ročník hudebního festivalu s názvem Hudba na horách. V podvečerních hodinách se mohou všichni příznivci české hudební scény a živého koncertování těšit na vystoupení právě Mirai nebo písničkáře Pokáče. Začátek akce bude vždy v 18 hodin. Více na [xticket.cz](http://xticket.cz). **PUR**

### Krátce

#### Alba Bra3 a Srdce

Kapela O5 a Radeček odstartovala nový rok charitativním projektem Bra3 v čele se stejnojmenným singlem. Písnička vznikla jako pocta sourozenectví, přátelství a kolegiálnosti. Nyní kapela vydává album Bra3, které obsahuje pět písní a hostuje na

něm například trumpetista Laco Déczi. Celý projekt vyvrcholí největším turné kapely, které proběhne v pěti krajských městech během června. Nové album vydává také slovenská kapela IMT Smile. Deska nese název Srdce Rozum Boulevard a vyšla včera. K singlu Miesto přichází i videoklip.

#### Cirk-Uff bude

Jedenáctý ročník festivalu nového cirkusu Cirk-Uff letos v Trutnově proběhne. V termínu festivalu, tedy od 2. do 6. června, již kulturní akce zřejmě budou moci probíhat venku a s omezeními i vevnitř. Festival chystá přes dvacet představení. **MET**

INZERCE

## OCULUS QUEST 2

II Brýle pro virtuální realitu

II Rozlišení 1832x1920 px na oko

II Obnovovací frekvence 90Hz



od 11.490,-

## Vzhůru do úplně jiné reality



Tak klikni hned na [Mironet.cz](http://Mironet.cz)

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

## KOSMAS

TIP NA DOBRÉ  
ČTENÍ555  
VÝLETY S GASTROMAPOU  
LUKÁŠE HEJLIKA

Autor v knize vyráží na 100 nádherných míst po celé České republice a mapuje v jejich okolí dostupné podniky, kam můžete zajít na fajn jídlo, kafe, sladké, pivo nebo třeba večerní drink. A co všechno kromě 555 gastrotipů pro vás Lukáš vysype ze svého cestovatelského báglu? Každý výlet popíše a vždy ho doprovodí fotografií od respektovaných českých fotografů a cestovatelů. Partner Kudyznudy.cz přihodí

další možnosti, kam se v dané lokalitě podívat. Pomocí QR kódů Mapy.cz si budete moct stáhnout celý výlet i Lukášovy tipy do navigace. A mimochodem, každý z výletů bude mít v knize napáranou skladbu, kterou lze načíst v aplikaci Spotify. A co je hlavní? I s novou knihou můžete vyrazit sbírat razítka ze svých návštěv, však všechny ty skvělé podniky se na vás už netrpělivě těší!

[www.kosmas.cz](http://www.kosmas.cz)

## Krátké

Animáky soutěží  
o britskou cenu

Tři filmy studentek FAMU postoupily do užšího výběru v rámci ocenění udílených British Academy Film Award. O cenu za nejlepší animaci budou

bojovat film o zrádné touze tančit Rudé boty Anny Podskalské, bizarní příběh o parazitovi v psí mršině Jsme si o smrt blíží Bary Anny Stejskalové a dokumentární snímek o životě s poruchou příjmu potravy Vevnitř Viktorie Štěpánové. **ČTK**

Téma. Diagnóza:  
post-covid syndrom

Prodělali jste covid-19, ale stále vám není dobře? Pak pravděpodobně bojujete s jeho následky. Pandemie koronaviru totiž stvořila úplně novou kategorii nemocných – takzvaných postcovidových. Týdny i měsíce po prodělané infekci si stěžují na únavu, dušnost, potíže s čichem, nespavost, deprese, úzkosti nebo padání vlasů. Potýká se s nimi až deset procent nemocných, bez ohledu na to, jak těžký průběh infekce covid-19 prodělali. „Virus dokáže nějak obalmutit tělo, takže člověk necítí, že má nedostatek kyslíku,“ říká doc. MUDr. Vladimír Koblíček, přednosta Plicní kliniky fakultní nemocnice Hradec Králové. „Naše sta-



tistiky ukazují, že nějaké obtíže pro prodělané infekci má 30 až 40 procent lidí,“ dodává. Proč ženy vnímají dušnost dříve než muži? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

Bylo to na penaltu?  
Hlasujte v anketě

Fotbaloví nadšenci, pozor! Máme pro vás tip na zajímavý instagramový účet. Na první pohled se zdá, že je Svět rozhodčích určen hlavně zájemcům o pískání. Zábavu a poučení v něm najdou ale i hráči nebo třeba i fanoušci kopané. Založil ho mladý rozhodčí Martin. „Roky jsem hrával fotbal a v dorosteneckém věku jsem si přivodil zranění kolene. To mě na nějaký čas omezilo, celkově jsem se necítil zdravotně nejlépe, nechtěl jsem se však fotbalu úplně vzdát. V té době dělal rozhodčího můj bratr a mě to zaujalo natolik, že jsem to také zkusil. Po nějaké době jsem se tomu začal věnovat naplno a vůbec tohoto nelituji,“ říká mladý rozhodčí, který spadá pod Řídicí komisi pro Moravu.

## Než probereme Instagram – povězte mi, jak se vyrovnáváte s kritikou. Soudí jsou často pod palbou nadávek.

Kritika je samozřejmě součástí role rozhodčího a nelze se jí vyhnout. Během utkání dělá rozhodčí mnoho „kritických“ rozhodnutí, při nichž se setká s vlnou nevole, jakkoli mohl situaci vyřešit správně. O to více však člověk oceňuje, pokud jej po zápase někdo pochválí, například ze strany družstva, které prohrálo. I takové zážitky se dějí.

## Jaké pozitivní stránky má role rozhodčího?

Ačkoli to není „koníček“ pro každého, mohu říci, že mi to přineslo spoustu zážitků a nedocenitelných zkušeností. Schopnost jednat v krizových momentech, zachovat klid, dívat se na věci s odstupem a nestranně, správně argumentovat a vysvětlit svá rozhodnutí.

## Vysvětlovat rozhodnutí svých kolegů se snažíte i na Instagramu. To je i důvod, proč jste účet Svět rozhodčích založili?

Přišlo mi, že spousta negativních reakcí z řad fanoušků pramení často z nepochopení či nízké informovanosti ohledně pravidel. Jelikož se pravidla neustále vyvíjí, není výjimkou, že si jejich výkladem často nejspíše jisti ani samotní hráči či trenéři. Nezdá se to týká i komentátorů či bývalých hráčů a funkcionářů v nejrůznějších pořadech, kteří svým pohledem ovlivňují názor široké veřejnosti. Bo-

## MŮJ NÁZOR VČETNĚ VYJÁDRĚNÍ UEFA



## Ukázka příspěvků z účtu Svět rozhodčích

ARCHIV

## KVÍZ

Opakování je matka moudrosti.  
ZVLÁDNĚŠ CELÝ KVÍZ BEZ CHYBY?

Výsledky pro uživatele 10. 5. 2021



## MŮJ NÁZOR VČETNĚ VYJÁDRĚNÍ UEFA



hužel ne vždy jsou situace správně interpretovány, což nepřispívá k již tak pohnutému mínění o celém fotbalovém prostředí. Spousta situací je pro klasického diváka složitá na vyhodnocení. A nejen pro laika, i rozhodčí si často klade spoustu otázek. Měla přijít červená karta? Proč přišla? Neměl zasáhnout VAR? Ve fotbale, na rozdíl od hokeje, není zveřejňována komunikace mezi soudci, snažím se proto na svém profilu nabídnout náhled do uvažování rozhodčích a hodnocení situací nikoli pouhým selským rozumem, ale na základě pravidel fotbalu.

## Co tedy lidé na vašem účtu najdou?

Hlavními příspěvky na stránce jsou výukové klipy UEFA. Jsou to nejčastěji situace z minulého ročníku evropských soutěží, ve kterých UEFA prezentuje své stanovisko a předkládá je jako „správné/ideální řešení“. Příspěvky vznikají tak, že po zhlédnutí mnoha fotbalových momentů vyberu zajímavou situaci a sestříhám krátký klip. Ten mají sledující možnost posoudit hned ráno ve „stories“ a zúčastnit se ankety, ve které hlasují pro správné řešení. Večer vydám k posuzovanému klipu stanovisko UEFA a doplním je o svůj pohled na danou situaci, vše pečlivě zdůvodním a vysvětlím. Dalšími pravidelnými příspěvky jsou „fakta“. Jedná se o různé zajímavosti, které nemusí být veřejnosti tolik známy. Často jsou to věci z pravidel fotbalu, disciplinárních a soutěž-

ních řádů, někdy zajímavosti z hrací plochy. Příklad: hráč si nemůže bezprostředně z volného kopu vstřílet vlastní branku.

## Rozhodčích je všeobecně málo, myslíte, že může váš Instagram sloužit třeba i jako nábor?

Tohle je velký problém, který se dlouhodobě nedaří řešit. Určitě je snaha dělat náborové akce, neumím však posoudit, do jaké míry jsou úspěšné. Snad tomu, alespoň částečně, napomůže i moje stránka. Už mi psalo několik lidí, kteří měli zájem přihlásit se do našich řad.

## A další zpětná vazba? Co na vaši aktivitu na sociálních sítích říkájí kolegové?

Musím zaklepat, protože zpětná vazba je ze všech stran veskrze pozitivní. Jak od laické veřejnosti, která se s něm podobným dosud nešetkala, tak od rozhodčích. Často mi píšou, že jim situace či kvízy z profilu pomohly u testů, které musí každý rozhodčí pravidelně podstupovat. Těch situací je na profilu každý týden kolem dvacet, což jim přináší rozhled. Věřím, že nás to všechny posouvá dál a že to hlavně zúčastněným na hřišti! Obecně o tom asi moc lidí z „vyšších“ fotbalových míst není, zatím jsem to s nimi nekomunikoval. Psali mi však dva zástupci nejmenovaných okresních svazů, že doporučili svým rozhodčím mou stránku sledovat. Z toho jsem měl velkou radost. **MAREK HÝŘ**

# Nejkrásnější ženy

**Finále Miss České republiky proběhne již zítra navečer.**

což je světový unikát. Volbou soutěže zároveň startují castingy pro ročník 2021, který proběhne již toto léto.

Finále soutěže bude možné sledovat od 18.30 na webu

tn.cz a vyhlášení vítězek proběhne v 19.45 ve speciálu nejsledovanější zpravodajské televizní relace, v Televizních novinách na TV Nova. **MET**



Původní dvanáctka finalistek

3x MISS ČR

INZERCE

Několikrát odložené finále Miss České republiky odstartuje rozvolňování, ve které doufali organizátoři jiných kulturních událostí.

Z původní dvanáctky finalistek byla v únoru zvolena osmička superfinaletek. Ty se v zítřejším odloženém finále utkají o titul Miss České republiky 2020, tradiční národní soutěže krásy, která se koná již více než 30 let, od roku 1989.



První čtyři superfinaletky

Po letech úpadku soutěží krásy se novým organizátorem podařilo získat této soutěži zpět velkou prestiž a soutěžní show se vrátila na televizi Nova.

Od původní koncepce soutěže, kdy vše směřovalo k hlavnímu galavečeru, má soutěž nový formát v podobě série kulturních akcí. Soutěž se také daleko více zaměřila na charitativní témata, úzce se propojila s projektem Počítače dětem a získává techniku pro děti ze sociálně slabších rodin, aby mohly studovat.

Novinkou tohoto roku je volba titulu Miss České republiky Naděje, kterou získá ta dívka, jež největší měrou pomohla potřebným. Tuto cenu uděluje Fond dětí Organizace spojených národů UNICEF,



Druhé čtyři superfinaletky



## UŠETŘÍTE VÍC A ZA ZDRAVÉ JÍDLO NEJVÍC

**SBÍREJTE KREDITY A VYMĚŇTE JE ZA SLEUV NA COKOLIV**



**3**

**1**

**5**



**49,90 -30%**  
**34,90**

**5** + NAVÍC  
KREDITŮ

**Losos – filet s kůží**

- chlazený • balený
- cena za 100 g
- v nabídce také Losos – filet s kůží volný, 100 g za 34,90 Kč, pouze prodejny s obsluhovaným úsekem čerstvých ryb



**99,90 -25%**  
**74,90**

**5** + NAVÍC  
KREDITŮ

**Albert Pološtiepok na gril**

- 290 g
- 100 g = 25,83 Kč
- vybrané druhy

**2** + NAVÍC  
KREDITŮ

**29,90 -40%**  
**17,90**

**Rajčata červená oválná**

- 250 g
- 100 g = 7,16 Kč

**STAHUJTE ZDE:**







**NOVÝ VĚRNOSTNÍ PROGRAM**

Akce platí v prodejnách Albert od 12. 5. do 18. 5. 2021 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

# Nahlédli jsme pod ruce našim kolegům. V tiskárně je fofr

**Metro je zelené!**  
Barvy i metoda tisku šetří životní prostředí.

Cvrkot obří mašiny, pás papíru ubíhající okem nepozorovatelnou rychlostí a pánové v montérkách, kteří pobíhají od stroje k počítači. Jsme v Tiskárnách MafraPrint, kde právě vzniká deník Metro. Kolegové z redakce před chvílí uzavřeli regionální vydání a tady se právě roztočil kotoučový tiskový stroj. Nejprve bylo potřeba protáhnout pás papíru celým tiskovým strojem a pak už to svištělo. A pořádně rychle.

„Co se týká pražského vydání deníku Metro, stroj vytiskne za hodinu průměrně 60 tisíc výtisků,“ říká vedoucí výroby Patrik Matějka. Zrovna když nám ukazuje technologii stroje, proběhne kolem nás jeho kolega, popadne z pásu dva výtisky, běží ke stolu a zde pod lupou zkontroluje pasovací značku. To jsou ty malé křížky na okrajích stránek. Pro tiskaře je důležité mít na okrajích papíru zachytitelné body. „Všechny barvové výtažky musí být vůči sobě správně zarovnané,“ vysvětluje Patrik Matějka. Mimochodem, tento srdeček pracuje v tiskárně už 20 let.

Při pohledu na stroj a tuny papíru nás napadají i otázky ohledně ekologie výroby. Na ty nám pro změnu odpoví výrobní ředitel tiskáren Martin Staněk. „Metro se tiskne nepřímou metodou, kdy nejprve dochází k přenosu barvy z tiskové formy na přenosový válec, teprve z něj následně na potiskovaný materiál. Do kotoučových strojů je potisko-



Deník Metro se tiskne na stroji od německé firmy Koenig & Bauer. Ta byla založena už v roce 1817.

5x METRO

vaný materiál transportován v rolích, z nichž se v průběhu tisku odvíjí. S ohledem na používanou barvu, respektive způsob jejího zasychání na materiálu, hovoříme o takzvaném coldsetu,“ vysvětluje výrobní ředitel a dodává: „Metoda je šetrnější oproti jiným právě způsobem zasychání barev, respektive jejich složením. Neobsahují téměř žádné VOC (těžké organické látky – pozn. redakce). Rozpouštědlo z barvy migruje do potiskovaného substrátu a zároveň se částečně odpařuje při pokojové teplotě. Není třeba spotřebovávat další energii na sušení a zároveň nevznikají žádné škodlivé výpary ani látky znečišťující životní prostředí.“

Samotnou kapitolou je i recyklovatelnost papíru. Ten lze využít na množství produktů, jako jsou například plata na vejce, izolace či lepenky. „Samozřejmě jde recyklát využít také na opětovnou výrobu papíru. Papír vzniklý z recyklátu Metra lze tedy opět potisknout. Běžně používané papíry v našich tiskárnách mají poměr recyklátu 70 až 100 procent. V průměru lze vlákna papíru recyklovat zhruba sedmkrát,“ popisuje Staněk.

Mimochodem, noviny vydavatelství MAFRA, tedy i deník Metro, jsou již držiteli nejkomplexnější ekoznačky určené výrobkům – EU Ecolabel (viz box). **MAREK HÝŘ**

## Šetrné noviny

Noviny vydavatelství MAFRA mohou využívat známku European Ecolabel.

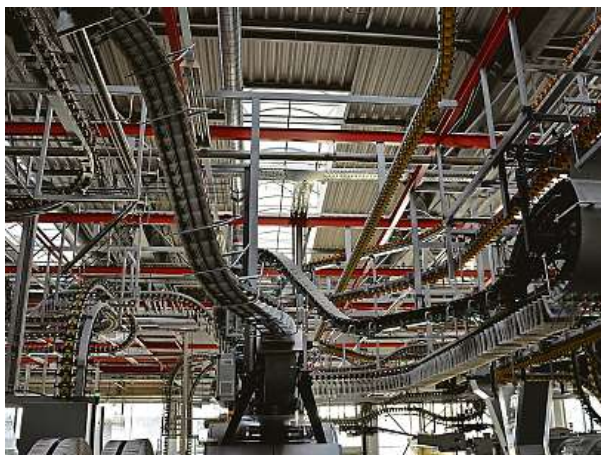
- Toto označení vzniklo v roce 1992, aby motivovalo výrobce a obchodníky nabízet výrobky a služby, které jsou **šetrnější k životnímu prostředí**. Kritéria standardu nejsou založena na jednom faktoru, ale na studích, které analyzují vliv výrobku na prostředí během celého jeho životního cyklu – od získávání suroviny v předvýrobní fázi, během výroby až po distribuci a jeho likvidaci.

Video najdete na

[WWW.METRO.CZ](http://WWW.METRO.CZ)



Role připravené k tisku



Klubko hádů? Ne! To dopravní řetěz nese Metro k expedici.



Nepotisknuté role papíru

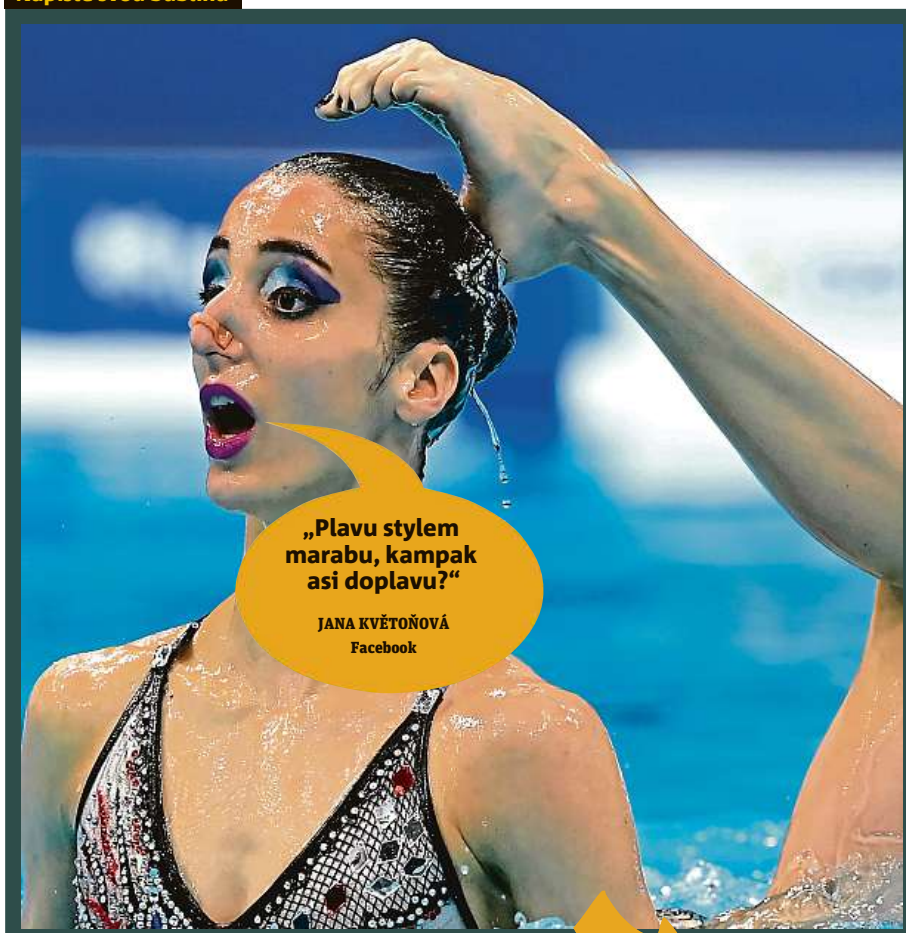


Tiskař kontroluje pasovací křížek.

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



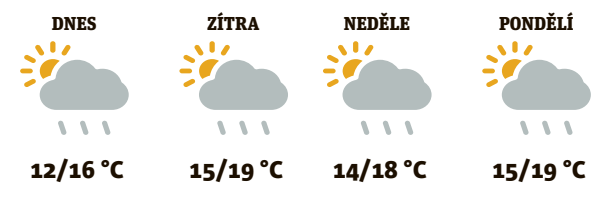
**Luštěnka**

Doplňte do obrazce všechna slova.

- 3 – ÁJA, ASI, DÁN, KRK, UCHO, VŠE
- 4 – BÝCI, DŽÍP, CHŘUP, LINO, PĚNA, SPÁD, UČEŇ
- 5 – ADATO, APAČI, EBOLA, FRÁŇA, PIFKA, ROLKA, SNACHA

V	Ý	U	K	A				
L								
U								
M								
P								

**Počasí**



Teplotní rekordy: ↓ 2,4 °C (1935) ↑ 32,5 °C (1969) Bio: ❤️❤️❤️



**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.35 Polopatě</p> <p>17.30 AZ-kviz</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 Četníci z Luhačovic (6/12) Staré dluhy. Seriál (ČR, 2017)</p> <p>21.35 Všechnopárty</p> <p>22.30 Profesionálové Kde končí džungle. Krimiseriál (VB, 1977)</p> <p>23.25 Kriminální</p> <p>00.25 AZ-kviz</p> <p>00.50 Toulavá kamera</p> <p>01.20 Objektív</p> <p>01.50 Banánové rybičky</p> <p>02.30 Dobré ráno</p> <p>05.00 Hobby naší doby</p>	<p>16.20 Nejúžasnější díla přírody</p> <p>17.15 Štíty království českého (2/10)</p> <p>17.45 Serengeti (2/6)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Svědkové času II (1/3)</p> <p>19.20 Příběhy domů</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Zázračná planeta: Dokonalá planeta (5/5)</p> <p>21.00 Bílá princezna (8/8)</p> <p>22.00 Bodyguard (3, 4/6)</p> <p>00.00 MI-5. Vyšší dobro</p> <p>01.40 Letectví stíhači v boji</p> <p>02.25 Uchem jehly</p> <p>02.50 Před půlnocí</p> <p>03.20 Legendy kriminalistiky</p>	<p>15.55 Dr. House VI (1)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Co na to Češi</p> <p>18.30 Ulice (4055)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Inferno Akční dobrodružný film (USA, 2016)</p> <p>22.35 Pád Londýna Akční film (VB/Bulh./USA, 2016)</p> <p>00.25 Dr. House V (24)</p> <p>01.20 Dr. House VI (1)</p> <p>02.00 Castle na zabítí VIII (17)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (946)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>15.55 Policie v akci</p> <p>16.55 Krimí zprávy</p> <p>17.15 LIKE HOUSE</p> <p>17.50 Prostřeno!</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>22.00 Parta híc Filmová komedie (ČR, 1976)</p> <p>00.05 LIKE HOUSE</p> <p>00.40 Policie v akci</p> <p>01.35 Námořní vyšetřovací služba XIII (20) Saráda. Krimiseriál (USA, 2015)</p> <p>02.30 Policie Hamburk II (9) Luckyho labutí píseň. Krimiseriál (N, 2007)</p> <p>03.25 Policie Hamburk II (10)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>12.00 Óčko Chart</p> <p>14.00 Óčko hity</p> <p>14.30 KOTÁK KUČTÍK</p> <p>14.35 Óčko hity</p> <p>15.00 Face off</p> <p>16.05 Óčko hity</p> <p>16.30 ÓČKO E-SPORT</p> <p>16.40 Óčko hity</p> <p>17.00 Novinky</p> <p>18.00 Top 5</p> <p>18.30 Óčko hity</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ &amp; SK</p> <p>22.00 Party ride</p> <p>1.00 Óčko flirt</p>





## Pro lepší životní prostředí každý dělá, co může

Gabriela Žitníková oživila chov valašských ovcí a stará se o ně tradičním způsobem. Jsme hrdí, že jsme ji v jejím úsilí mohli finančně podpořit.

My ve Veolii zlepšujeme životní prostředí ekologizací teplárenských provozů. Neustále snižujeme emise a do roku 2030 odstoupíme od uhlí.

**SPOLECNE2030.CZ**



# Sparta a Jablonec. Tuhý boj o stříbro

**Ve 32. kole fotbalové ligy se už může rozhodnout i o sestupujících.**

Do konce soutěže chybí tři kola a přiostruje se boj o druhé místo. To totiž zajišťuje účast ve 2. předkole Ligy mistrů. Sparta se po středečním vítězství v dohrávce nad Plzní (3:1) dotáhla v tabulce bodově na Jablonec.

Pražský tým nastoupí v neděli v Mladé Boleslavi a Letenští chtějí opět uspět. „Musíme v posledních třech kolech uhrát víc bodů než Jablonec, to je naším úkolem. Všichni v klubu si to přejí. Naším cílem je kvalifikace o Ligu mistrů. To je mimořádná soutěž a já bych byl hrozně rád, abych ji tady na podzim zažil,“ řekl pro klubový web trenér Sparty Pavel Vrba.

Jablonec nastoupí v Příbrami, která ještě bojuje o záchranu. Na nesestupové místo ztrácí pět bodů, doma se jí ale nedaří. Jablonec tak cítí šanci. „Samozřejmě tabulku vidíme, ale jsou před námi tři zápasy. My musíme koukat hlavně na sebe, abychom udělali co nejvíce bodů,“ uvedl na stránkách klubu kouč Severočechů Petr Rada.

Aktuální 32. kolo rozehraji už dnes večer od 20 hodin Liberec s Brnem. Zatímco domácí bojují o účast v evropských pohárech, Zbrojovka se pokusí oživit naději na záchranu. Pokud by na severu Čech nezvítězila, stala by se v případě nedělní výhry Teplic nad Českými Budějovicemi už jistým sestupujícím. Liberec z posledních dvou kol získal jediný bod, ale vzhledem ke klopýtání Plzně má stále naději na páté místo, které by mohlo znamenat účast v evropských pohárech.

## Rozpis 32. kola

Dnes se od 20 hodin střetnou v předehrávce Liberec a Brno.

- **Sobota:** Opava–Olomouc, Příbram–Jablonec, Ostrava–Zlín, Slovácko–Bohemians Praha 1905
- **Neděle:** Teplice–České Budějovice, Pardubice–Plzeň, Mladá Boleslav–Sparta, Slavia–Karviná

Zbrojovka má opačné starosti. Pět kol za sebou nevyhrála a stále ztrácí čtyři body na první nesestupovou pozici, kterou drží Teplice. „Víme, o co hrajeme. Dokud máme být jen minimální šanci na záchranu, budeme o ni bojovat a rozhodně ji nechceme zahodit nějakým zbabělým výkonem,“ prohlásil brněnský trenér Richard Dostál. **PUR a ČTK**



## Na Giru se radoval Mäder

V kopcovité šesté etapě Gira d'Italia vybojoval včera švýcarský cyklista Gino Mäder (na snímku) první vítězství na Grand Tour. Novým průběžným lídrem závodu se stal Maďar Attila Valter. **AP**

## Krátce

### Soud o superlize

Madridský soud žádá Soudní dvůr EU, aby prověřil postup FIFA a UEFA proti trojici klubů, které se nedistancovaly od superligy. Chce také vědět, zda Real Madrid, Barcelona a Juventus za to mohou být potrestány. Dalších devět klubů z projektu odstoupilo.

### Řáhová neuspěla

Kanoistka Denisa Řáhová na dvoustovce místo pro Česko na olympijských hrách v Tokiu nezískala. Na dodatečné evropské kvalifikaci v Szegedu, která je pro rychlostní kanoisty předposlední šancí na postup na OH, skončila včera ve finále čtvrtá.

### Plíšková v osmičce

Tenistka Karolína Plíšková si na antuce v Římě zahrála čtvrtfinále, když zdolala Rusku Věru Zvonarevovou 7:5 a 6:3. Naopak Barbora Krejčíková ve třetím kole vypadla poté, co s Igu Świątekovou z Polska nevyužila dva mečboly. Češka prohrála 6:3, 6:7 a 5:7.

### Zemřel Feureisl

V 89 letech zemřel ve středu bývalý fotbalový reprezentant a karlovarský hokejista Jiří Feureisl. Prosažil se do národního týmu přesto, že hrál druhou fotbalovou ligu. V roce 1958 si zahrál na MS ve Švédsku. V 11 zápasech za reprezentaci dal sedm gólů. **ČTK**

### Pro Fouska i Slavia

Fotbalová Slavia při nadcházející valné hromadě asociace na předsedu podporuje Petra Fouska. Stojí za ním z ligových klubů i Bohemians 1905, Karviná, Pardubice, Olomouc, Slovácko a Liberec. Dostatek nominací podali také Karel Poborský a Vladimír Šmicer. **IDNES.cz**

## Liga mistrů. Finále přesunou do Porto

Finále fotbalové Ligy mistrů mezi Manchesterem City a Chelsea bude 29. května hostit Porto. Původní pořadatel Istanbul přišel o zápas kvůli nepříznivé koronavirové situaci v Turecku. Istanbul přišel o vyvrcholení prestižní soutěže kvůli tomu, že britská vláda v minulém týdnu zařadila Turecko na cestovní „červený seznam“, což prakticky znemožnilo účast anglických fanoušků na zápase. Evropská fotbalová unie se vzhledem k tomu, že finalisty jsou dva celky z Premier League, snažila přesunout utkání do Anglie, to se ale nepovedlo. Vyvrcholení Ligy mistrů tak nakonec bude hos-

tit Porto. V Portugalsku se na rozdíl od Turecka pandemie situace zlepšuje. Do hlediště stadionu pro více než 50 tisíc diváků, na němž hraje FC Porto, bude smět z každého tábora šest tisíc fanoušků. Istanbul přišel o finále i loni, kdy se hrálo v Lisabonu. **ČTK**



Trofej pro vítěze LM **AP**



## McDavid jako utržený vlak

Hokejový útočník Connor McDavid (na snímku) dvakrát asistoval při výhře Edmontonu nad Montrealem 4:3 v prodloužení a v 55. zápase sezony NHL překonal hranici sedmdesáti nahrávek. Celkem už má 104 kanadských bodů. Dál se daří týmu Vegas Golden Knights, který porazil San Jose 6:0. Brankáři Vegas Kanadčan Marc-André Fleury a Švéd Robin Lehner získali William M. Jennings Trophy, která je určena pro gólmány z týmu s nejnižším počtem inkasovaných branek v základní části. Dostali jich 124. **AP**

## Veslování. Boj o olympiádu

Seven českých posádek bude od zítřka do pondělí bojovat ve švýcarském Lucernu o start na olympijských hrách v Tokiu. V dodatečné kvalifikaci jsou v každé kategorii ve hře jen dvě místa, jen mezi lehkými dvojskify žen tři. Největší šanci mají Miroslav Vraštil a Jiří Šimánek na dvojskifu lehkých vah mužů. Na olympijskou kvalifikaci v Lucernu navazuje příští týden druhý závod Světového poháru. **ČTK**

Kancelář řádkové inzercie: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

## Ostatní

- Nemáte nevyužitě housle, violu, čelo, basu, el. kytaru či saxofon nebo trubku? Koupim i poškozené a nekompletní. Tel.: 728473687.



## Internet poletí jako o závod

**ZYXEL**

### Zyxel Multy U 3 ks kit

Výkonný Wi-Fi Mesh systém s rychlostí 2 032 Mb/s  
Mobilní aplikace pro správu sítě a upozornění  
6 interních antén, technologie MU-MIMO  
2x LAN, 1x WAN, rodičovská kontrola



## Každá sklenička zazáří jak hvězdička

**Amica**  
for living

### AMICA MV 656 BW

Myčka pro 12 sad nádobí s odloženým startem  
Antibakteriální filtr proti bakteriím a zápachu  
Funkce SteamPower, HotAir pro rychlé sušení  
Program poloviční náplně pro úsporu energie



## Šálek energie s mlékem, prosím

**KRUPS**

### KRUPS Espresseria Auto Pisa Black EA815070

Automatický kávovar s nerezovým mlýnkem  
Ristretto, espresso, cappuccino nebo latté  
Dvoufázové spaření kávy pro intenzivní chuť  
Samočištění spařovací komory a trysek



## Ten bude mít slušnou odezvu

**LG**

### 24" LG 24TN510S

LCD monitor s reproduktory a IPS technologií  
Odezva 14 ms, obnovovací frekvence 83 Hz  
Přirozené podání barev, velký pozorovací úhel  
Matný povrch s výbornou čitelností



## Ted' už vám neuteče ani vteřina

**SAMSUNG**

### Samsung Galaxy Watch 42 mm Rose-gold

Chytré hodinky s výdrží baterie až 5 dní  
Výpočet kalorií, snížení úrovně stresu  
Monitoring spánku, měření tepu  
Notifikace z telefonu, vodotěsné do 50 m



## Najděte ztracený balanc

**URBANSTAR**  
LOVE TO RIDE

### Urbanstar GyroBoard B65

Elektrické samobalanční vozítko  
Rychlost 15 km/h, dojezd až 20 km  
Nosnost 120 kg, kapacita baterie 4,4 Ah  
Výkon až 350 W, ochrana blatníků



Více na [alza.cz/black-friday](http://alza.cz/black-friday)

**alza.cz**

Kup na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 14. 5. 2021 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz).