

24/7 e-shop xxxlutz.cz

PONĚLÍ 15. SRPNA 2022, Č. 155 • WWW.METRO.CZ



Happy Shopping Days

XXXLutz



25%^{sleva}¹⁾

na celý váš nákup

1) Sleva platí na dosavadní prodejní ceny. Nevztahuje se na akční a výprodejové zboží, dodatečné vybavení, zboží propagované v naší aktuální reklamě a na zboží označené „Nejnižší cena v Česku“. Nevztahuje se na sortiment kuchyní, podlahy, služby, zboží označené Online Only a značky Stokke, Carryhome, HOM'IN, Ti'me, Voglauer, JOOPI, Hülsta a Biohort. Platí jen pro nově uskutečněné objednávky. Slevu nelze kombinovat s jinými akcemi. Pro uplatnění slevy kontaktujte naše odborné poradce. Sleva platí 19. - 22. 08. 2022. V e-shopu sleva platí od pondělí do neděle 15. - 21. 08. 2022



XXXL výběr máte jen v XXXLutz - jednička mezi nábytkáři!



9 177 121 117 8 1002 2 2 155

Využijte naše výhodné poukazy!



RESTAURACE

XXXLutz



159,-

XXXLutz Double Hofkultur-Burger
dva grilované vepřové burgery v brioškové housce se sýrem, restovaná slanina, rajče, list salátu, bílá BBQ omáčka, hranolky, kečup ^{A, C, G}

Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022

Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně

<p>XXXL poukaz</p>  <p>119,-</p> <p>Penne se sýrovou omáčkou listovým špenátem a cherry rajčaty ^{A, C, G}</p> <p>Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022</p> <p>Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně</p>	<p>XXXL poukaz</p>  <p>149,-</p> <p>Smažené kuřecí řízečky na míchaném listovém salátu ^{A, G, M}</p> <p>Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022</p> <p>Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně</p>
<p>XXXL poukaz</p>  <p>119,-</p> <p>Grilovaný vepřový steak dušená zelenina, hranolky a bylinkové máslo, tatarská omáčka nebo kečup ^{A, C, G}</p> <p>Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022</p> <p>Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně</p>	<p>XXXL poukaz</p>  <p>169,-</p> <p>Hofkultur XXXL řízek řízek z Hofkultur vepřové krkovičky podávaný s petrželkovými bramborami, kečup nebo tatarská omáčka ^{A, C, G}</p> <p>Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022</p> <p>Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně</p>
<p>XXXL poukaz</p>  <p>89,-</p> <p>XXXLutz palačinky 2 palačinky plněné vanilkovou zmrzlinou, višňové ragú, čokoládová omáčka, plátky mandlí a šlehačka ^{A, C, G, H}</p> <p>Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022</p> <p>Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně</p>	<p>XXXL poukaz</p>  <p>59,-</p> <p>Ledová káva vychlazená černá káva s krémovou vanilkovou zmrzlinou a šlehačkou ^{A, G}</p> <p>Platí od 15. 08. do 28. 08. 2022</p> <p>Platí pouze v restauracích XXXLutz v Praze a Brně</p>

Ilustrační foto. Poukazy do restaurace platí od 05. 08. do 28. 08. 2022. Pouze 1 porce na osobu. Do vyprodání zásob. **Praha Stodůlky** otevírací doba restaurace Po - Čt: 11:00 - 18:30 hod., Pá - Ne: 11:00 - 19:30 hod. **Praha Černý Most** otevírací doba restaurace Po - Ne: 11:00 - 19:30 hod. **Čestlice** otevírací doba restaurace Po - Pá: 11:00 - 18:30 hod., So - Ne: 11:00 - 19:30 hod. **Brno** otevírací doba restaurace Po - Ne: 11:00 - 19:30 hod. Kuchyně zavírá půl hodiny před zavírací dobou.

Navštivte naši restauraci v obchodním domě XXXLutz v Praze a Brně.

XXXL
for tomorrow

RESTAURACE
XXXLutz

Nejlépe chutná kvalitně!

Společně tvoříme budoucnost!

Proto stále více v XXXL restauracích spoléháme na regionální dodavatele z Rakouska, kteří se stejně jako my zabývají problematikou životního prostředí, ochranou zvířat a udržitelností. S našim partnerem Hütthaler z Horního Rakouska jsme udělali velký krok správným směrem. S projektem hütthalers Hofkultur byl spuštěn program, který zaručí dobré životní podmínky zvířat v celém hodnotovém řetězci.

- ✓ dvakrát větší prostor ve stáji
- ✓ slaměné ustájení s výběhem
- ✓ krátké dopravní cesty
- ✓ 100 % rakouský původ

Nejllepší maso
z Horního Rakouska!



Klademe důraz
na kvalitu, kterou
můžete ochutnat.



hütthaler
QUALITÄT DIE BEGEISTERT

XXXLutz 24/7 e-shop
xxxlutz.cz

navštivte nás také na:



V HŘENSKU UŽ JE KLID. POMÁHAJÍ TAKÉ DRONY

EVAKUOVANÍ LIDÉ SE TĚMĚŘ PO TŘECH TÝDNECH VRACEJÍ DOMŮ STRANA 2

metro

 [mojemetrometro](#) |  [denikmetro](#)

Pondělí, 15. srpna 2022

Č. 155, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Hana

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   

Pozor na parazity. Ty může dovézt i pejsek

Obytnáky. Na dovolenou je jednodušší vzít s sebou i čtyřnohého parťáka. **Itálie či Chorvatsko.** Oblíbené destinace jsou „domovem“ hmyzu, který přenáší leishmaniózu. **Škody.** Z pojistky domácího mazlíka STRANA 3



Metropolí po tříleté pauze prošel karnevalový průvod Prague Pride

Duhový průvod hrdosti sexuálních menšin v sobotu odpoledne prošel centrem Prahy. Zúčastnilo se ho až 60 tisíc lidí. Doprovázela ho také hudba, tanec nebo jástot i potlesk. Na Letné čekal na účastníky akce hudební program do večera. „Důležité je říct, že festivalový průvod je tady opravdu pro všechny. Není pouze pro lesby, gaye, bisexuály, trans a queer lidi. V průvodu Prague Pride potkáváme také rodiny s dětmi, starší lidi, mladší lidi, lidi se psy. Je to široká škála lidí, kteří do průvodu chodí. A my jsme za to rádi. Průvod je něco, co lidi spojuje,“ řekl ředitel festivalu Tom Bílý. I podle mluvčího pražské policie Jana Rybanského se letošní průvod obešel bez problémů. Festival Prague Pride uzavřel svůj týdenní program včera.

MAFRA

9 771 211 178 10021
22 155

V Hřensku je klid. Pomáhají i drony

Hasiči nachodí spoustu kilometrů v nepřístupných místech. Stále sledují situaci.

V národním parku České Švýcarsko byl v noci na včerejšek klid, ráno drony při kontrole objevily šest míst se zvýšenou teplotou v okolí Pravčické brány a jedno v oblasti Gabriely stezky, nikde ale nehoří. Hraniční přechod do Německa dál zůstává uzavřený, stejně jako cesta po Labi.

Podle mluvčího Hasičského záchranného sboru Ústeckého kraje Milana Rudolfa ráno provedla armáda s drony letecký průzkum oblasti. Nestandardně teplá místa odhalily drony nejen v oblasti Pravčické brány a Gabriely stezky, ale také v oblasti Stříbrného hřebenu. „Jak budeme mít možnost využít vrtul-

níky z Německa, tak je využijeme. Oni ve chvílích, kdy se budou moci vzdálit ze svého požářiště v Německu, tak nám sem zalítnou,“ doplnil Rudolf. V oblasti stále dohlíží 27 profesionálních a dobrovolných jednotek. „Během dne se počítá s jejich výměnou, a to jak v případě dobrovolných, tak u profesionálních hasičů. Dochází k rotaci, hasiči jsou unavení, nachodí pěšky spoustu kilometrů v tom těžko přístupném terénu, tak je zkrátka střídáme, aby nebyli přetížení,“ doplnil Rudolf. Hasiči podle něj místa označená drony prověřují po zemi na čtyřkolkách, ale hlavně pěšky, vybaveni vaky s vodou místa rozhrabávají a prolévají.

V Mezní Louce vznikla také prozatímní hasičská stanice, kde je 40 profesionálních hasičů. Zůstat by tam měli asi do konce srpna. Vlastní požární hlídka zřídila i správa parku. Od sobotního rána se mohou do evakuované obce

Hřensko a její část Mezná a Mezní Louky vracet místní, nutná je ale povolenka. V sobotu jich vydal starosta Hřenska Zdeněk Pánek zhruba šedesát. V oblasti Mezná a Mezní Louky je podle něj asi 80 domů, dvě třetiny z nich obývají chalupáři. Hasiči upozorňují na to, že silnice mezi Hřenskem a Mezní Loukou, zůstává zavřená, hrozí pád stromů. **ČTK**

Park je uzavřený

Turisté se do osad a západní části parku nedostanou, omezení vstupu do národního parku České Švýcarsko bude až do konce prázdnin. Přes noc je park zcela zavřený.

- Nejrozsáhlejší lesní požár v České republice se rozhořel v neděli 24. července. Skrytá ohniska, která se stále mohou objevovat, hlídají dobrovolní hasiči.



Barevné Chodské slavnosti

V Domažlicích se o víkendu uskutečnily Chodské slavnosti. Jsou jednou z největších a nejstarších folklorních akcí v Česku, letos se konaly po osmašedesáté. **2x ČTK**



Hasič stihl narození Lilien

Krásný příběh se odehrál během přírodní katastrofy v Hřensku. Hasiči Tomáš Knoblochovi se ve chvíli, kdy zachraňoval se svými kolegy České Švýcarsko, ozvala jeho žena, která vyhlásila další poplach. „Z požářiště do porodnice Tomáše odvezli dobroáci z České Lípy,“ píšou na své facebookové stránce HZS Praha pražští hasiči, kteří spolu s kolegy z České Lípy tatínka pomohli dovézt do porodnice. „Špinavýho, smradlavýho, ale včas!“ napsal na Facebooku šťastný tatínek, který pomuchlal svou právě narozenou dceru Lilien a pak zase odjel zachraňovat lesy v krásném koutu české přírody. „Celej tenhle, vlastně takovej hasičskej příběh, má užasnej průběh a hlavně konec. Bylo to drámo od začátku až do konce, tak jak to v mém celým hasičským životě je furt,“ děkuje hasič Tomáš všem, kteří mu pomohli. **HZS PRAHA**

Těžba uhlí

16,42

V Česku se v letošním prvním pololetí vytěžilo 16,42 milionu tun hnědého uhlí, meziročně o pětinu více. Těžba černého uhlí klesla o téměř polovinu na 709 tisíc tun. Zprávu přinesl Ekonomický deník. **ČTK**

Škoda. Prodeje klesly

61 300

Automobilka Škoda Auto v červenci dodala zákazníkům 61 300 vozů, což je o 18,3 % méně než před rokem. Tempo meziročního poklesu nicméně zpomalilo z červnových 26,6 %. **ČTK**

Zelená střecha

8,6

Parkovací dům, který vznikne v Liberci u krajského úřadu, bude mít zelenou střechu. Náklady projektanti odhadli na 8,6 milionu korun. Vegetační střecha odpovídá současným ekologickým trendům. **ČTK**

Krátce

Přijelo dvacet tisíc divočáků

V sobotu skončil festival extrémní hudby, jeden z největších svého druhu v Evropě – Brutal Assault. Do barokní pevnosti Josefov v Jaroměři, kde se festival pravidelně koná, přijelo dvacet tisíc fanoušků metalu a dalších podobných žánrů. Jeho součástí byl také doprovodný program, například již zavedené horor kino, autogramiády, ale i výstavy. Festival se vrátil po covidové pauze.

Příběhy ze Sudet

Sedm Poesiomatů, tedy přístrojů, které recitují, zpívají, zvoní či vyprávějí



Zábava na metalovém festivalu Brutal Assault **ČTK**

příběhy o odsunu německého obyvatelstva po druhé světové válce, je nově umístěno u opuštěných kostelů v pohraničí. Nový projekt poukazuje také na příběhy jednotlivců a spolků, jež se snaží o záchra-

nu unikátních kulturních památek. Poesiomaty rozmístuje jejich autor Ondřej Kobza od roku 2015. Lidé si je tak mohou poslechnout ve více než dvou desítkách českých i zahraničních měst. **ČTK**

S mazlíčkem do ciziny? Jen aby to nebylo drahé

Je vám líto nechat psa či kočku kvůli dovolené v péči zvířecího hotelu? Vezměte ho s sebou. Není to ale bez starostí.

Češi letos po dvouleté covidové pauze vyrazí jako o život na dovolenou do zahraničí. Nejeden rodina se vydává po Evropě stále populárnějším obytným vozem. To s sebou nese možnost naložit do obytnáku na cestu také čtyřnohého parťáka.

Pes jako nechtěný dopravce parazitů

Jenže kromě mnoha cestovatelských zážitků si naspět můžete dovézt i nejrůznější parazity a další potvůrky, které se nastěhují do srsti nebo

do zaživacího traktu vaší kočky nebo psa. Ti mohou zvířata, a dokonce i jejich majitele, smrtelně ohrozit. Podle veterinařů by měli lidé svá zvířata před cestou chránit anti-parazitiky a po návratu z dovolené je nechat preventivně vyšetrřit.

„V Česku zatím není tolik nebezpečných parazitů, kteří působí smrtelná onemocnění psa nebo kočky, jako je tomu nedaleko od nás,“ připomíná David Modrý z České zemědělské univerzity v Praze a Masarykovy univerzity v Brně. Například původce takzvané srdeční dirofilariózy, která ohrožuje srdce a krevní oběh psa, se ale běžně vyskytuje už u našich sousedů na jižním Slovensku, v Maďarsku nebo na Balkáně.

V pozoru v Itálii i v Chorvatsku

Nenápadní parazité, kteří ohrožují na životě domácí

„Oblíbené“ choroby

Co čeká vašeho mazlíčka v zahraničí? Je toho dost.

- Srdeční červivost způsobuje vlasovec psí. Mezi první příznaky nemoci patří kašel, potíže s dýcháním, nechutenství a únava zvířete.
- Parazitický oční červ žije na povrchu oka zvířete pod třetím víčkem. Způsobuje zánět spojivky i rohovky. Nemoc se projevuje nadměrným slzením a výtokem z očí. Zvířeti hrozí dokonce i oslepnutí.

mazlíčky, se vyskytují i v Čechy tolik oblíbených dovolenkových destinacích, jako jsou Chorvatsko, Itálie nebo Španělsko. Jednou z nejnebezpečnějších nemocí, která čtyřnohým členům domácnosti v zahraničí hrozí, je leishmanióza.

Tu přenáší hmyz podobný komárům, který u nás nežije. „V Česku se tato nemoc, která může být smrtelná nejen pro psa, ale i jeho pána, přirozeně nevyskytuje. V Chorvatsku a Itálii je ale rozšířená,“ upozorňuje Modrý.

Škody tropí nejen děti

Myslet na cestovatelské strasti se ovšem vyplácí už před překročením hranic. Kromě pojištění lidí není mimo mísu myslet i na pojištění domácího zvířete, které poznává krásy ciziny spolu s vámi. Nemusí to být jen pojištění výloh kvůli nečekané návštěvě veterináře. Někdy je dobré myslet i na to, že z vodítka utržený pes může natropit nemalou škodu.

Současné pamatujte, že na psy platí i věkové omezení. Pojišťovny se vyhýbají pojištěním pro štěňata mladší tři měsíců a pro psy, kteří dovršili devátý rok. **PAVEL HRABICA**



Na Sněžce

Do nadmořské výšky přes tisíc šest set metrů se vydaly stovky poutníků i kněží a řádových sester. Na nejvyšší české hoře se uskutečnila na svátek svatého Vavřína slavnostní mše. **MAFRA**

Číslo dne

120

Tolik milionů korun ušetří Česká televize příští rok zrušením programu ČT3. Většinu peněz na tomto kanále pohltí částky za repríznové. **IDNES.cz**

INZERCE

RADOST,

JAK TO PĚKNĚ FOTÍ

Redmi 10C

1,-

S TARIFEM 8 GB PLUS
S VÝHODOU

Cena v eShopu
a naší apce

PRO TELEFONY
SE CHODÍ K NÁM

T

Platí do konce srpna při uzavření nebo prodloužení Účastnické smlouvy na tarif 8 GB Plus s výhodou na dva roky a jejím dodržení.
Nabídka platí do vyprodání zásob. Více na www.t-mobile.cz/telefon

Číslo dne

10

Tolik pilotů nejrůznější typů letadel zemřelo loni při leteckých haváriích. Vyplývá to z výroční zprávy Ústavu pro odborné zjišťování příčin leteckých nehod. Je to ale stále méně než před koronavirem a nejméně za dvacet let.

Po covidu. Bolí to

Pacienti po covidu mají dlouhodobě různé zdravotní problémy. Jednotky procent z nich trpí bolestmi břicha, zácpou, průjmem či intolerancí některých potravin. Informoval o tom Jiří Ruprich, vedoucí Centra zdraví, výživy a potravin Státního zdravotního ústavu. S dlouhodobými následky covidu se potýká se

až každý desátý pacient. Většina potíží odezní za tři až šest měsíců. Objevují se bolesti hlavy, dušnost, problémy se srdcem, zvonění v uších nebo „mozková mlha“. Ta se projevuje zpomaleným myšlením, roztěkaností či vynecháváním paměti. Pacienti trpí i pálením žáhy i problémy s polykáním. **ČTK**

Krátkce

Ať je cílená

Pomoc s drahými energiemi musí vláda podle ekonomů dobře cílit, neměla by být plošná. Nyní nesměruje pouze k těm nejzranitelnějším. V pořadu Partie Terezie Tománkové v CNN Prima News to řekla bývalá zástupkyně

České republiky při Světové bance Jana Matesová a hlavní ekonom Trinity Bank Lukáš Kovanda. Zdražování podle Kovandy dramaticky ohrožuje zhruba 25 procent domácností. Kovanda kritizoval nastavení úsporného tarifu, který by přispěl na energie i bohatým. **ČTK**

Lidé v autech umírali ráno, na dálnici opět řádila formule

Bezpečno už není nikde. Chodníky ovládly elektroběžky, po silnicích se prohánějí závodní speciály, z nebe padají letadla.

Smutná je bilance uplynulého pátku a víkendu. Na českých silnicích opět umírali řidiči i jejich spolujezdci. Pohřební služba měla napilno.

Telefonoval? Usnul?

V hlavní roli golf a fabia. Tak by se daly charakterizovat dvě tragické havárie, při kterých v minulých dnech umírali lidé. Při čelním střetu dvou osobních vozidel VW Golf a Škoda Fabia u obce Holín na Jičínsku zemřel v neděli ráno čtyřicetiletý muž.

„Nehoda se stala na rovném úseku za křižovatkou na Holín, kdy 23letý řidič VW Golf z dosud nezjištěných příčin přešel do protisměru a čelně se střetl s protijedoucím vozidlem Škoda Fabia, ve které cestoval 40letý řidič a 17letý spolujezdec. Řidič fabie utrpěl smrtelné zranění, spolujezdec byl předán do péče zdravotníků,“ uvedla policejní mluvčí Eva Pracharová.

Za poslední dny jde v Královéhradeckém kraji o další tragickou nehodu. Při čelním střetu dvou automobilů na silnici druhé třídy mezi Rychnovem nad Kněžnou a Rokytnicí v Orlických horách byly už v pátek přítomné stejné typy aut jako u Holína. Zemřeli při ní tři lidé. Třiatřicetiletý řidič Volkswagenu Golf vyjel do protisměru, kde se čelně střetl s protijedoucí fabií. V té cestovala šestačtyřicetiletá žena a osmnáctiletý spolujezdec.



Formule se opět objevila na D4.

TV iDNES.cz

Všichni tři zraněním na místě podlehl.

Nešťastně skončilo vyjetí mercedesu ze silnice na nájezdu na dálnici D1 u Jihlavy v brzkých ranních hodinách. Řidič sportovního auta narazil do stromu. Utrpěl těžká zranění a záchranná služba ho letecky transportovala do brněnské nemocnice. V sobo-

tu po poledni řidič však svým zraněním podlehl. Oběť si vyžádala i nedělní nehoda auta a motorky v Kladně. Havárii nepřežil motorkář, cestující v autě vyvázli bez zranění.

Na formule jsou úřady a policisté krátkí

Před třemi lety se po strakonické dálnici u Příbrami pro-

háněla formule. I když se závodníka nakonec podařilo vypátrat, pokutě se vyhnul. Nepodařilo se dokázat, že člověk v kokpitu a v přilbě je totožný s majitelem formule. Přestupkové řízení městský úřad zastavil. Řidiči hrozila až desetitisícová pokuta a až roční zákaz řízení.

Teď si zřejmě policie akce zopakuje. Po dálnici D4 jezdila tuto sobotu formule, pravděpodobně stejná jako v roce 2019. Její jízdu na video zachytili a na sociálních sítích zveřejnili další řidiči, napsal server Auto-mania.cz. Server také uvedl, že se jednalo o formuli Dallara GP2, která jezdila závody GP2 Series. Podle policie podobná závodní auta na silnici nesmějí, protože nesplňují pravidla pro provoz na pozemních komunikacích. Nemají například registrační značku a ani blinkry. **ČTK a iDNES.cz**

INZERCE

invia
Vaše dovolená

20 let **invia**

To nejlepší z českých a zahraničních CK na jednom místě

🔍 RADOST ZAČÍNÁ U NÁS

www.invia.cz

Kupony, eKupony nebo kuponové centrum... Co to všechno znamená?

Sbírejte body rychle a efektivně.

Být členem zákaznického programu active beauty se vyplácí. Za všechny skutečně nákup získáváte body, které proměníte ve slevu na nákup v prodejnách dm drogerie markt. Výši slevy si určujete vy sami. Díky kuponům a eKuponům aktivovaným ve vašem kuponovém centru můžete body sbírat ještě rychleji a efektivněji. Všechny výhody programu active beauty a tipy na ještě rychlejší sbírání bodů naleznete v tomto článku.

S aplikací nebo online

Body můžete sbírat i při nakupování s novou aplikací Moje dm nebo na online shopu dm.cz. K tomu je zapotřebí mít propojené zákaznické konto, se kterým nakupujete online, se zákaznickým programem active beauty.

Body můžete sbírat ještě rychleji díky násobným bodům na vybrané produkty.

Za pozornost tak stojí označené produkty, za které získáte násobné body. Každý měsíc můžete vybírat minimálně z 60 různých značek.

Tyto aktivity platí jak na prodejně, tak na online shopu. Jejich přehled najdete také na dm.cz/vícebodu.

Tip: Řada oblíbených značek slaví s dm 30 let působení na tuzemském trhu třicetinasobnými body.

Na využití eKuponu máte jeden měsíc

V aplikaci Moje dm na vás navíc čekají eKupony. Jak už název napovídá, tyto kupony jsou dostupné jen v online variantě. Každý první den v měsíci se automaticky objeví ve vašem kuponovém centru. Na jejich využití pak máte čas do konce měsíce. Uplatnit je můžete jak při nákupu na dm online shopu, tak i v prodejně dm. Stačí si je před nákupem jedním kliknutím aktivovat v kuponovém centru, které naleznete v aplikaci Moje dm pod záložkou Kupony.

Věrní zákazníci k eKuponům pravidelně obdrží i tištěné kupony k různým příležitostem – ať už jde o přání k narozeninám, k Vánocům, nebo pro představení sortimentní nabídky dm. Díky tomu můžete uplatňovat slevy na nákup i několikrát do měsíce.

Právě kupony a eKupony představují důvod, proč je dobré mít svou věrnostní kartu zaregistrovanou. Registrovaná karta je ta, u které jste vyplnili své osobní údaje a udělili souhlas se zasláním newsletteru a souhlas pro účely reklamy a průzkumy trhu. Díky nim totiž budou zaslané kupony a vložené eKupony odpovídat vašim běžným nákupním zvyklostem. Jinými slovy vám budou eKupony ušity na míru.

Tou nejdůležitější věcí, proč mít kartu zaregistrovanou, je možnost uplatňování slev na nákup. Bez této registrace pouze sbíráte body. A pochopitelně, pro uplatnění bodů je nezbytné znát svůj čtyřmístný PIN, se kterým se ke své zákaznické kartě přihlásíte přímo na pokladně.

Nechte se inspirovat s dmLIVE

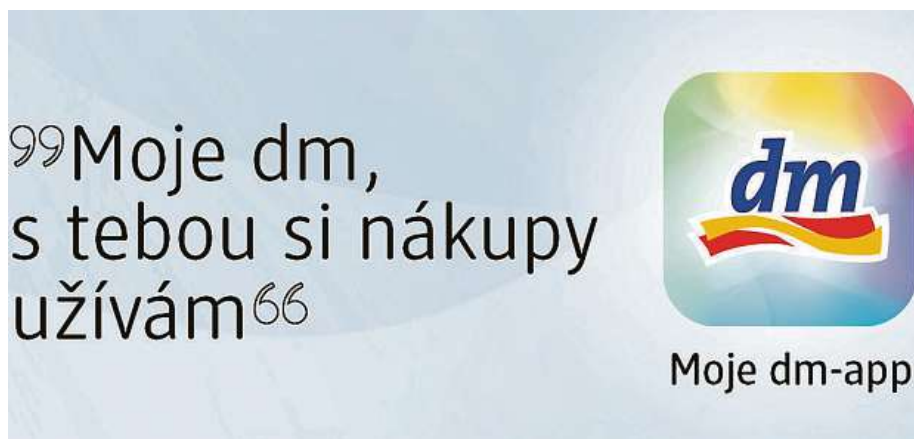
Novou možností, jak získat exkluzivní eKupony, je živé vysílání dmLIVE. Během půlhodinového živého přenosu plného inspirace a tipů na produkty z dm, který bude probíhat jen v aplikaci Moje dm, budete moci získat také exkluzivní eKupony v podobě vícenásobných bodů na prezentované produkty a jiné výhody. Způsobů, jak odměnit loajalitu věrných zákazníků, je celá řada. Nejsnadněji můžete své eKupony spravovat a svůj bodový nárůst sledovat v aplikaci Moje dm. Tu snadno stáhnete zdarma z App Store nebo Google Play.

Jak na to

Při nákupu v prodejně stačí předložit věrnostní kartu, ať už plastovou, či digitální, a...

- ... za každých 25 korun nákupu získáte 1 bod.
- ... 1 bod se rovná slevě na nákup v hodnotě 25 haléřů.

Po dosažení minimální hranice 200 bodů můžete získat slevu na nákup v hodnotě 50 korun.



VŠE NA PRVNÍ POHLED





Hokejovou exhibicí týmů brněnské Komety vyhrál výběr z roku 2012

Ve skvělé atmosféře zaplněné haly uspořádala hokejová Kometa Brno exhibiční akci s označením Za deset pět, ve které proti sobě nastoupili bývalí a současní hráči. Duel skončil výsledkem 12:6 pro „staré“, tým z roku 2012. Název akce připomněl zisk pěti extraligových medailí za poslední dekádu. Právě v roce 2012 došla Kometa nečekaně z předkola až do finále extraligy a odstartovala tak skvělou desetiletku. Na slavné postavy té doby nezapomněli ani diváci. Sešlo se jich na akce tohoto typu nevídaný počet – 5658 – a vytvořili báječnou atmosféru. „Jsem rád, že jsem mohl být součástí této akce, o mě ale vůbec nešlo,“ řekl novinářům Tomáš Divišek, který byl jedním ze strůjců nečekaného stříbra z roku 2012. Akce měla i charitativní podtext, výtěžek poputuje na konto Nadačního fondu Kometa, který pomáhá dětem s poruchou autistického spektra.

MAFRA

Kytky před radnicí patří na střechy. Netrhejte je

Hydroponické farmy jsou v hlavním městě České republiky celkem dvě. Jedna je u magistrátu, druhá na Čapadle.



Hydroponie

M. STEHLÍK

„Na pražském Mariánském náměstí se objevila malá hydroponická farma.“ S tímhle oznámením přispěchal čtenář Martin Stehlík.

Venkovní hydroponické farmy, tedy místa, kde se pěstují rostliny bez půdy v živném roztoku, se nacházejí v metropoli dvě. Jedna je před budovou Nové radnice. Druhá pak na Čapadle, kde visí na stěně.

„Farmy byly vytvořeny studenty a zaměstnanci Střední průmyslové školy Presslova, která je zřizována hlavním městem. Cílem projektu je

šířit osvětu o možnostech hydroponického pěstování ve městě, které je primárně určeno pro ploché střechy,“ říká pro Metro Tadeáš Provaz-

ník z tiskového odboru magistrátu.

Proč tedy jedna ze dvou farmiček stojí na paletách přímo před magistrátní budovou? Podle Provazníka je to kvůli propagaci ekologie.

„Snažíme se představit technologii, která je běžně nepřístupná právě z důvodu umístění na střechách. Stěna na Mariánském náměstí byla instalována v souvislosti se zahájením českého předsednictví v Radě EU, kdy na Mariánském náměstí proběhl festival udržitelnosti konaný ve spolupráci s městem Paříž, kde je hydroponické pěstování velmi rozšířené,“ vysvětluje pro Metro Provazník.

Farmičky budou na svých místech do konce vegetativního období. Předpokladem je tedy konec září, případně podle počasí až do prvních mrazů.

„Cena za obě hydroponické stěny byla 150 tisíc korun bez

DPH včetně údržby,“ upřesňuje Provazník.

Jak tomu ale v případě křehkých věcí umístěných v ulicích centra Prahy bývá, stávají se terčem vandalů. Zástupci magistrátu proto prosí čtenáře deníku Metro, aby šířili mezi lidmi osvětu.

„Stává se, že lidé do farmy lijí alkohol nebo ochucené nápoje, případně odhazují či tlapají cigarety. To rostliny ničí. Stejně tak na druhé straně lidé do farmy lijí vodu nebo například přidávají hlínu ve snaze rostlinám pomoci, avšak i touto činností škodí. Tyto zásahy totiž vedou k ucpaní filtru čerpadla a poškození senzorky, v jejichž důsledku jsou květiny bez vody a mohou uhynout,“ vysvětluje Provazník a dodává: „Stejně tak prosíme, aby lidé rostliny netrhal, neodnášeli si je či nepřidávali své vlastní. O správnou údržbu je postaráno.“ **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Depo Zličín. O tváři stanice je rozhodnuto

Za zhruba čtyři roky začne v hlavním městě vznikat nová stanice metra B Depo Zličín. O její podobě však již bylo rozhodnuto. Vítězem mezinárodní architektonické soutěže, kterou město poprvé v historii uspořádalo na podobu stanice metra, se stalo liberecké studio Petr Stolín Architekt. Depo Zličín bude jednou z mála povrchových stanic pražského metra a bude sloužit jako přestupní bod nejen řídicím parkujícím v novém parkovacím domě P+R, ale také cestujícím z příměstských linek. Kromě toho bude obsluhovat okolní bytovou zástavbu, která se brzy rozroste o další byty v ulici Na Radosti. **JAR**



Vítěz

PETR STOLÍN ARCHITEKT

4 KROKY K BEZPROBLÉMOVÉMU LÉTU

Dopřejte suchým očím úlevu a regeneraci

Po celodenní práci na počítači, sledování mobilu a televize mohou být vaše oči suché, unavené a podrážděné. Dopřejte jim potřebnou úlevu a regeneraci s jedinečnou novinkou z lékárny.

O vaše oči se skvěle postará unikátní oční výživa **OCUTEIN® FRESH Omega-7**, která obsahuje jedinečné spojení lykopenu a vzácných omega-7 nenasycených mastných kyselin zaměřených výhradně na výživu a péči o suché a unavené oči. Omega-7 přispívá ke zdravé funkci sliznice suchých očí. Lykopen je součástí směsi přírodních karotenoidů, které tvoří významnou skupinu ochranných očních pigmentů. Tento doplněk stravy je navíc velmi vhodně doplněn o antioxidanty zinek a selen, které přispívají k ochraně buněk před oxidačním poškozením způsobené UV zářením.

Jediná oční výživa specializovaná na suché a unavené oči.



Stálce v péči o krásné nohy

S otoky nohou, bolestí nebo křečovými žilami se potýká většina žen. Neschovávejte své nohy v kalhotách a dlouhých sukních a oslňte opět své okolí krásnými nohami. Máme pro vás léty ověřené řešení z lékárny!



Osvědčený gel **Priessnitz Žily a cévy Medical** obsahuje unikátní složení, díky kterému pronikají účinné složky snáz ke kapilárním cévám a žilám a příznivě tam působí na jejich pružnost, pevnost a průchodnost. Tento zdravotnický prostředek je ideální péčí pro nohy bez křečových žil a otoků. Mazání perfektně bojuje i s pocitem těžkých a oteklých nohou.

Nohy bez křečových žil, otoků a bolesti.



Řešte ekzém v zárodku, předejdete obtížím.

Ekzém? Řešte příčinu, nejen následky!

Trpíte atopickým ekzémem? Pak je neustálé promazávání suché a svědivé pokožky zřejmě vašim denním chlebem. Hydratace ekzematické pokožce uleví, **neřeší však příčinu problému. Tou je nedostatečná funkce kožní bariéry.**

Místo nekonečného mazání a mírnění atopických projevů podpořte u pokožky funkci kožního pláště zodpovědného za její přirozenou obranyschopnost. Pomohou přírodní látky. **Atopos ošetřující krém** díky složení s konopným olejem, rašelinou a panthenolem nejen dlouhodobě hydratuje a zvláčňuje suchou a svědivou pokožku atopiků i lupénkářů, ale především obnovuje její funkci kožního pláště. Tím je redukována skutečná příčina kožních problémů.

Vyzkoušejte i další konopné přípravky **Cannaderm** dostupné v lékárnách a zdravých výživách.

Návaly horka? Pocení? Pomoc, menopauza!

Pozorujete na sobě poslední dobou návaly horka, nadměrné pocení, změny nálady, nespavost, zhoršení libida nebo přibírání na váze? Může za tím být menopauza, které se obává každá žena ve středním věku. Máme pro vás ověřené řešení, jak s projevy menopauzy zatočit jednou provždy!

Nenechte se dále týrat menopauzou a vyzkoušejte **Elli MenoOsteo FORTE** nabízející komplex důležitých látek pro ženy v menopauze i po ní. Díky extraktu z jetele lučního pomáhá udržovat klidný a pohodlný přechod. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Unikátní doplněk stravy obsahuje také vitaminy D3 a K2 a vápník, který je potřebný pro zdraví kostí. Naleznete ve vašich lékárnách.



Golfisté si kvůli betonu v jamkách nezapatovali

Francouzští aktivisté zabránili hře kvůli suchu.

Na golfisty, kteří si včera v okolí Tolouse přišli zahrát osmnáctku neboli hřiště s 18 jamkami, čekalo nemilé překvapení.

Francouzští ekologičtí aktivisté z hnutí Extinction Rebellion totiž znehodnotili greeny a vyplnili golfové jamky cementem na protest proti výjimkám z omezení na spotřebu vody, které v době extrémního sucha platí pro golfové hřiště.

Některé části řeky Loiry prakticky vyschly. Ve dvou



Zkáza na greenu hráče nepotěšila.

EXTINCTION REBELLION

třetinách Francie byl vyhlášen krizový stav, srážky poklesly přibližně o 85 procent.

Zatímco v nejhůře postižených obcích nemohou obyvatelé zalévat zahrady ani mýt auta, golfové hřiště byla celo-

státních omezení ušetřena. Omezení na spotřebu vody jsou vyhlášována celostátně, ale jejich vymáhání je v kompetenci místních úřadů. Zatím se od nich odchýlila pouze jedna oblast, departement

Krátce

Výbuch skladu

Obří exploze včera otřásla obchodním centrem Surmalu v arménské metropoli Jerevan. Při výbuchu skladu zahynul jeden člověk, 20 dalších utrpělo zranění. Podle mluvčího jerevanských úřadů výbuch nastal ve skladu zábavní pyrotechniky.

Tchaj-wan znovu

Pouhých 12 dní od návštěvy předsedkyně americké Sněmovny reprezentantů Nancy Pelosiové včera na Tchaj-wan dorazila pětičlenná delegace amerického Kongresu. Američtí zákonodárci mají během následujících dvou dnů v plánu setkání s vysoce postavenými tchajwanskými představiteli. **ČTK**

Vložky. Pro ženy ze Skotska zdarma

Ode dneška mají dle nového zákona všechny skotské ženy vložky a tampony zdarma. Zákon, který roku 2020 jednomyslně schválil skotský parlament, si klade za cíl bojovat proti takzvané menstruační chudobě, kdy si ženy nemohou dovolit koupit každý měsíc hygienické pomůcky.

Ty podle něj budou muset poskytovat místní úřady, školy a univerzity. K vyhledání nejbližšího distribučního místa bude sloužit speciální aplikace pro mobilní telefony PickMyPeriod.

„Poskytování přístupu k bezplatné hygienické ochra-

ně je zásadní z hlediska rovnosti a důstojnosti,“ uvedla skotská ministryně pro sociální spravedlnost Shona Robisonová. „Ještě důležitější je to v době, kdy lidé musí dělat obtížná rozhodnutí kvůli krizi životních nákladů,“ dodala.

Podle průzkumu z května 2019 mezi 1000 dospívajícími dívkami ve Spojeném království vynechala více než polovina z nich kvůli pravidelnému měsíčnímu krvácení školu.

Bezplatné hygienické pomůcky nabízejí studentkám i školy ve Francii či na Novém Zélandu. **ČTK**

Přivítání

Ruské turisty vítá u finských vodopádů Imatra, které představují hráz vodní elektrárny, ukrajinská hymna. Divokou vodu tato přehrada vypouští pouze jednou denně starým korytem řeky za doprovodu skladeb Jeana Sibelia. Repertoár se však na protest proti ruské invazi změnil a návštěvníkům k vodní podívané v současnosti hraje ukrajinská hymna. Ta hraje i u budovy radnice nedalekého města Lappeenranta nebo u obchodních center. Finská vláda zvažuje omezení vydávání víz Rusům, kteří tuto zemi využívají jako přestupní stanici do Evropy. **FINLAND TRAVEL INFO**



INZERCE

NEJZÁBAVNĚJŠÍ MUZEUM V PRAZE!

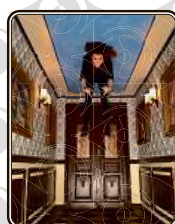


Vodičkova 31
Praha 1



MUZEUM
FANTASTICKÝCH
ILUZÍ

www.muzeumfantastickychiluzi.cz



ROZDÁVÁME ZDARMA 100 KUSŮ

Miniaturních audio-posilovačů, které zvětšují hlasitost zvuků už za 4 minuty

NENÍ TO OMYL - ČTEŠ DOBŘE

Jestli narodil ses v letech 1920 - 1990 a také:

- Stále se Ti zdá, že jiní nemluví zřetelně,
- Neztáháš sledovat rozhovor několika osob,
- Máš problém se slyšením hlasů žen a dětí,
- Stále hlasitěji nastavuješ TV nebo rádio,
- Slyšíš šumění, síčení nebo piskot v uchu,
- Stále častěji prosíš, aby se někdo opakoval,

...vyzvedni audio zesilovač, na který máš nárok, audio posilovač je doporučován na všechny problémy se sluchem. Odborníci to považují za skutečný hit. Zařízení zcela padne do ucha a za pouhé 4 minuty 12x zesílí přirozené zvuky z okolí.

Právě jsme zabalili 100 miniaturních sluchových zesilovačů ze skladu. Každý z nich je malinké diskrétní zařízení, které vám do ucha nikdo neuvidí ani zblízka a vy díky němu všechno slyšíte. Audio-zesilovač se velmi snadno používá, takže jej můžete použít okamžitě, bez předchozí přípravy. Tato zařízení dáváme ZCELA ZDARMA - kdo dřív přijde, je dřív na řadě - každému, kdo zavolá do **31.08.2022**. Jediné, co musíte udělat, je potvrdit své datum narození ústně po telefonu. Nemusíte předkládat žádná písemná prohlášení.

Miniaturní audio zesilovač má vestavěnou funkci pro selektivní zachycení a zvýšení skutečných okolních zvuků. Vložte si ho do ucha, zapnete a po 4 minutách můžete zapomenout na problémy s rozlišováním hlasů nebo na dojem mumlavého projevu u ostatních. Místo toho si začnete užívat celou škálu čistých venkovních zvuků. U ucha uslyšíte jak zpěv ptáků za oknem, tak i šeptání vašich vnoučat.

Důsledné nošení miniaturního miniaturního audio-ekvalizéru vám přinese další změny k lepšímu: 1. Přestanete být frustrováni, že neslyšíte jasně. Tento efekt potvrzuje celých 86 % uživatelů. 2. Zlepší se kvalita vašeho odpočinku. Spánek v noci bude také hlubší a více regenerační. Lepší sluch během dne totiž zvýší váš pocit bezpečí a celkové pohodlí. Specializovaný tisk uvádí, že nošení tohoto sluchadla je nejjistější způsob, jak se vyhnout zhoršení sluchových problémů. Jejich dlouhodobé ignorování může vést k situaci, kdy si mozek... zvykne na sluch. Riziko těchto komplikací je díky audio-zesilovačům sníženo 180krát.

Miniaturní audio-zesilovač od samého začátku zesiluje skutečné zvuky z okolí, což má zase pozitivní vliv na vaši pohodu a schopnost užívat si života. Konečně se budete moci soustředit na mluvení, poslech rádia nebo sledování televize. Každá z těchto malých činností vám začne přinášet skutečné potěšení. Mnoho uživatelů miniaturních audiozesilovačů s dojetím popisuje, jak po jejich prvním zapnutí po mnoha letech zřetelně slyšeli hlasy svých dětí nebo vnoučat!

A už víte, co pro vás bude největší odměnou? Přemýšlejte, jak se zlepší vaše kontakty s lidmi. Nakonec požádáte druhou stranu, aby řekla něco hlasitějšího. Nikdo na vás nebude křičet, že se díváte na televizi moc nahlas. V kanceláři nebo na poště si se vším bez problémů porozumíte a zařídíte si své záležitosti. Uděláte to rychle, efektivně a bez nedorozumění. Musíte vědět: Pravidelné mluvení tváří v tvář nebo po telefonu je zásadní pro zablokování rozvoje sluchových problémů. A tento miniaturní audio-zesilovač vám to umožní na 100 %.

K vytvoření miniaturního audio zesilovače byla použita jedna z nejkročilejších technologií dostupných na trhu. Zařízení zcela padne do ucha a má decentní tělovou barvu. Nikdo vůbec nepozná, že je máte na sobě. Po 4 minutách na to také můžete zapomenout. Zařízení je velmi lehké a je k dispozici se 3 velikostmi překrytí, z nichž každá je anatomicky profilovaná. Díky tomu bezpečně sedí v uchu a zároveň ho nemastí. Tento audio zesilovač neztratíte ani při běhu nebo sklonu hlavy. A pokud si budete chtít lehnout na bok nebo někoho obejmout, nic vás nebude bolet.

Jedná se o nejuniverzálnější a nejdražší model, který kdy výrobce v odvětví audio zesilovačů do uší vytvořil. Tento miniaturní model je univerzální: sedí na pravé i levé ucho, mohou jej nosit ženy i muži. Díky svému solidnímu zpracování vám bude sloužit roky.

Proč rozdáváme miniaturní audio-posilovače na problémy se sluchem ZDARMA?

Nejsme charita. Jako profesionálové nabízíme produkt nejvyšší kvality a jsme si jisti: jakmile se o této refundační akci rozkřikne, objednávky od zákazníků k nám budou proudit z celé země.

Poznámka: Nyní je na trhu mnoho padělků miniaturních audio zesilovačů. Nesmí se zaměřovat s naším originálním zařízením, které inteligentně rozjasňuje skutečné okolní zvuky. Požadovaného výsledku reverzních sluchových problémů lze dosáhnout pouze použitím originálních miniaturních audio zesilovačů.

**NEČEKEJ! Tuto příležitost jde využít jenom
do 31.08.2022 roku**

Miniaturní audio zesilovače, které pomáhají v boji se sluchovými problémy, nebudou k dispozici v žádném stacionárním obchodě. ROZHODUJE PRINCIP „KDO JE PRVNÍ, TÍM LEPŠÍ“. Doporučujeme vám rychle zavolat na číslo: **321 338 294**, abyste byli včas před vyprodáním zásob ZDARMA.

DŮLEŽITÉ! Limit je jeden miniaturní audio-posilovač na domácnost.

INZERCE



DNES 19:15
**PŘÍPADY DETEKTIVA
MURDOCHA**

Nelítostné vraždění připomene koncert v nymburském kostele

Na památku zesnulých zazní Requiem od Jana Dismase Zelenky.

Už zítra si Nymburk připomene nejtragičtější výročí své historie. Na počest více než dvou stovek zavražděných obyvatel tohoto středočeského města během třicetileté války zazní od 19 hodin v kos-

tele svatého Jiljí Requiem D dur Jana Dismase Zelenky.

Válečná zvěrstva

„Přesně před 388 lety, tedy 16. srpna roku 1634, byli téměř všichni obyvatelé Nymburka vyvražděni, město vydrancováno, vypáleno a hodně poničeno,“ vysvětluje pro deník Metro Arnold Smrtka, koncertní mistr a učitel houslí, který se podílí na dramaturgii této hudebně-vzpomínkové akce.

Saská armáda neušetřila ani životy těch, kteří se schovávali v kostele svatého Mikuláše, jenž byl později zasvěcen svatému Jiljí. Právě na tomto místě se proto již podruhé koná koncert věnovaný padlým občanům.

Nová tradice

Pořadatelem hudebního večera je Nymburské kulturní centrum. Vizí do budoucna je každý rok představit requiem od jiného skladatele.

„V loňském roce jsme hráli známé Requiem od Wolfganga Amadea Mozarta, zítra zazní další krásná věc, a to Requiem D Dur od Zelenky,“ přibližuje Smrtka, který by tuto koncertní tradici rád udržel i v dalších letech. Diváci uslyší Dvořák Symphony Orchestra Prague, který bude dirigovat Martin Peschík, doprovází jej pěvecký sbor Pražští pěvci a pět sólistů. Vstupenky na akci stojí 120 korun a lze je koupit také na webu Nkc-nymburk.cz.

„Po loňském úspěchu bych těm návštěvníkům, kteří si



Letecký pohled na kostel svatého Jiljí

ZDENĚK FIEDLER

chtějí koupit vstupné na místě, doporučil přijít včas, protože místní koncerty bývají vyprodané,“ nabádá Smrtka.

Zahraj si i děti

Další vystoupení chystá Smrtka na Vánoce, je totiž také šéfem Nymburského komorního orchestru a učitelem houslí v Základní umělecké škole B. M. Černoorského v Nymburku a ZUŠ Milovice. Jeho žáci mají možnost vystoupit jako sólisté s or-

chestrem právě na vánočním koncertě.

„Pro děti je to velká motivace,“ vysvětluje Smrtka. „Rodičům bych rád vzkázal, ať neváhají a dají děti na nástroj, protože hudba povznáší a dává dětem radost. Některé to jako malé sice neocení, ale jako větší se žáci rádi do naší školy vracejí jednak na pokes se svými učiteli, ale také aby si zase zahráli. Láska k hudbě je nikdy neopustí,“ uzavírá Smrtka. **VERONIKA REICHELTOVÁ**



Loni zaznělo Mozartovo Requiem.

NYMBURSKÉ KULTURNÍ CENTRUM

Okupace. Ožije vzpomínkami pamětníků a ukrytými snímky

V Olomouci se dnes před pedagogickou fakultou na Žižkově náměstí otevře výstava připomínající pohledem pamětníků události srpna roku 1968. Připravila ji Paměť národa.

„Jak jinak si připomínat důležité historické události než prostřednictvím vyprávění pamětníků, dokud ještě můžeme,“ uvádí náměstkyně olomouckého primátora Mar-

kéta Záleská. „Od srpna 1968 uplynulo už 54 let, tehdejší příběhy je však důležité stále odhalovat, zejména kvůli mladé generaci,“ pokračuje Záleská.

Výstava s dobovými fotografiemi oživuje příběhy šesti lidí, kteří svým příkladem a životním postojem dali najevo, že s komunistickým režimem nesouzní. Za to byli šikanováni, stíháni a někteří

i vězněni. Expozici dokreslují dobové fotografie historika Miloslava Čermáka, který se mezi tanky okupantů nebál vstoupit s fotoaparátem a snímky ukryval až do sametové revoluce v roce 1989.

Výročí okupace ČSSR vojensky Varšavské smlouvy si mohou zájemci na stejném místě připomenout také pietním aktem v pátek 19. srpna ve 14 hodin. **ČTK**

Krátce

Hudební Špilberk

Dnes začíná Mezinárodní hudební festival Špilberk, který pořádá Filharmonie Brno. Návštěvníci se mohou těšit na klasičtější hudbu a filmové hity v podání předních českých orchestrů, pod širým nebem zahraje také big band Romana Dragouna. Večerní koncerty se konají na velkém nádvoří hradu Špilberk. Vstupenky lze pořídit na stránkách Filharmonie-brno.cz.

Folklor v Ostravě

Letní dny obyvatelům a návštěvníkům Ostravy ode dneška zpříjemní festival Folklor bez hranic. Až do pátku bude hlavní program putováním a navštíví Masarykovo náměstí, Mariánské náměstí nebo Slezskoostravský hrad. Součástí akce budou také průvody a doprovodný program Roztančené město. Vstupné na festival je zdarma kromě závěrečné akce na hradě. **MET**

ÓČKO TOUR DE PARK

18.8.2022
od 16:30

KOMENSKÉHO SADY
OSTRAVA

**VSTUP
ZDARMA**



Na místě gastro a soutěže
o partnerské produkty

Od 16:30 výuka tance s Michael
Petr (salsa)+ hudební vystoupení



MORA MAZARANDÉ FINLANDIA BOTANICAL OSTRAVA!!! MORAVSKÁ OSTRAVA A PŘÍVOZ centrum Kultury a vzdělávání NICOMANIA SKYLINK OČKO STAR ÓČKO

metro®



NEZAPOMEŇTE,
JSME I ONLINE.
METRO.CZ

Jaký batoh zvolit pro školáky? Radí expertka na zdravá záda

Když se mluví o zdraví českých dětí, často se zmiňuje obezita. Minimálně stejně závažné jsou však problémy s pohybovým systémem, jako je vadné držení těla a svalové dysbalance. S tím souvisí bolest zad i hlavy, a to už na základce, říká doc. PhDr. Daniela Stackeová, Ph.D., expertka na tematiku bolesti zad.

Co jsou hlavní příčiny takových obtíží?

Nemusí to být nutně pouze nedostatek vhodné pohybové aktivity. Vezměte si, jak dlouho sedí děti ve škole s relativně krátkými přestávkami, většinou na nepříliš ergonomických židlích. A záleží také na věku dítěte.

Kdy tomu věnovat největší pozornost?

Nástup do školy je období, kdy se zásadně zhoršuje drže-

ní těla. Dochází totiž ke změně režimu a na dítě jsou kladeny velké nároky v omezení spontánního pohybu a nuceného sezení v lavici. Zhoršení držení těla, často provázené i skoliotickým držetím páteře, provází také období takzvaných růstových spurtů, kdy děti rychle vyrostou.

Jak velký vliv na záda má nošení školního batohu?

Může mít opravdu velký vliv. Pro rodiče je proto velmi důležité, aby svému školákovi zvolili vhodný batoh, který bude zdravý zad a páteře podporovat. Pokud však bude jeho obsah zbytečně těžký, nemusí plnit ideálně svoji funkci. Kvalitní batoh proto znamená menší riziko. Také záleží na vzdálenosti, kterou dítě s batohem chodí, a zda s ním musí stát delší dobu v hromadné dopravě.



Batohy Topgal odolají i řádění školáků.

2 x TOPGAL

Často ho nemusí ani správně nosit...

Samozřejmě! Správné nošení batohu je důležité, musí být správně nastaven a nošen na obou ramenou, a to i na kratší vzdálenosti, kdy jsou děti zvyklé často jen frajersky hodit tašku na jedno rameno.

Co byste doporučila rodičům i malým školákům, kteří vybírají batoh?

Vybírejte pečlivě. Pozornost věnujte hmotnosti a nosnosti batohu, výztuze zad a také možnostem nastavení nosných řemenů, které by měly být správně široké a dlouhé.

Jak vybrat správný školní batoh?

Český výrobce Topgal připravil návod, jak při výběru vhodného školního batohu neudělat chybu. Stačí se zaměřit na šest základních věcí.

- Vybírejte takové batohy, které mají pevná, anatomicky tvarovaná záda a polstrované nastavitelné popruhy s minimální šířkou čtyři centimetry.
- Batoh by neměl vážit víc než 10 až 15 % váhy dítěte, hledejte proto co nejlehčí model.
- Bezpečnost školáků je na prvním místě i u aktovek. Vhod-

né jsou výrazné barvy, reflexní plochy nebo třeba blikačky.

- Při nákupu si ověřte, že batoh prošel nezávislými testy. Výrobek by měl splňovat základní bezpečnostní a zdravotní požadavky.
- Dostatek úložného prostoru, přihrádek a kapes je nutnost.
- Vybírejte nadčasový vzhled, který se hned neokouká.
- Více informací najdete na www.topgal.cz/jak-vybrat-skolni-batoh.



Styl a barvy batohů jsou pro malé děti i dospívající důležité.

INZERCE

TOPGAL®

Lehké batohy pro zdravá záda

www.topgal.cz



Nakupujte ve firemní prodejně Topgal, Nádražní 73, Šternberk



Spánkový i fitness kouč. Nové hodinky kromě monitoringu nabízí vylepšenou analýzu

Nová generace chytrých hodinek Galaxy Watch5 od Samsungu spatřila minulý týden světlo světa. Novinkou oproti jejich předchůdcům je vylepšená analýza dat, díky které vás hodinky nejen měří, ale dokáží poskytnout i zpětnou vazbu. Nabízejí také větší výdrž a rychlejší nabíjení.

Počítání oveček

Na monitoring spánku jsme už většinou u chytrých hodinek zvyklí, Samsung však s dalšími hodinkami přináší o dost pokročilejší funkce – například spánkový trénink Sleep Coaching, který je zaměřený na vylepšení spánkového režimu. Trvá měsíc a je šitý na míru jednotlivým uživatelům a jejich zvykům. Po propojení s domácností dokážou hodinky Galaxy Watch5 také automaticky nastavit chytré osvětlení, klimatizaci nebo televizi na určité hodnoty, a vytvořit tak optimální prostředí k zdravému spánku.

Holistický přístup ke zdraví

Unikátní BioActive senzor, známý už z předchozích modelů, vám pomocí měření odporu ve vašem těle sdělí kompletní stavbu vašeho

těla, tedy kolik tělesného tuku, kosterního svalstva nebo vody v těle máte. Senzor se však u páté generace dotýká větší plochy zápěstí, měření je tak o dost přesnější, navíc funguje v kombinaci s dalšími senzory v hodinkách, včetně nového snímače teploty, což rovněž přispívá k lepšímu pochopení celkové fyzické kondice a pohody.

Verze Pro nadchne sportovce

Novinkou je také verze Galaxy Watch5 Pro – určená pro outdoorové a sportovní užítí. Vyniká odolnou konstrukcí, dvojnásobně tvrdšímu displeji díky safírovému sklíčku, a především pak největší výdrž v rámci celé řady Galaxy hodinek. Baterie je o 60 % větší než v případě Galaxy Watch4. Mezi další nové přednosti patří podpora formátu GPX



– mapu se zakreslením absolvované trasy tak můžete snadno sdílet s přáteli, jiné trasy si naopak můžete stahovat z internetu. Na trase pak můžete věnovat plnou pozornost cestě před sebou a nemusíte sledovat mapu – spolehlivě vás povede hlasová navigace.

Obě varianty hodinek – Galaxy Watch5 i Galaxy Watch5 Pro – jsou voděodolné a designově i funkčně sladěné se skládacími telefony Galaxy Z Flip4 a Galaxy Z Fold4, představenými spolu s hodinkami. K dostání hodinky budou od 26. 8. a jejich doporuče-

ná maloobchodní cena je 7 499 Kč. Vyplatí se však předobjednat je už nyní. Pokud to například na e-shopu samsung.cz nebo ve značkových prodejnách Samsung stihnete do 25. 8., získáte bezdrátová sluchátka Galaxy Buds Live v hodnotě 2 490 Kč jako bonus.

Zvuk jako z jiné galaxie

Celou nově představenou Samsung Galaxy rodinu doplňují designová sluchátka Galaxy Buds2 Pro. Vynikají dokonale vyladěným zvukem, výdrží i bezproblémovým přepínáním mezi připojenými zařízeními.

Oproti běžným sluchátkům se Galaxy Buds2 Pro vyznačují tím, že posluchači dodají podstatně víc zvukové informace. O to se stará speciální kodek SSC HiFi, který spolu s novými koaxiálními dvoupásmovými membránami posluchači zaručí bohatý a přirozený 24bitový Hi-Fi zvuk. Co (pro některé) zní jako pojmy mezigalaktické budoucnosti, ve skutečnosti stojí za přirozeným a bohatým zvukem.

Sluchátka jsou o 15 procent menší než dřív a díky důmyslné konstrukci vám nevypadnou z uší ani se neotáčejí, takže se hodí i na cvičení a sport. Samozřejmostí je aktivní potlačení hluku neboli ANC, které je

oproti svému předchůdci efektivnější o celých 40 %. Díky tomu si hudbu užijete i v hlučném prostředí.

Co ale člověk žádá po sluchátkách nejvíce? Výdrž. A té se mu u Galaxy Buds2 Pro dostává vrchovatě. Do-

káží hrát hodiny a bez problémů vás s hudbou budou doprovázet i na dlouhých cestách. Sluchátka s kapa-

citou 61 mAh vydrží hrát až 8 hodin (5 hodin s aktivním ANC) a celkově s pouzdem o kapacitě 515 mAh pak neskutečných 29 hodin (18 hodin s aktivním ANC).



Stejně jako nové skládací telefony Galaxy Z Flip4 a Z Fold4 vstoupí sluchátka Galaxy Buds2 Pro do prodeje 26. srpna 2022, a to v grafitové, bílé a fialové barvě. Jejich doporučená maloobchodní cena je 5 699 Kč. Zakoupíte je například na e-shopu samsung.cz nebo ve značkových prodejnách Samsung. Pokud si sluchátka předobjednáte do 25. 8. nebo do vyprodání zásob, Samsung vám k ní přibalí jako bonus bezdrátovou nabíjecí podložku.

Sudoku

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

Luštěnka

L	Ů	S	N	Ě		
			1			
Ť	Á	K	P	O	Š	
				2		
S	Ů	Z	P	O	B	
					3	
Č	K	A	O	P	I	
4						
Č	A	D	Ě	J	R	O
						5

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

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

INZERCE

Týdenní horoskop

15. 8. – 21. 8. 2022

- BERAN** 21. 3. – 20. 4. Padá na vás splín, protože si začínáte uvědomovat, že se léto blíží ke konci. Máte pocit, že jste nestihli vše, co jste chtěli.
- BÝK** 21. 4. – 21. 5. Máte vedle sebe jedince, který se nebojí říct naplno svůj názor. Někdy to je ale spíš na škodu a mnoho známých spíše urazí.
- BLÍŽENCI** 22. 5. – 21. 6. I když k tomu letní období i situace vybízí, tak vy se teď nechte družít a setkávat se. Umíte si procházku užít i o samotě.
- RAK** 22. 6. – 22. 7. Nepřekypujete kreativními nápady a práci vykonáváte automaticky. Máte toho hodně, spěcháte a vaše povinnosti vás spíše obtěžují.
- LEV** 23. 7. – 22. 8. Poslední dobou máte tendence naletět na reklamní tahy a slevové akce pochybných obchodníků. Nenechte se ale zlákat jen cenou!
- PANNA** 23. 8. – 22. 9. Jste velice pozitivně nastavení. Uvědomujete si, že vaše mysl dokáže mnohé, a pokud se budete držet optimismu, tak vše bude snazší.
- VÁHY** 23. 9. – 23. 10. Někdo z vašeho blízkého okolí vás zklame. Mysleli jste si o daném jedinci, že je úplně jiný, ale jeho chování vás nemile překvapilo.
- ŠTÍR** 24. 10. – 22. 11. Tento týden jste opravdu hodně vytížení, a dokonce musíte pracovat i mimo svou pracovní dobu. Ale léto ještě nekončí, nebojte!
- STŘELEC** 23. 11. – 21. 12. Rodinné akce a setkání s přáteli si v létě užíváte. Grilování na zahradě je přesně pro vás a vaše recepty jsou doslova vyhlášené.
- KOZOROH** 22. 12. – 20. 1. Pozvánkám na rande se nebráníte, ale poslední dobou máte pocit, že máte smůlu na samé podviny. Třeba nějaké dokonalé rande vyjde.
- VODNÁŘ** 21. 1. – 20. 2. Vaše myšlenky jsou úplně někde jinde a musíte si přiznat, že jste najeli na dovolenkový režim a v práci se moc nepřetrhnete.
- RYBY** 21. 2. – 20. 3. Někdo z rodiny potřebuje pomocnou ruku. Nakonec toho budete litovat, to je tak, když nabídnete prst a někdo vám ukousne celou ruku.

Letní LÁSKA

Ptejte se kartárky na 906 70 30 35 nebo SMS na 904 30 55 s kódem KB16 a svoje datum narození!

Najde si vás konečně?

A vydrží i potom?

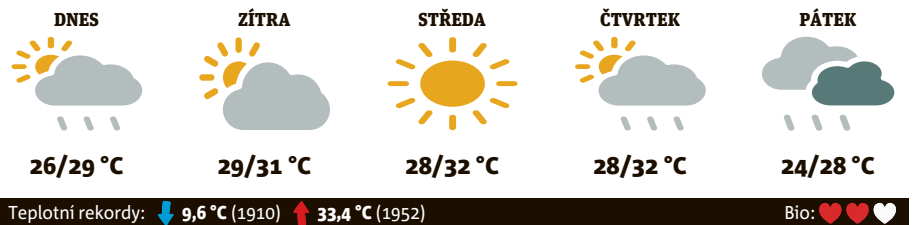
VELKÁ VIZE BUDOUCNOSTI

Co vás čeká do konce roku? Lásko, práce, finance. Zjistěte to HNEDE!

Volejte na 906 70 30 35 nebo pište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 88CEP a vaším datem narození!

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

Počasí



TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.15 Zdravotní škola IV (6/6)</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 Případy 1. oddělení II (5/8)</p> <p>21.15 Hříšní lidé města brněnského (3/4)</p> <p>22.30 Old Surehand</p> <p>Western (N/Jug., 1965)</p> <p>00.05 Klenoty naší krajiny</p> <p>00.30 AZ-kvíz</p> <p>01.00 Ignis Brunensis 2008</p> <p>01.25 Z metropole, Týden v regionech</p> <p>01.50 Kalendárium</p> <p>02.20 Dobré ráno</p>	<p>16.05 Bledý jezdec</p> <p>Western (USA, 1985)</p> <p>18.00 Matsés</p> <p>18.45 Sto divů světa II (7/13)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Nezkrotná Angelika</p> <p>Dobrodružné romantické drama (Fr./It./N, 1967)</p> <p>21.30 Všiváci</p> <p>Tragikomedie (ČR, 2014)</p> <p>23.10 Město silenců</p> <p>Drama (USA, 1997)</p> <p>01.00 Tajemství železnic (7)</p> <p>01.30 Příběhy obrácení (6/6)</p> <p>01.55 Letecké katastrofy</p> <p>02.45 Diáře a romány Pavla Kohouta</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4301)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>Specialisté (104)</p> <p>Boža. Krimiseriál (ČR, 2020)</p> <p>21.20 Specialisté (104)</p> <p>Pod maskou. Krimiseriál (ČR, 2020)</p> <p>22.30 Policie Chicago VI (18)</p> <p>23.20 Dr. House II (13)</p> <p>00.15 Dr. House II (14)</p> <p>01.05 Policie Chicago VI (18)</p> <p>01.45 Specialisté (103)</p> <p>02.30 Na lovu</p> <p>03.45 Doktorů z Počátků (126)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>15.50 Policie v akci</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.45 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Vinaři (15)</p> <p>Derby. Komedialní seriál (ČR, 2014)</p> <p>21.35 Bouřlivé víno</p> <p>Komedie (ČR, 1976)</p> <p>00.30 Ano, šéfe!</p> <p>01.35 Z místa činu</p> <p>02.35 Námořní vyšetřovací služba VIII (6)</p> <p>Posedlost. Krimiseriál (USA, 2010)</p> <p>03.30 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevňe II (1)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Flashback</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.55 Tour de park: NEBE A POETIKA</p> <p>15.00 Óčko hity</p> <p>16.00 Top 10 na poušti</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.55 Tour de park: NEBE A POETIKA</p> <p>18.00 Óčko hity</p> <p>20.30 Over Drive</p> <p>Dej gain na max</p> <p>20.35 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>22.00 Naked Attraction Denmark</p> <p>22.30 Drive</p> <p>23.00 Óčko flirt</p>

PETR KUKAL

OKRESNÍ BÁSNÍK



Sloupek

VOLNÝ SLÁVA

Svůj sociální status si my, snobi, kromě toho, že máme Lítačku s ročním kuponem a už dvakrát jsme byli na opeře (jednou na Rusalce a jednou na Dětech ráje) dokazujeme tím, že se kamarádíme se slavnými lidmi. Třeba já znám dva ministry, tykám si s kastelánem brandýského zámku a jednou jsem seděl dvě řady za Taťjanou Medveckou. A nedávno mi laskavý osud přinesl i vzácného kamaráda Slávu! Už když se mi coby nový kolega v kanclu představoval, bylo mi to jméno povědomé. Brzy se ukázalo, že z dobrých důvodů.

Sláva Volný je synem rozhlasové legendy Slávy Volného, posrpnového emigranta a redaktora Svobodné Evropy. Asi si teď říkáte, že být něčí syn není žádná zásluha, takových je plný parlament – a máte pravdu. Zásluha to není, ale za normaliza-

Cítat

Nesměl se jmenovat jako štváč z nepřátelské rozhlasové stanice.

rým zůstal skoro 30 let. Zažíval šikanování, izolaci, výslechy na StB.

Ovšem ani po listopadu 89 nebylo tohle jméno jen luxusní značkou. Znovu kvůli němu čelil nedůvěře – jestli třeba neotvírá dveře, které by jiným zůstaly zavřené. Dveře vytožené vysoké školy, dveře dobrých zaměstnání.

Teď, 33 let po revoluci, svět přebírá generace, pro niž jsou Sláva Volný starší a Jakoubek ze Stříbra vrstevníci. Nějací lidi z historie. A jediné dveře, které Sláva potřebuje otvírat, jsou ty od našeho kanclu, když nám oběma nese kafe. Všechna napětí už jsou pryč. Konečně platí to heslo ze sedmdesátek: Sláva je Volný.

Anketa

f Můžete v práci pít alkohol?



Václav Hoš
Na home office počas covidu se prý děly různé věci.



Aleš Hájek
Není pít alkoholu v zaměstnání proti směrnicím BOZP?



Vladimír Cekota
To je nemyslitélné. Pracuji totiž ve výškách.

@mojemetro



klara_has fotila z věže svatovítské katedrály. Dole se červená Malá Strana s věží kostela Panny Marie Vítězné. Pokračují domy Smíchova. Těnv dostal jméno nejspíš proto, že roku 1390, kdy tu byly ještě zelené louky a pastviny, dostal Eduard Wejšer od panovníka povolení k chovu koz. Smí - chovat.

#METROTAG

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

Dopisy a vzkazy

Zlatí lidé

Dne 11. srpna jsme s manželkou (85 let, já 90) šli přes přechod přes ulici V korytech v Praze 10. Manželka špatně šlápla a oba jsme upadli už na chodníku. Podařilo se mi vstát, ale manželka ležela a bolestí nařikala. To už ale zvedali manželku dva řidiči, jeden jel ulicí nahoru a druhý dolů, takže zastavili provoz. Byli jsme asi 30 metrů od stanice autobusu, chtěl jsem tam ženu dovést a dojet na polikliniku Zahradní Město. To už ale jiný pán vyjednal s řidičem autobusu, že nám zastaví mimo zastávku a nastoupíme. Takže jsme se setkali od stanice dvěma muži, kteří byli velice ochotní. Mám pocit, že jsem jim málo poděkoval a tak to chci napravit přes deník Metro a podělit se o setkání s dobrými lidmi. Snad si to přečtou. Teď už jsem klidný a manželka má ruku v gypsu, naše veliké díky.

Z. H., PRAHA 10

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/denikmetro

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

NÁBOJ

Komiks



Viktorii spasil střídající Pilař

Rozhodčí podle komise Hradec nepoškodili.

Fotbalisté Plzně ve třetím kole první ligy zvítězili 2:1 nad Hradcem Králové. Východočechy v mladoboleslavském domácím azylu ve 29. minutě oslabil vyloučený Vojtěch Smrž. V závěru prvního poločasu úřadující mistry poslal do vedení Tomáš Chorrý, ale těsně před pauzou vyrovnal Filip Kubala. V 84. minutě zápas rozhodl střídající bývalý královéhradecký hráč Václav Pilař.

Velké emoce vzbudila situace krátce před prvním gólem Plzně. Východočeši si stěžovali, že rozhodčí Klíma neodpísal zákrok hostujícího Sýkory na Ryněšev v pokutovém území. Podle komise rozhod-

Výsledky 3. kola

Ostrava–Zlín	3:1
Teplice–Bohemians	0:1
Brno–Mladá Boleslav	3:1
Hradec Králové–Plzeň	1:2
Jablonec–Slavia	2:3
Pardubice–Liberec	2:1
České Budějovice–Slovácko	2:2
Sparta–Olomouc	po uzávěrce

čích FAČR však sudí fotbalisty Hradce Králové nepoškodili. Penalta nebyla nařízena správně, neboť záložník vtoroků nejprve fauloval hostujícího středopolaře.

Viktoria protáhla v nejvyšší soutěži vlastní rekordní sérii bez porážky na 25 utkání a vítězně se naladila na středeční úvodní duel play-off Ligy mistrů v Baku proti Karabachu. **SM**



Mladí čeští slalomáři kupí zlato za zlatem

Čeští kanoisté Vojtěch Heger a Gabriela Satková (na snímku) se stali mistry Evropy do 23 let. Navázali tak na sobotní zlaté úspěchy parťáků kajakářů Jakuba Krejčího a Antonie Galuškové. Stříbro včera na šampionátu v Českých Budějovicích přidala Tereza Knebllová. Heger, který na loňském mistrovství do 23 let získal stříbro a v roce 2020 zlato, potvrdil, že se mu v probíhající sezoně daří. Letos vybojoval bronz na mistrovství světa kategorie do 23 let v Ivree a byl sedmý ve finále seniorského šampionátu. **ČTK**

Krátce

Jen do semifinále

Česká tenistka Karolína Plíšková si o titul v kanadském Torontu nezahraje. Loňská finalistka Canadian Open v semifinále prohrála 4:6 a 6:7 s Beatriz Haddadovou Maiovou z Brazílie.

Nešťastný pád

Česká cyklistka Kateřina Kohoutková si při pádu v sobotním vyřazovacím závodě mistrovství Evropy dráhařů zlomila klíční kost. Při karambolu v úvodní fázi závodu skončilo na zemi šest cyklistek.

Králova výpomoc

Reprezentační záložník Alex Král pomohl Schalce k prvnímu bodu po návratu do německé fotbalové ligy, nováček remizoval 2:2 s Mönchengladbachem. Leverkusen s Patrikem Schickem a Adamem

Hložkem doma nestačil na Augsburg (1:2). V zápase Hoffenheimu s Bochumí padly hned čtyři branky v prvních 23 minutách. Hosté vedli už 2:0, v úplném závěru druhého poločasu však domácí dokonali obrát. Z výhry se tak radoval i Pavel Kadeřábek.

Chyběly tři setiny

Plavkyně Simona Kubová byla na ME tři setiny od finále na 50 metrů znak. Zaplavala čas 28,21 a obsadila 11. místo. První světový rekord na tomto ME zaplavoval Rumun David Popovici na kraulařské stovce. **ČTK**

INZERCE

Cestování - nabídka

☎ 222 231 210, 602 330 913

POZNÁVACÍ ZÁJEZDY

destinace	termín	popis	cena od
MADEIRA	8.9. - 15.9.	Slavnosti vína 4 výlety v ceně	25 090
MALTA-GOZO	4.10. - 11.10.	Ostrovky a chrámy 4 výlety v ceně	27 890
UZBEKISTÁN	12.10. - 22.10.	Taškent, Buchará Samarkand, Chiva	51 190
JORDÁNSKO	3.11. - 10.11.	Skalní město Petra Mrtvé moře	34 690
MEXIKO	1.12. - 10.12.	Mayská civilizace poloostrov Yucatán	58 990

.. ARMÉNIE, GRUZIE, KAZACHSTÁN, KYRGYZSTÁN ..

.. ITÁLIE, FRANCIE, MONGOLSKO ..

ODBORNÉ ZEMĚDĚLSKÉ ZÁJEZDY

EUROVÍKENDY A MNOHO DALŠÍCH ZÁJEZDŮ

POBYTOVÉ ZÁJEZDY

.. KORFU, RHODOS, KYPR, MALTA ..

.. MADEIRA, ŠPANĚLSKO, ALBÁNIE ..

.. MAURITIUS, MALEDIVY, DOMINIKÁNSKÁ REP. ..

.. ITÁLIE, RAKOUSKO, MAĎARSKO, FRANCIE ..



CK AGL travel
Ploskovicá 19, Praha 8
www.AGLtravel.cz



Auto-moto - poptávka

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



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI,
PROSÍM, DO KOŠE
NEPATŘÍM!

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ
PENĚŽENKA NA
VĚRNOSTNÍ KARTY

NYNÍ NA
Google Play

Stáhnout v
App Store



PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE
NASKENUJTE QR KÓD



88.500,-*

**37%
UŠETŘÍTE**

54.990,-

ROHOVÁ KUCHYŇ, VČ. SPOTŘEBIČŮ

vč. spotřebičů značky Mora:

- vestavné trouby, VTS555DXB, ³⁾
- plynové varné desky, VTS555DXB
- digestoře, OV686GBX, ³⁾



welnova
NEU • INNOVATIV • MODERN

XXXL výběr předních stran a korpusů



Rohová kuchyň, vč. spotřebičů, z kompozitního dřeva v dekoru dub a v bílé barvě, velký výběr předních stran a korpusů za individuální cenu, vč. spotřebičů značky Mora, vestavné trouby, VTS555DXB, ³⁾, plynové varné desky, VTS555DXB, digestoře, OV686GBX, ³⁾, cca 245x225 cm, místo 88.500,-* **54.990,- zadní stěna, dřez a armatura za příplatek (18710246/37)**



XXXL akce

50% sleva²⁾

na plánované kuchyně značek **Novel, C'elina a Dieter Knoll Collection**

²⁾ Sleva se vztahuje na nezávazně doporučenou spotřebitel-skou cenu a platí jen při nákupu plánované kuchyně v hodnotě nad 65.000 Kč bez elektrospotřebičů. Nevztahuje se na akční a výprodejové zboží a zboží propagované v aktuální reklamě. Platí jen pro nově uskutečněné objednávky. Akce se nevztahuje na kuchyňské bloky a spotřebiče. Sleva 10 % ON TOP ve formě poukazu na příští nákup se počítá z ceny po odečtení slevy „50% na plánované kuchyně značek Novel, C'elina a Dieter Knoll Collection“. Po uplatnění slevy nemohou být žádné další slevy poskytnuty. Akce platí pouze v obchodních domech. Akce platí **od pondělí do čtvrtka 15. - 18. 08. a 22. - 25. 08. 2022.**

+ 10% ON TOP
ve formě poukazu na příští nákup

ZDARMA
doprava a montáž²⁾

při nákupu plánované kuchyně bez elektrospotřebičů v hodnotě nad 65.000 Kč



Hledáte svou vysněnou kuchyni?

Vaše potřeby a požadavky jsou výjimečné, a právě proto by taková měla být i vaše kuchyně. Naším cílem je splnit vám sen o vaší perfektní kuchyni. Takhle jednoduché to je:



Inspirace

Ať už od vašich přátel či z časopisů o bydlení. Jaký typ kuchyní se vám líbí nejvíce?



Zaměření

Pro plánování jsou zásadní konkrétní rozměry místa, kde má stát vaše nová kuchyně. Měřte tedy důkladně!



Poradenství

Vaše představy a získané rozměry jsou pro nás základ. Budeme vám pak umět co nejlépe poradit.



3D plánování

Společně vypracujeme koncept realizace vaší vysněné kuchyně.



Odborné zaměření

Celý plán kuchyně překontrolujeme ještě jednou do detailu přímo u vás doma.



Doprava & montáž

Na přání se postaráme o dodání a montáž vaší nové kuchyně vč. zapojení všech spotřebičů.

Dohodněte si vhodný termín online nebo telefonicky.
interier-kuchyne@xxxlutz.cz
+420 242 242 200
(Po - Ne, 08:00 - 19:00 hod.)



* Nezávazně doporučená spotřebitelská cena. ** Dosavadní prodejní cena.

BOXXX

Nejlepší volba, TOP cena!

39,-

1 SADA RAMÍNEK

8 ks v balení



BOXXX

46%
UŠETŘÍTE

149,-

2 BATERIE AAA, 30 KS



BOXXX

BOXXX

ve 2 velikostech

149,-

3 HADROVÝ KOBEREČ
CCA 60X120 CM



BOXXX



33%
UŠETŘÍTE

199,-

4 POVLEČENÍ



PÁTEK
19. do
SRPEN

PONDĚLÍ
22.
SRPEN

25% sleva
na celý váš
nákup

BOXXX

neprůhledný

vhodný pro
všechny
kolejnice
a garnýže

249,-

5 HOTOVÝ ZÁVĚS,
CENA ZA KS



BOXXX



599,-

6 STROPNÍ SVĚTLIDLO,
CCA 40X40 CM



BOXXX



899,-

7 STROPNÍ LED SVĚTLIDLO,
Ø CCA 40 CM



XXXL novinka

1: Sada ramínek, 8 ks v balení, z plastu v černé barvě, s otočnými háčky, 39,- (60640127) 2: Baterie AAA, 1,5 V 30 ks, místo 279,-* **149,-** (79330267/01-02) 3: Hadrový koberec „Maxi“, 70 % polyester, 30 % bavlna, cca 60x120 cm, místo 299,-* **149,-** cca 80x150 cm, místo 499,-* **249,-** (67670028/52,54; 0029/52,54;0030/52,54;0031/52,54) 4: Povlečení, 100 % polyester, ve 3 barvách, na zip, 140x200/70x90 cm, místo 299,-* **199,-** (30750081/01-03) 5: Hotový závěs, 100 % polyester, cca 140x245 cm, cena za ks, místo 699,-* **249,-** (64350002/01-04,06) 6: Stropní svítidlo, kov v černé barvě/akryl v bílé barvě, 35 W LED/2750lm, 3000 K, cca 40x40 cm, místo 1.299,-* **599,-** zabudovaný LED světelný zdroj nelze vyměnit (82270944/01) 7: Stropní LED svítidlo, kov a plast v bílé a stříbrné barvě, 30 W LED/ 1930 lm, 4000 K, Ø cca 40 cm, místo 1.499,-* **899,-** (82270943/01) 1) Bližší informace na titulní straně.

Luca BESSONI



15,-

SKLENICE

Sklenice, čiré sklo, vhodná do myčky nádobí, cca 310 ml, místo 29,-* **15,-** (77690012)

549,-

DEKORAČNÍ POLŠTÁŘ



k dostání ve 2 rozměrech

649,-

OBOUSTRANNÁ DEKA, CCA 140X210 CM

Oboustranná deka, 100 % bavlna, žakár, cca 140x210 cm, místo 1.399,-* **649,-** nebo o rozměru cca 220x240 cm, místo 2.799,-* **1.399,-** dekorační polštář, na zip, cca 40x60 cm, místo 799,-* **549,-** (57170010/01-02,04,06;0011/01-02;0017/01-02,04,06)

XXXL novinka

ESPOSA



ve 3 designech

649,-

SATÉNOVÉ POVLEČENÍ



Saténové povlečení, 100 % bavlna, na zip, cca 70x90/140x200 cm, místo 1.399,-* **649,-** (39680032/01-02;59040068/01)

Všechny nabídky platí od 15. 08. do vyprodání zásob, nejdéle však do 28. 08. 2022. Textové a tiskové chyby vyhrazeny. Všechny ceny jsou uváděny v Kč včetně DPH. Chyby v letáku, meziprodej a změny modelů vyhrazeny. Všechny výrobky mohou být vydány pouze v limitovaném množství. Výrobky z reklamní nabídky nemusí být vystaveny ve všech obchodních domech XXXLutz. Přesné rozměry a návody na údržbu jsou k dostání v obchodním domě. Některé výrobky z reklamní nabídky nemusí být dostupné v obchodních domech XXXLutz v Olomouci, Liberci a Českých Budějovicích. Impressum: Zadávatel a zpracovatel je XLCC Nábytek s.r.o. * Nezávazně doporučená spotřebitelská cena. ** Dosavadní prodejní cena.

XXXLutz Praha Stodůlky, Nárožní 1390/4, 158 00 Praha 5, Tel.: 230 200 000, store.pr@xxxlutz.cz
XXXLutz Praha Černý Most, Chlumecká 712/8, 198 00 Praha 14, Tel.: 225 286 000, store.pq@xxxlutz.cz
XXXLutz Brno, Splavská 1154, 664 42 Brno, Tel.: 518 704 000, store.bc@xxxlutz.cz
XXXLutz Čestlice, Pražská 135, 251 01 Čestlice, Tel.: 212 200 500, store.lt@xxxlutz.cz
XXXLutz Praha Letňany, Veselská 709, 199 00 Praha 9, Tel.: 212 200 700, store.at@xxxlutz.cz
XXXLutz Píseň, Písecká 1090/10, 326 00 Píseň - Černice, Tel.: 378 605 100, store.86@xxxlutz.cz
XXXLutz Ostrava, Rudná 3185/71, 700 30 Ostrava, Tel.: 558 115 500, store.91@xxxlutz.cz
XXXLutz Olomouc, Kafkova 17, 779 00 Olomouc, Tel.: 587 209 700, store.4m@xxxlutz.cz
XXXLutz Liberec, K Bauhausu 609, 460 11 Liberec, Tel.: 487 354 900, store.1l@xxxlutz.cz
XXXLutz České Budějovice, České Vrbné 2399, 370 11 České Budějovice Tel.: 389 603 800, store.ab@xxxlutz.cz



24/7 e-shop
xxxlutz.cz

navštivte nás také na: