



# CSBETON PARK INSPIRACE

## PARK INSPIRACE NA BŘEHU ŽERNOSECKÉHO JEZERA

v turisticky oblíbené oblasti Porta Bohemica je  
**NAVRŽEN PRO ODPOČINEK A NAČERPÁNÍ  
NOVÝCH NÁPADŮ PRO DŮM I ZAHRADU.**

Na své si přijdou nejen milovníci zahrádkaření  
a kutilství, ale i ostatní členové rodiny.

Dvouhektarový zahradní areál se kaskádovitě  
svažuje k jezeru a v jeho jednotlivých zónách  
si můžete detailně prohlédnout pestrou  
škálu betonových dlažeb, zídek, obrubníků a palisád.



## NEVÁHEJTE NAVŠTÍVIT PARK INSPIRACE

- procházkou
- na kole Labskou stezkou
- autem
- či lodí



## A ZAŽIJTE U NÁS PŘÍJEMNÝ ČAS!



**Ve Velkých Žernosekách** uvidíte například  
japonskou zahradu, přírodní jezírko s lekníny  
nebo městskou parkovou úpravu. Můžete  
též využít rybářské molo.

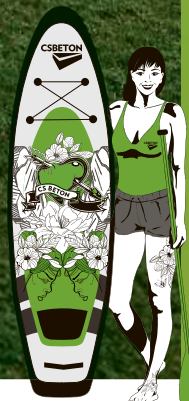
**Děti se pobaví** v koutku s trampolínou  
a skluzavkou a **vy si odpočinete**  
ve stánku s občerstvením.



Veškeré stavební prvky parku  
jsou vyrobeny **v naší rodinné  
firmě CS-BETON**, která je jedničkou  
na trhu a má více než 30letou tradici.

Nedílnou součástí **PARKU INSPIRACE** je  
Infocentrum, **klientské centrum CS-BETON**,  
kde vám naši odborníci odpoví na dotazy  
k výrobkům a poradí s jejich nákupem.

**Zamluvte si odbornou konzultaci  
v Infocentru v čase 8:30 – 17:00**  
**Dita Vrbová: +420 735 722 963**  
**dita.vrbova@csbeton.cz**



## Proč e-Finance, a. s.?

**ZAJIŠTĚNÉ E-FINANCE  
DLUHOPISY**

**8,5 %**

**ROČNÍ  
VÝNOS**

## Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Skupina e-Finance disponuje zajímavým portfoliem dluhopisů:

- Jednoleté zajištěné dluhopisy areálem zámku Račice s výnosem **8,5 %** ročně
- Dvouleté dluhopisy s výnosem **8 %** v prvním roce a **7 %** ve druhém roce
- Třileté dluhopisy s výnosem **9 %** v prvním roce, **8 %** ve druhém roce a **5 %** ve třetím roce
- Čtyřleté protiinflační dluhopisy s výnosem roční míra inflace **+1 %**

Investice e-Finance jsou vidět! Tím, že společnost e-Finance investuje finanční prostředky svých investorů do investičních nemovitostí, které následně má ve své správě, tak investoři mohou tyto „investiční projekty“ sami navštívit.

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



Zámek Račice



EFI SPA Hotel\*\*\*\* Superior & Pivovar

Jedná se např. o tyto projekty:

- ▶ **EFI SPA Hotel\*\*\*\* Superior & Pivovar**
- ▶ **eFi Palace Hotel\*\*\***
- ▶ **Zámek Račice v Račicích-Pístovicích**
- ▶ **EFI Residence Holzova 28**
- ▶ **EFI ApartHotel Horní Lipová v Jeseníkách.**

Další projekty e-Finance najdete přímo na webu e-Finance v záložce **PORTFOLIO INVESTIC**.

*DOPORUČUJEME, aby si potenciální investoři přečetli základní prospekt spolu s jeho konečnými podmínkami, nežli učiní investiční rozhodnutí, aby tak plně pochopili potenciální rizika a výnosy spojené s rozhodnutím investovat do cenných papírů.*

Dluhopisy e-Finance můžete objednávat přes internet, emailem, telefonicky, osobně.

[www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu)

@ [info@e-finance.eu](mailto:info@e-finance.eu)

**BRNO**, eFi Palace Komplex, Bratislavská 52  
+420 515 555 555

**PRAHA**, Budova City Empiria, Na Strži 1702/65  
+420 515 555 525

## OBJEDNEJTE SI VČAS LETNÍ DOVOLENOU NA ZÁMKU!

Zveme Vás na

# Zámek Račice

Ráčice - Pístovice na Vyškovsku  
30 km od Brna

Prohlídkové okruhy v provozu celoročně.



- 📍 Pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova
- 🛏 Ubytování ve stylových apartmánech
- ☺ Příjemné posezení v EFI Hostinci Konírna
- 🍷 Společenský sál Konírna pro rodinné i firemní akce
- 🍺 Výborná řemeslná piva z EFI Pivovaru
- 🎊 Unikátní prostředí pro svatby a společenské akce
- 🏊 V Podzámčí venkovní bazén s terasami
- 🧖 Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou

**e-Finance**  
EFI Zámek Račice  
člen  
e-Finance Group

**EFI**  
Zámek Račice  
RÁCHICE - PÍSTOVICE

Ráčice 1. Ráčice - Pístovice  
+420 515 555 549, [info@zamekracice.cz](mailto:info@zamekracice.cz)  
[www.zamekracice.cz](http://www.zamekracice.cz)

metro

Česko reprezentoval na paralympiádách, nyní Zdeněk Krupička trénuje nadějně dětské parahokejisty.

STRANY 10, 11



# Dovolená snů? S hodně jídlem a bez počítače

Češi si letos **nejčastěji kupují osmidenní** pobyty v Turecku. Chtějí **upozadit sociální sítě** a kombinovat relax s aktivním odpočinkem, ukázal aktuální průzkum.

STRANY 6, 7

## Český tým čeká Rakousko, které trápí favority

Po nečekané bodové „krádeži“ proti favorizované Kanadě (tým javorových listů vyhrál 7:6 až po prodloužení) a včerejším zápase s Finskem, jenž se dohrával po uzávěrci tohoto vydání deníku Metro, změní tým Rakouska síly s domácími Čechy. Mužstvo trenéra Radima Rulíka rozhodně nečeká lehká práce, jak by mohla napovídat dosavadní bilance obou týmů, když Češi z 24 utkání prohráli pouze jedině. Outsider z Rakouska se totiž na tomto šampionátu prezentuje slušnou útočnou hrou, třeba Švýcarsku nasázel pět gólů. Kouč Rulík už dopředu avizoval, že má v plánu zamíchat s přesilovkovými formacemi. „U výhody pět na tři vám z fleky řeknu, že je určitě změníme a zapracujeme na tom, abychom ji zahráli lépe. U pět na čtyři si projdeme video a podle toho se rozhodneme,“ prohlásil po středečním utkání s Dánskem, které Češi vyhráli 7:4. Zápas Česko–Rakousko startuje dnes ve 20.20.

STRANA 28



## Na přejezdech umírá nejvíc lidí

Každá desátá nehoda na železničním přejezdu v Česku končí tragicky. Je to výrazně více než činí průměr pro ostatní dopravní karamboly. Portál nehod upozorňuje na nejrizikovější místa, ke kterým patří přejezdy v hustě zalidněných lokalitách.

STRANA 2

## Co čeká domácí trh práce?

Nezaměstnanost v Česku patří mezi nejnižší v Evropě. Na jednu volnou pozici, kterou firmy nebo instituce nabízejí, je přibližně jeden uchazeč o práci. Což je v posledních letech málo vídaná věc, volných míst bylo obvykle víc než lidí, kteří zaměstnání hledali.

STRANA 8

## V každém dřímá umělec. I kávový

Kdokoli si může namalovat obraz a stát se umělcem, řekla si parta tří studentů v Praze a rozjela ArtMoment, projekt se zážitkovým malováním. Jejich kurzy už prošly tisíce lidí. Vymýšlejí novinky – nyní třeba nechají lidi malovat obrazy kávou.

STRANY 12, 13

## Oldřich Kaiser zahradníkem

Režisér a herec Jiří Havelka představuje svůj nový film Zahradníkův rok. V hlavních rolích se objeví Oldřich Kaiser, Dáša Vokatá, Štěpán Kozub a Michal Isteník. Hořkosladká komedie je zarámována čtyřmi ročními obdobími a Čapkovou stejnojmennou knihou.

STRANA 17



## Mají novou vodní atrakci na dobu horkých letních dnů

Novou dešťovou zahradu otevřeli na rohu ulic Na Hrázi a Sokolská poblíž bývalého mlýnského náhonu Strhanec v Přerově. Zahrada, která má také soustavu malých rybníčků, by se měla stát vyhledávanou atrakcí zejména v horkých letních dnech. Má zlepšit klima v této části města. Vodní prvky, které fungují také jako hry nebo budky pro ptáky, byly vyrobeny ze dřeva vykácených původních stromů, jež se nacházely v havarijním stavu. Město na místa po vykácených stromech už vysadilo nové. Voda se bude ve velké míře využívat ze střechy blízké knihovny. **ČTK**



# Na přejezdech umírá nejvíce lidí

**Střetů s vlaky tolik není, přesto pokud se stanou, skončí z většiny případů tragicky.**

Každá desátá nehoda na přejezdu končí tragicky. Je to výrazně více než průměr pro ostatní dopravní nehody. Rizikové jsou železniční přejezdy v hustě obydlených oblas-

tech, v blízkosti křižovatek a u hlavních dopravních tepen. Absence závor a dalších bezpečnostních prvků spolu s nezodpovědným chováním řidičů a vysokou frekvencí dopravy jsou faktory, které riziko nehod výrazně zvyšují.

„Podle zjištění Portálu nehod při střetu s vlakem na přejezdech končí 10 procent nehod úmrtím posádky vozu. Přitom u všech nehod na českých silnicích je to jen 0,6 procenta nehod. Vy-

soký je i podíl nehod s těžkým zraněním – k němu dojde u osmi procent nehod na přejezdech, zatímco u všech nehod to je 2,5 procenta,“ uvádí Jan Chalas ze společnosti DataFriends, která provozuje Portál nehod. Rozdíl je samozřejmě v tom, že při střetu s vlakem se většinou srážka odehraje v mnohem vyšší rychlosti jedoucího vlaku s obrovskou kinetickou energií. Vlak na zpomalení či zastavení na rozdíl od auto-

mobilu potřebuje i několik stovek metrů. Střet s vlakem často mívá fatální následky.

Rizikovým faktorem je především nezodpovědné chování řidičů, kteří vjíždějí na přejezd, i když svítí červená výstražná světla. Samozřejmě i míra zabezpečení přejezdů výstražnými varovnými systémy – například závorami – hraje významnou roli. Klíčová je pak samozřejmě také intenzita železniční a automobilové dopravy. **MET**

Portál nehod již několik let upozorňuje na riziková místa nehod na českých silnicích. Chce tak přispět ke snížení nehodovosti u nás. Kde ta místa jsou? Například přejezd poblíž železniční zastávky Zlín-Podvesná, v centru Neratovic, kde se potkává několik regionálně významných železničních tratí. Další rizikové přejezdy najdeme ve Vysokém Mýtě na Litomyšlském předměstí. Více na webu Portalnehod.cz. **MET**

INZERCE

13.–19.  
května  
2024



**Týden  
rané péče<sup>®</sup>**  
**STAVÍME MOSTY**

Společnost  
pro ranou péči

[tyden.ranapece.cz](https://tyden.ranapece.cz)

# Zapojte se do závodů na toboganu

Máte rádi rychlou jízdu, tobogany nebo vodní atrakce? Tak si nenechte ujít unikátní závod a vyrazte s dětmi zítřka na oblíbenou soutěž v nejrychlejší jízdě na toboganu do Aquapalace Praha. Užít si

bezva den s celou rodinou, vyzkoušet své štěstí a stát se třeba nejrychlejším závodníkem. Souběžně se závodem bude probíhat bohatý doprovodný program, kde se můžete těšit na soutěže

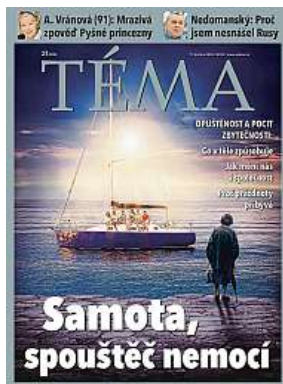
pro děti, animační programy a dalších vodní hry. Návštěvníci mohou vyhrát roční permanentku do Aquapalace Praha. Více informací najdete na webu volnočasového areálu Aquapalace.cz.



Zítřka za zábavou do akvaparku v Čestlicích

2x PEPR CONSULTING

## Samota. Lidé umírají dříve



Samota, nebo osamělost? Psychologové v tom rozlišují. Osamělost je psychologický stav. Je to pocit, kdy se člověk cítí být sám. Ale samota je stav objektivní, kdy okolo skutečně nikoho nemáme, ani příbuzné, ani kamarády. „Existují výzkumy, které potvrzují, že když lidé žijí sami, rychleji chřádnou, jsou náchylnější na duševní i somatické nemoci včetně kardiovaskulárních, jsou celkově nespokojenější a umírají dříve,“ říká psycholog Adam Suchý, který vede Ordinaci klinické psychologie v Prostějově. Proč neumíme být sami se sebou? Kdo trpí opuštěním nejvíce? A jak můžeme přispět k „rozpuštění“ lidské osamělosti? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

### JSME DÁL SILNÍ

# 295

Za poslední čtyři čtvrtletí měl deník Metro 295 tisíc čtenářů na vydání. Vyplývá to z údajů Media projektu. Jedničkou zůstává Blesk s 568 tisíci čtenáři na vydání. Následuje Mladá fronta DNES s 368 tisíci čtenáři. Údaje ukazují, že čtenost tisku je v ČR nadále vysoká a stabilní. „To je dobrá zpráva nejen pro vydavatele, ale také pro inzerenty. Tisk jim trvale poskytuje efektivní nástroj pro oslovení spotřebitelů,“ uvedl šéf Unie vydavatelů Václav Mach. **čTK**

INZERCE

# Pá-Ne

super prodloužený víkend  
OD 17. 5. DO 19. 5.

## KUPŮN NA SLEVOU

V APLIKACI

-25%

**VÝROBKY ZNAČKY FRANZ JOSEF KAISER**

+ Aktivovat za 10 bodů

**ŠVĚDA**  
Masová konzerva  
Vepřové maso od sedláka  
420 g  
(=1 kg 166,43)

AKCE!

pouze 69,90

**JARMARK**  
Brambůrky solené / Česnekové  
150 g  
(=100 g 13,27)

AKCE!

pouze 19,90

**MARILA**  
Zrnková káva  
Crema Delicada / Crema Intensa  
500 g  
(=100 g 27,98)

AKCE!

pouze 139,90

**KORUNNÍ**  
Minerální voda  
ochucená různé druhy  
1,5 l PET láhev  
(=1 l 9,27)

AKCE!

pouze 13,90

**GAMBRINUS**  
ORIGINÁL 10  
Pivo  
světlé výčepní  
0,5 l vratná láhev  
(=1 l 23,80)

AKCE!

pouze 11,90

**HARMONY**  
Toaletní papír  
soft  
3vrstvý  
16 rolí  
(=1 role 5,62)

AKCE!

pouze 89,90

**Běžná otevírací doba: pondělí – neděle: 7.00 – 22.00 hodin**

Mladá Boleslav, Písek: 6.00 – 22.00 hodin, Pardubice: 6.00 – 21.00 hodin

Akceptujeme tyto platební prostředky:



**AKCE!** = zboží nabízené v našem letáku za výhodnou cenu opakovaně nebo mimořádně do vyprodání zásob. Prodej jen v množství obvyklém pro domácnost. Všechna foto jsou pouze ilustrační. Nabídka zboží se může lišit dle velikosti prodejny. Za tiskové chyby neručíme. Kompletní nabídka také na [www.kaufland.cz](http://www.kaufland.cz)

\* KC – měrná cena platná s Kaufland Card, A – měrná cena platná pro akci.



*Moje první volba*

## VLASOVÝ HIT

Vzkaz pro Aleše z Pardubic, Jarku z Ostravy a Honzu z Výchova, které trápí úbytek vlasů, nám poslal Milan z Brna.

Pana Milana otravoval rychlý úbytek vlasů s tvořením nepříjemných čelních koutů až do okamžiku, než narazil na speciální vlasovou kosmetiku THERMAL. Z její kolekce si vybral vlasový krém THERMAL za 330 Kč a šampón THERMAL také za 330 Kč.

Tyto výrobky tvoří spolu kompletní kúru v poměru 2 ks TH krému a 1 ks TH šampónu, kterou užívá dva měsíce a nemůže si ji vynachválit. Poslal nám i adresu, kde lze účinné přípravky objednat.

Je to: SENS - 697 01 Kojov, Komenského 606. Tel.: 518 615 091  
[www.thermal-sens.cz](http://www.thermal-sens.cz)

## Se spolujiteli není řeč?



608 728 636

## Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte.

§ nepotřebujete souhlas spolujitelů

👍 cenová nabídka zdarma

💰 peníze ihned při podpisu smlouvy

👉 [skayocapital.cz](http://skayocapital.cz)

# „Radikálům se na Slovensku daří“

**Slovenská společnost se po dvou důležitých volbách polarizuje.**

S dlouhodobou polarizací a radikalizací slovenské společnosti spojují politologové střední atentát na tamního premiéra Roberta Fica. Situaci na Slovensku vyostřily podle nich mimo jiné dvojce důležité volby v poslední době – parlamentní loni v září a prezidentské letos na přelomu března a dubna. Za cestu ven považují semknutí kolem zásad demokracie a právního státu.

„Vidíme důsledky společenské polarizace a radikalizace, které jsou na Slovensku přítomné už delší čas. Viděli jsme je velmi konkrétně v poslední předvolební kampani u řady slovenských stran, v útocích na prezidentku (Zuzanu) Čaputovou nebo obecně ve vyšší oblibě dezinformačních konceptů, kterým se na Slovensku daří,“ říká politolog Jan Charvát z Fakulty sociálních věd Univerzity Karlovy. S rostoucí polarizací společnosti se odsouzeníhodný útok na Fica spojuje po právu, míní politolog Aleš Michal z Fakulty sociálních věd Univerzity Karlovy. „Ta se na atmosféře v zemi projevuje už delší dobu, mi-

možná silně v posledních měsících, kdy proběhly dvojce po sobě jdoucí důležité volby,“ dodal.

Fico polarizoval společnost v parlamentních volbách, ještě víc lidi rozdělily volby hlavy státu, míní Michal. „Už před prvním kolem bylo jasné, že se vytvořily dva do zásadní míry neprostopné tábory, což ukazoval vysoký zisk pouze dvou kandidátů. Jejich voličská jádra se upevňovala, což přimělo řadu lidí se postavit do role buď přesvědčeného fanouška nové vládní koalice, nebo zásadního odpůrce,“ uvedl. Charvát připomněl vraždu novináře Jána Kuciaka a jeho partnerky Martiny Kušnírové z roku 2018 či předloňskou homofobní vraždu dvou lidí u bratislavského baru.

Politologové se shodují na tom, že je znepokojivé, jak se radikální postoje stávají mainstreamovými. „Projevuje se to například tím, jakým způsobem nová slovenská vláda přistupuje k nezávislosti justice a médií, jak upřednostňuje dezinformační média prezentující radikální názory před standardní novinářskou prací,“ doplnil Michal z Fakulty sociálních věd. **ČTK**

## POKUS O ATENTÁT

**Premiér Robert Fico zůstává v rukách lékařů. Jeho stav je stabilizovaný, ale dál vážný. Informace byla platná do konce uzávěrky tohoto vydání deníku Metro.**

- Čeští policisté vyhodnocují příspěvky na internetu, které útok schvalují. Zvýšili také ostražitost i v souvislosti s mistrovstvím světa v hokeji, a to zejména v Ostravě, kde v základní skupině hraje slovenský národní tým.

- Český premiér Petr Fiala řekl, že nebude měnit své návyky a způsob práce. „Politik má chodit mezi lidmi

a diskutovat s nimi. Událost je ale příležitostí pro všechny, kdo oslovují veřejnost, aby přemýšleli nad svými kroky a odpovědností za to, jaká je společenská atmosféra. Demokracie musí být střetem názorů a programů, ale ne něčím, co otevírá dveře násilí,“ řekl premiér.

- Předseda Progresivního Slovenska Michal Šimečka odmítá po atentátu svalování viny za tento čin na opozici a média. Také navrhl, aby se slovenští politici nejméně na sto dní zdrželi vzájemných útoků a vymanili se tak ze „špinavé spirály“. **ČTK**

## Po Tugendhatu další klenot



Zahrada je otevřená.

2x ČTK

Zahrada nedávno otevřená zrekonstruované Arnoldovy vily v brněnských Černých Polích se po kompletní obnově za 25 milionů korun otevřela veřejnosti. Nese jméno posledních majitelů vily Cecilie a Kornelia Hože. Zároveň se ve vile otevřela kavárna Cecilie café. Zahrada byla po letech bez údržby zanedbaná. Původně měla zahrada spíš hospodářské využití, většinu její plochy tvořil ovocný sad a vinný hrad, který architekti zachovali jako původní stopu předchozího využití pozemku. Dům stojí v těsném sousedství přístupných vil Tugendhat a Löw-Beer, je však starší. Vznikl pro stavitele Josefa Arnolda v 60. letech 19. století. Poslední soukromí majitelé vily zahynuli za druhé světové války. Od 50. let do roku 2013 sloužila vila jako školka, poté byla téměř deset let prázdná a chátrala. **ČTK**

INZERCE

# DIFFUSIL

## drží hmyz od těla

**NOVINKA**

**až 8 hodin**

Diffusil odpuzuje komáry a klíšťata **od roku 1956**

# BAUHAUS<sup>®</sup>



**Když myslíte na zahradu,  
slyšíte BAUHAUS**

Váš specialista pro dílnu, dům a zahradu.

[f /bauhauscz](https://www.facebook.com/bauhauscz)

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

# ČEŠI SI BEROU DVOJE PLAVKY A

## Dovolená je pro Čechy stěžejním bodem v kalendáři.

Ačkoli před odjezdem na dovolenou někteří prožívají mírnou nervozitu, u třetiny Čechů převládá radost a nadšení. Preferují kombinaci aktivní dovolené a relaxace, pracovat nehodlá více než 90 procent dotazovaných. Vyplývá to z průzkumu cestovní agentury Invia realizovaného prostřednictvím aplikace Instant Research agentury Ipsos.

### Stres před odjezdem

Podle průzkumu třetina respondentů považuje plánování dovolené za stresující, přesto se každý druhý balí pouze den před odjezdem. Téměř třetina dotazovaných uvedla, že prožívá radost a nadšení, každý čtvrtý je nervózní z toho, aby začátek dovolené proběhl hladce a bez problémů.

Nervozita může pramenit především z představy, jak

by měla ideální dovolená vypadat. Podle profesionální koučky osobního a profesního rozvoje Alice Budové na sebe často vyvíjíme nerealistickou kombinaci nároků. „Chceme mít dokonalé zážitky, harmonické chvíle s blízkými, vše perfektní a přesně podle očekávání. Pak ale hrozí pocity zklamání. Očekávání je třeba formulovat chytře. Jaký je ten jeden nejlákavější zážitek, se kterým chce každý z rodiny odjet? Jaká je ta nejdůležitější potřeba, kterou chceme dovolenou naplnit? S jakým pocitem chci z dovolené odjíždět, co konkrétně pro to mohu každý den udělat? Podobné dotazy nám mohou pomoci být realističtější ve svých očekáváních a tlumit tak negativní pocit, který v nás mohou vytvářet,“ dodává Budová.

### Na poslední chvíli

S balením věcí si Češi starosti příliš nedělají, každý druhý se připravuje den před odjezdem. Třetina lidí si nechává týdenní rezervu, více než polovina Čechů píše seznamy



Letošní novinkou cestovních kanceláří jsou například Azorské ostrovy či zájezdy dostupné z regionálních letišť.

2x INVIA

věcí, co nezapomenout. K moři nesmí chybět především plavky, 60 procent lidí si bere nejčastěji dvoje. Před odletem si pak téměř polovina lidí váží zavazadlo doma, předchází tím zbytečnému stresu a komplikacím na letišti.

### Relax a digitální detox

Téměř polovina Čechů vyhledává kombinaci aktivní a odpočinkové dovolené. Relaxa-

ci u moře, bazénu či na chatě volí každý třetí. O tom, že lidé berou rekreaci na dovolené vážně, svědčí i to, že více než 90 procent dotazovaných nehodlá na dovolené pracovat, 73 procent respondentů si s sebou nebere pracovní počítač ani telefon. Práce však není jediným prvkem, od kterého bychom si měli odpočinout. „Pro mentální regeneraci ale nestačí na dovolené jen nepracovat. Neustálým scrol-

lováním a nasáváním přemíry podnětů v digitálním vesmíru se dá prokrastinovat i od pořádného odpočinku,“ doplňuje Budová.

### Off-line dovolená

Důležitost přítomného okamžiku a odpočinku od on-line světa si uvědomují i Češi, digitální detox si na cestách dopřejí téměř tři čtvrtiny dotazovaných, kteří na dovolené plánují omezit používání internetu. „Dovolená je skvělá příležitost pro trénink technik meditace a mindfulness. Budme zvědaví, přítomní tady a teď. Upustme od perfekcionismu a radujme se i z nedokonalého,“ uzavírá Budová.

### Konzervativní Češi

Přestože se nabídky zájezdů rozrůstají o nové destinace dostupné přímým letem z Prahy či regionálních letišť, Češi zůstávají s výběrem dovolené konzervativní a chtějí si dopřát luxus a pohodlí. Proto nejčastěji volí resorty s all inclusive stravováním v Turecku, Řecku nebo Egyptě.

INZERCE

**VELETRH VĚDY**  
PVA EXPO Praha  
**30. 5. – 1. 6.**

Největší vědecká událost v ČR!

Akademie věd České republiky

**www.veletrhvedy.cz**

vstup zdarma

**RENTIÉR**

**BEZSTAROSTNÝCH 5 LET**  
AŽ 200 000 Kč MĚSÍČNĚ NA 5 LET • 3 000 000 Kč IHNEDE

Setři a vyhraj i online

HRÁJ S ROZUMEM. Aniž byste svoji finanční varuje. Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! 18+





# BALÍ SE DEN PŘED ODJEZDEM



Poptávka každoročně roste i o zájezdy do exotických destinací v Keni, na Madagaskaru nebo Zanzibaru.

Češi navíc letos plánují dovolenou ve velkém. I díky umírněné inflaci se zájem o letní zájezdy v porovnání s minulým rokem zvýšil o 25 procent.

Podle tiskové mluvčí Invie Jiřiny Ekrty Jiruškové bude letní sezona opravdu silná. „Velký zájem klientů jsme zaznamenali již v období předprodeje first minute, kdy jsme prodali o čtvrtinu zájezdů

více než loni. Největší počet klientů zamíří na dovolenou již začátkem letních prázdnin, tedy poslední červnový víkend,“ říká Ekrta Jirušková.

#### Hlavně pohodlí

Ať už se jedná o rodiny s dětmi, mladé páry, nebo seniory, výběr letních destinací se příliš neliší. Češi si jednoduše chtějí dopřát pohodlí. I proto většina volí leteckou dopravu

all inclusive nabídkou a ubytování nejčastěji ve čtyřhvězdičkovém hotelu.

„Klienti si letos nejčastěji dopřejí osmidenní dovolenou v Turecku, kam v létě zamíří na základě aktuálních dat prodeji 23 procent cestovatelů. Následuje Řecko a Egypt. Vzrůstající zájem vykazuje Bulharsko, Tunisko a Chorvatsko, zatímco si klasické destinace jako Itálie, Španělsko a Kanárské ostrovy udržují stabilní popularitu,“ upřesňuje Ekrta Jirušková a dodává, že pro klienty je určující především poměr ceny a nabízených služeb, i proto se na první příčce v oblíbenosti umístilo Turecko už druhý rok po sobě.

„Zákazníci si uvědomují, že se na ceny, za které získají v Turecku nebo Egyptě all inclusive dovolenou, v Řecku nebo Španělsku nedostanou. Čím dál častěji proto míří právě na tureckou Riviéru, která nabídne skvělé služby za velmi přijatelné ceny,“ upřesňuje Ekrta Jirušková.

Pro Čechy je all inclusive již běžným standardem, chtě-

jí si dopřát pohodlí a luxus. Průměrná cena za letní dovolenou vyjde na necelých 18 tisíc korun, mírně se odlišuje v závislosti na jednotlivých destinacích.

#### Single cestovatelé

Vyrazit na dovolenou sám už rozhodně není tabu. Počet single výletníků se naopak každoročně zvyšuje a stává se novým trendem. „Single dovolené nakupují nejčastěji zákazníci z velkých měst, jako jsou Praha, Brno či Ostrava. Obvykle se jedná o týdenní letecké dovolené s all inclusive stravováním. Zebříček nejoblíbenějších zemí, kam single cestovatelé nejčastěji míří, není příliš rozdílný od ostatních zákazníků. Suverénně vede Egypt, kam se samostatně vydávají spíše ženy,“ říká k trendům v oblasti cestování Ekrta Jirušková a dodává, že stoupá i počet cestujících seniorů. „Meziročně se zdvojnásobil počet lidí nad 65 let, kteří si u nás objednali letní zájezd, i zde se ale výběr destinací od těch tradičních neliší,“ uzavírá. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

## CHUŤ CESTOVAT

### Kolik jsou Češi schopni za dovolenou utratit?

- Průměrná částka, kterou nyní Češi za letní týdenní dovolenou v Řecku utrací, je 18 980 korun za dospělého, v Turecku 18 200 korun, v Egyptě 17 100 korun, v Tunisku 15 300 korun a Bulharsku v průměru 18 960 korun.
- Za dovolenou v Chorvatsku zaplatí klienti zhruba 10 400 korun. Dovolená v Česku vyjde v průměru na 6200 korun za dospělou osobu.
- Skvělým cenám napomáhá snížená inflace, chuť Čechů cestovat a také nové cestovní kanceláře, které letos vstoupily na český trh. Díky tomu je nabídka cenově dostupná a lidé mohou najít týdenní dovolenou již od 9 tisíc korun za osobu. **TES**

INZERCE

## JARNÍ ZELENA Z POLABÍ

AŽ  
-44%

NA VYBRANOU JARNÍ ZELENA

**Cibule lahůdková svazek**  
• 1 svazek

18,90 -42%  
**10<sup>90</sup>**

**Ředkvičky**  
• 1 svazek

15,90 -44%  
**8<sup>90</sup>**

**Albert Salát ledový**  
• 1 ks

39,90 -25%  
**29<sup>90</sup>**

**Kedlubna bílá**  
• 1 ks

19,90 -25%  
**14<sup>90</sup>**

LEPŠÍ PRO VÁS  
LEPŠÍ PRO  
**ČESKO**

albert

STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

Ceny platí v prodejnách Albert od 15. 5. do 21. 5. 2024 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejnách. Seznam všech prodejen na [www.albert.cz](http://www.albert.cz).

# Mrazivý český trh práce. Jenže experti se ve „věštbách“ liší

**Česká míra nezaměstnanosti je stále jedna z nejnižších v Evropě. Nyní dokonce lidí bez práce opět ubylo.**

Na jednu volnou pozici, kterou firmy nebo instituce nabízejí, je přibližně jeden uchazeč o práci. Což je svým způsobem v posledních letech málo vídaná věc, volných míst bylo obvykle víc než lidí, kteří zaměstnání hledali. Teď je vzájemný poměr nabídky a poptávky zhruba vyrovnaný.

#### Zaostáváme za Poláky

I když se Česko v posledních dvou dekádách pohybovalo obvykle zcela na špičce tohoto žebříčku, nyní jsme podle měření Eurostatu museli ustou-

pit severním sousedům. Před námi jsou Poláci se třemi procenty, za námi Slovinci. Je ale třeba upozornit, že metodika měření nezaměstnanosti je v rámci Eurostatu mírně odlišná od toho, jak míru nezaměstnanosti vypočítává české ministerstvo práce a sociálních věcí.

„Pokud odhlédneme od let zasažených pandemií koronaviru, je český trh práce nejchladnější od roku 2017,“ myslí si Vít Hradil, hlavní ekonom investiční společnosti Cyrrus. Nepokládá to ale za tragédii, protože trh práce dokázal zatím vždy zájemce akceptovat a držet nezaměstnanost na nízké úrovni.

#### Nejlíp bylo před pandemií

Přesto ekonomové opatrně zvedají varovně prst. Hlavní ekonom České bankovní asociace (ČBA) Jakub Seidler zdůrazňuje, že obvyklý jarní pokles v této statistice je nejní-

ší za posledních patnáct let. Také nabídka volných pracovních pozic je v porovnání se stejným obdobím loňského roku nižší, a to o skoro šest procent.

„Určité známky ochlazování v posledních čtvrtletích však patrně jsou a tento vývoj bude pravděpodobně pokračovat,“ říká Seidler a připomíná, že podle poslední prognózy ČBA lze očekávat na konci letoška míru nezaměstnanosti 3,8 procenta. Historicky nejméně evidovaných lidí bez práce bylo v roce 2019, tedy před pandemií covidu. Tehdy vykazovaly statistiky míru nezaměstnanosti 2,8 procenta.

#### Optimisté stále žijí

Přes mírně negativní výhledy uvedených ekonomů narazí i na optimistické předpovědi. „V dubnu jsme zaznamenali pokles míry nezaměstnanosti jako důsledek zejména

#### JARNÍ TRH PRÁCE

# 3,7

Taková byla dubnová míra nezaměstnanosti v Česku. V porovnání s březnem poklesla o 0,2 procenta.

obnoveného zájmu firem o nábory, které byly odloženy během zimy,“ připomíná Martin Jánský, generální ředitel společnosti Randstad Česká republika.

Zaměstnavatelé jsou podle něho ochotni investovat do nových lidí, což může přispět k dalšímu snižování nezaměstnanosti v příštích měsících. Jánský však přeje jen nadšení mírní s tím, že už v létě dojde k poklesu náborové aktivity. **PAVEL HRABICA**

#### „CHUDÝ“ SEVER

Tradičně nejvyšší nezaměstnanost panuje v Česku v severních regionech.

- První pozici zaujímá okres Karviná, kde je míra nezaměstnanosti 8,1 procenta.
- Na druhém místě je severočeský Most, tam je míra 7,8 procenta. Třetí pozici drží Chomutovsko s 6,9 procenta.
- Dobře je na tom už tradičně Praha-východ a Praha-západ, které evidují 1,5, respektive 1,5 procenta lidí bez práce.
- Nejvíce uchazečů o jedno volné pracovní místo se nachází na Karvinsku, a to 10,8 procenta, nejméně drží Mladoboleslavsko. **PH**

INZERCE

## Korunka

Gratulujeme k výhře

# 500 000 Kč

v Loterii Korunka. Vsad'te si také!

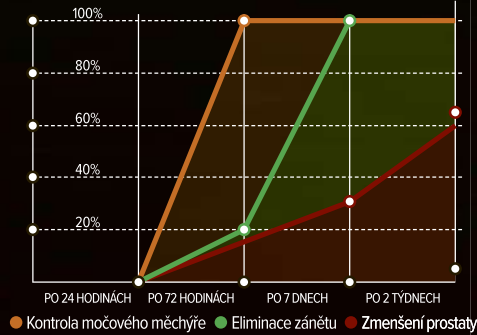
[korunka.eu](https://korunka.eu)

18+ Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost.

POSELSTVÍ – ZDRAVÁ PROSTATA V KAŽDÉM VĚKU

# MUŽI, TOHLE UKONČÍ VAŠE NEUSTÁLÉ NÁVŠTĚVY TOALETY!

## METODA PROFESORA HECZKA



## VÝZKUMNÍ PRACOVNÍCI UVÁDĚJÍ:

Muži, kteří se potýkají s: hypertrofií prostaty, stresovou a přepadovou inkontinencí, nočním únikem moči a častým močením. Nyní si můžete vyzvednout nejúčinnější těsnění močového měchýře **ABSOLUTNĚ ZDARMA** a již po 3 dnech klidně spát bez přestávek na toaletu.



V rámci programu náhrad rozdáváme **100 balíčků ZDARMA** prvním 100 lidem, kteří zavolají na toto číslo!

**ZAVOLEJTE NYNÍ A ZÍSKEJTE REVOLUČNÍ BLOKÁTOR ÚNIKŮ ZA 0 Kč!**  
**374 219 454**

”

Díky tomuto přípravku nepotřebujete chirurgický zákrok, abyste se zbavili nepříjemného problému úniku moči, pomalého mikčního proudu, pocitu neúplného vyprázdnění močového měchýře a sexuální dysfunkce. **Už se nemusíte stydět; tyto stavy postihují miliony mužů na celém světě. A co je nejdůležitější, nyní se můžete zbavit nepříjemných pocitů v oblasti močového měchýře, neustálé potřeby močit, inkontinence během spánku, úniku moči při kašli a kýčání za pouhých 7 dní. Zapojte se do programu úhrady ještě dnes a získejte zdarma balení revoluční zátky proti úniku moči, která vás během 2 týdnů zbaví těchto nepříjemných potíží a potlačí hypertrofii prostaty.**

Prof. Pavel Heczko,  
specialista v oboru urologie

## „Jedině tak se vám podaří zastavit 100% únik moči po sedmi dnech.“

Farmaceutická lobby přístup k tomuto prostředku účinně blokuje, protože se obává ztráty zisků z hygienických vložek a plen, které používají miliony lidí postižených problémem s močením. Proto specialistu napadlo vytvořit jedinečný program pro muže, pro které je tento přípravek jedinou šancí, jak ukončit návštěvy toalety během 72 hodin. Metoda profesora Heczka již zachránila od trapasu téměř 120 000 mužů a toto číslo každý měsíc roste. **Nyní se do programu můžete zcela zdarma zapojit i vy!**

## Jak můžete omezit hypertrofii prostaty za 2 týdny?

Toto expresní těsnění močového měchýře komplexně působí na potlačení hypertrofie prostaty, posílení svalů pánevního dna, obnovení 100% kontroly nad močovým měchýřem a odstranění "slabého proudu" a pomalého močení.

„Je to nejúčinnější metoda boje proti močové inkontinenci u mužů - a první, která je určena pouze jim!“



Albert Král,  
odborník na urologii

Specialist urologie  
objašňuje jako můžete  
ublažit čekat 98% upalnih  
stanja mjehura u 7 dana:

Celostní působení této metody zaručuje její úspěch při zastavení úniku moči a zmírnění nepříjemných pocitů a bolesti močového měchýře již od 1. použití. Ve složení přípravku najdete:

» **vrbovka malokvětá** – která má protizánětlivé, antiparazitární účinky a reguluje hladinu testosteronu a potlačuje hypertrofii prostaty během 2 týdnů.

» **lykopen** – snižuje riziko vzniku rakoviny močového měchýře.

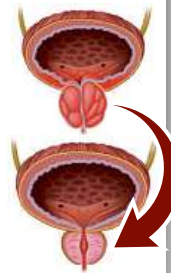
» **extrakt z dýňových semen** – odstraňuje zánět močového měchýře a zabraňuje 98 % recidiv.

» **výtažky z ženšenu** – 7x zvyšují libido a podporují dosažení a udržení erekce již od 1. užití.

» **mangan** – tento prvek příznivě působí na svaly pánevního dna, zvyšuje jejich schopnost kontrolovat proud moči a zabraňuje nekontrolovanému úniku moči.

Komplexní působení účinných látek zaručuje, že do 72 h znovu získáte 100% kontrolu nad močovým měchýřem.

**Muži, pokud se potýkáte s nepříjemným problémem močové inkontinence - nečekejte! Zapojte se do programu úhrady a získejte zpět svůj život bez studu za pouhých 7 dní!**



## Vyzkoušejte ji na 7 dní a rozlučte se s mokřými skvrnami!

V celé Evropě se programu zúčastnilo již 119 843 mužů a 100 % z nich se zbavilo náhlých návštěv toalety a nepříjemných pocitů při močení 3 dny po zahájení léčby. A co víc, rozhovory s účastníky se opakovaly 2 měsíce po skončení programu. Zde je pádný důkaz, že tento prostředek nebyvale zvýšil jejich komfort.

Josef, 59 let



Den 7.

» Konečně mohu klidně spát, aniž bych musel každé dvě hodiny běhat na záchod. Pocit "nemočení" zmizel po 1. dni a už se nevrátil. Skončily také úniky moči při fyzické aktivitě a smíchu.

Po 2 měsících

» Můj život se změnil o 180 stupňů. Plenky jsem vyhodila do koše, chronická bolest močového měchýře je minulostí a třesničkou na dortu je, že mám libido jako puberťačka!

Jaroslav, 63 let



Den 7.

» Zjevení! Mám pocit, že jsem konečně získal 100% kontrolu nad močovým měchýřem. Těch 7 dní této kúry mi dalo vše, čeho se mi nedostalo návštěvami specialistů a užíváním dalších chemických tablet. Toto je nejúčinnější způsob, jak skoncovat s problémy s močením.

Po 2 měsících

» Pokud už vás nebaví běhání na záchod, nepříjemný zápach, skvrny na oblečení a rozpaky - pak vězte, že tento prostředek je stoprocentní jistotou, jak skoncovat s problémy s močením a záněty močového měchýře. Stačí 7 dní a mikce se vrátí do normálu a bolesti močového měchýře zmizí - to vám potvrdí tisíce mužů, kteří stejně jako já tento program absolvovali. Pane profesore Heczko - děkuji vám z celého srdce!

Odhodte stud a užívejte si aktivní život - se 100% absencí úniku moči a plnou kontrolou močového měchýře.

**374 219 454**

Prvních 100 lidí, kteří se ozvou do 31.05.2024, obdrží od výrobce **100% NÁHRADU!**

Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00.  
Běžné místní spojení bez příplatku.

Vyplňte dotazník, **ZÍSKEJTE PŘÍPRAVEK ZA 0 Kč** a zapomeňte na mokré skvrny na spodním prádle a problémy s prostatou!

VYPLŇTE DOTAZNÍK A ZAVOLEJTE 374 219 454.  
POSPĚŠTE SI, POČET BEZPLATNÝCH BALENÍ JE OMEZEN!

- ANO  NE Narodili jste se před rokem 1985?
- ANO  NE Jste občanem České republiky?
- ANO  NE Máte problémy s nekontrolovaným močením?
- ANO  NE Máte podezření na hypertrofii prostaty (zbytnění prostaty)?

POKUD JSTE ALESPŇ TŘIKRÁT ODPOVĚDĚLI ANO,  
MÁTE NÁROK NA **BEZPLATNÉ OPATŘENÍ.**

Účastí v programu úhrady skončujete s naléhavými cestami na toaletu - a to vše v pohodlí vašeho domova!



# FRAJER

## PARAHOKEJ ŠEL NAHORU,

Sport miluje. Česko reprezentoval na čtyřech paralympiádách. Při poslední výpravě se Zdeněk Krupička dokonce stal vlajkonošem. Reprezentační kariéru sice už parahokejista ukončil, přesto ho v národním dresu můžete vidat i nadále. Na právě probíhajícím mistrovství světa v hokeji je ambasadorem značky Coca-Cola.

### Který sport je pro vás momentálně číslo jedna?

Určitě pořád parahokej, sice nehraju za reprezentaci, ale stále jsem ve Spartě. Zároveň jsem mentorem pro malé děti, které s parahokejem začínají. Také ještě hraju florbal. V minulosti toho bylo ale daleko víc. Box, adrenalinové sporty, seskok padákem a podobně.

### A jak vám jde trénování dětí?

Občas je to problém, sám jsem trochu nervák. (smích) Ale je fajn, když dokážeme děti pro sport nadchnout, naši svěřenci musejí sami překonávat dost překážek, proto je dobře, když je baví sport,



Hokej hraje za Spartu a florbal za Tatran Střešovice.

COCA-COLA

při kterém mohou třeba na chvíli zapomenout na svůj handicap. Je rozhodně lepší trávit čas v kolektivu než se dět doma a litovat se.

### Co je pro začínajícího parahokejistu nejtěžší?

Ze začátku není snadné udržet se na sáňkách. Děti nebo i dospělí, kteří to zkusí

a hned jim to nejde, by to neměli vzdávat. Někomu to jde třeba za pět tréninků, jinému to trvá klidně i půl roku. Já se to naučil ani ne za měsíc. Jedna věc je ale pohyb po ledě a další jsou pak různé hity, drcnutí, udržení balance a podobně. Parahokej je dost tvrdý sport. A náročný na ruce. I proto jsem skončil v reprezentaci. Docela jsem si odrovnal ramena a lokty.

### Jak se podle vás parahokej v Česku za dejme tomu deset let posunul?

Posun je nemalý. Parahokej si více zprofesionalizoval. Dřív jsme rozhodně neměli tolik tréninkových jednotek. V současnosti se trénuje klidně i čtyřikrát týdně. Navíc reprezentace omladila a je to znát i na výsledcích. Dřív nám Kanada pravidelně dávala deset gólů, dnes jsou kluci schopni sehrát vyrovnaný zápas i s těmi nejlepšími týmy na světě. O parahokej je také větší zájem mezi diváky. Vidět to bylo například v Ostravě v roce 2019, kde byla vážně skvělá divácká kulisa.

INZERCE



## Máme pro vás recept na nízké doplatky

S každým receptem přijďte rovnou k nám. Naši lékárníci vám nabídnou výhodnou alternativu předepsaného léku.\*



**Dr.Max+**

\*V závislosti na individuálním posouzení lékárníka, aktuálních skladových zásobách a dalších okolnostech.

VŽDY NABLÍZKU

# ZÁJEM O NĚJ MAJÍ I FANOUŠCI

Byl jsem na čtyřech paralympiádách, ale nikde jsem nezažil takovou atmosféru jako na domácím mistrovství světa před pěti lety. Američané, kteří mají jeden z nejlepších parahokejových týmů současnosti, říkali, že kvůli atmosféře by se mělo mistrovství světa hrát už jen v Česku.

**Fandíme společně je i heslo kampaně značky Coca-Cola. Berete sport takhle i vy? Jako společnou zábavu?**

Přesně tak. Právě proto jsem si vždy vybíral spíš kolektivní sporty, kde může vzniknout dobrá parta, pochopitelně je i mnohem lepší, když se fandí společně v kolektivu. Díky společnému sportování i fandění vznikají nezapomenutelné zážitky.

**V čem je podle vás největší výhoda kampaně?**

Coca-Cola je obrovská mediální značka. Je skvělé, že takhle

Na mistrovství světa byli Češi opět úspěšní



V boji o bronz museli Češi otáčet výsledek. FB ČESKÝ PARAHOKAJ

Čeští parahokejisté před pár dny obhájili bronzové medaile z mistrovství světa. V utkání o třetí místo porazili švédenci Jakuba Novotného na šampionátu v Calgary Čínu 3:2. Český tým v zápase prohrával 0:1, díky gólům Václava Hečka a Alexe Ohara ale v první třetině skóre otočil. Třetí branku přidal po přestávce Pavel Kubeš, soupeř pak už jen korigoval konečné skóre. V základní skupině obsadili čeští reprezentanti druhé místo. V semifinále pak prohráli s obhájci zlata z USA. Američané v boji o titul podlehli Kanadě 1:2. „Budeme stále pracovat na tom, abychom se zlepšovali. Na tomhle turnaji jsme ukázali, že ti, kteří jsou před námi, se musí začít ohlížet, aby neusnuli na vavřínech,“ ohodnotil turnaj Novotný. **ČTK**

velká firma dává prostor ženskému hokeji a parahokeji. Díky tomu se tyto sporty dostanou mezi lidi a získají nemalou pozornost. Ženský hokej je na vzestupu, získává si fanoušky. Diváky baví i parahokej. Jak už jsem zmínil, je to hodně tvrdá hra. Fanoušci by se měli přijít podívat, že si rozhodně nic nedáváme zadarmo. Je to sport, který vyžaduje trénink. Člověk musí být trochu zocelený a přijímat rány. **MAH**

INZERCE

## PODPORA PARAHOKAJE I AKCE PRO FANOUŠKY

**Coca-Cola se rozhodla podpořit české parahokejisty projektem Dobrogóly.**

- Za každý český gól, který padne v zápasech aktuálně probíhajícího mistrovství světa v hokeji, daruje společnost českému parahokeji 10 tisíc korun. V případě, že by Česko vypadlo brzy, věnuje spo-

lečnost navíc 50 tisíc korun za každý gól ve finálovém zápase. Celkem má Coca-Cola připraveno na podporu parahokeje 500 tisíc korun.

- Společnost myslí i na fanoušky. Ve fanzónách v Praze a Ostravě vztýčila vysoké obrazovky, které promítají digitální obsah vytvářený

v reálném čase. Fanoušci se mohou vyfotit s 3D banerem, vyrobit si vlastní hokejové kartičky a hrát o hodnotné ceny. V Praze najdou fanoušci ještě jednu fanzónu, a to přímo v nákupním centru Galerie Harfa. Nemohou ji minout, jelikož centrum je celé zahalené v Coca-Cola branding.

## JARNÍ AKCE S

# VARI<sup>®</sup> CZ

SEKAČKY / MULČOVAČE / MALOTRAKTORY / KARTÁČE / ŠTÍPAČE / A DALŠÍ

TRAVNÍ SEKAČKY  
OD  
**9 990 Kč**



TRAVNÍ TRAKTORY  
OD  
**63 990 Kč**  
+  
**DÁREK**  
v hodnotě  
**3 480 Kč**



MALOTRAKTOR VARI IV GLOBAL  
+ PŘÍVĚS ANV-380  
**75 740 Kč**  
**55 000 Kč**



ŠTÍPAČKY  
OD  
**8 690 Kč**



Kompletní nabídku strojů najdete na [www.vari.cz](http://www.vari.cz).   

\* Ilustrační foto

### ZNAČKOVÍ PRODEJCI:

/ **Dubí**, SIMPEX, s.r.o., U hřiště 330, T 774 731 023 / **Karlovy Vary**, Jaroslav Čech, Chebská 100, T 353 566 473 / **Liberec**, BG TECHNIK cs, a.s., Dr. Milady Horákové 1093/116a, T 485 113 070 / **Louny**, HSQ centrum, Zeměšská 2787, T 732 500 962 / **Rumburk**, Jiří Šuma, Nová 168/15, T 606 850 100 / **Semily**, ZAHRADNÍ TECHNIKA TOMÁŠ, nám. Pavla Tigrida 357, T 481 625 205 / **Studenec u Jilemnice**, Dušan Jech, Studenec 7, T 608 722 084

# V KAŽDÉM DŘÍMÁ UMĚLEC.

Každý si může namalovat svůj obraz a stát se umělcem, řekla si parta tří studentů v Praze a během covidu rozjela ArtMoment, projekt se zážitkovým malováním. Jejich kurzy už prošly tisíce lidí a vymýšlejí novinky – nyní třeba nechají lidi malovat obrazy kávou. „Chceme nabízet nejen umění, ale i prostor pro relaxaci,“ říká jeden ze zakladatelů Egor Nefedov.

## Kde se zvala myšlenka pořádat zážitkové malování?

Celý nápad se zrodil při zážitku jedné ze spoluzakladatelek naší firmy. Kolegyně Polina během cesty do zahraničí narazila na akci, která kombinovala umění, relaxaci a zábavu, a to vše v zajímavých prostorech. Po návratu hledala doma alternativu, ale brzy si uvědomila, že v Česku taková nabídka chybí. Spolu s týmem jsme začali přemýšlet, jak bychom mohli přinést něco podobného do našeho kulturního prostoru. Chtěli jsme vytvořit prostředí, kde by lidé mohli zapomenout

na každodenní stres, objevovat svou kreativní stránku a zároveň si užít příjemný večer v hezkém prostředí. ArtMoment tak vznikl jako platforma, která poskytuje nejen profesionální umělecké vedení, ale i prostor pro čas s blízkými a relaxaci. Zakládáme si na tom, že každý náš host se musí cítit výjimečně a prožít nezapomenutelný zážitek.

## Jak dlouho to provozujete a kolik jste již měli klientů?

Od založení ArtMoment už uběhly více než čtyři roky a počet našich klientů neustále roste. Během této doby jsme uspořádali přes tisíc eventů, na kterých se sešlo více než dvanáct tisíc lidí z různých koutů země i ze zahraničí. Každý večer je pro nás novým dobrodružstvím a šancí posouvat hranice běžné zábavy. Naše akce jsou navrženy tak, aby si je užili i úplní začátečníci, stejně jako zkušenější malíři, což nám umožňuje oslovit širokou škálu účastníků. Přibývá také kreativních teambuildingů,

firemních večírků, rozluček se svobodou nebo soukromých oslav. Vidíme, že lidi baví tvořit a vidět výsledky své práce.

## Jak jste na tom s malováním?

Ačkoli jsem se nikdy nevěnoval umění na profesionální úrovni, vždycky jsem měl ke kreativě sklony a rád experimentuji s různými formami uměleckého vyjádření. Řekl bych, že tvořivost je pro mě nyní nedílnou součástí mého života, akorát z trochu jiného hlediska. I když mě málokdy potkáte se štětcem a paletou barev v ruce. Vyjadřuju se spíše přes vymyšlené nové zážitky, kreativních reklamních bannerů nebo originálních nápadů.

## Deník Metro nedávno zažil kávové malování a bylo to dost zajímavé. Představíte nám lektorky?

Naše lektorky zážitku malování s kávou ArtCoffee Míša, Bára a Ellen jsou skutečně unikátní osobnosti s hlubokými znalostmi výtvarného



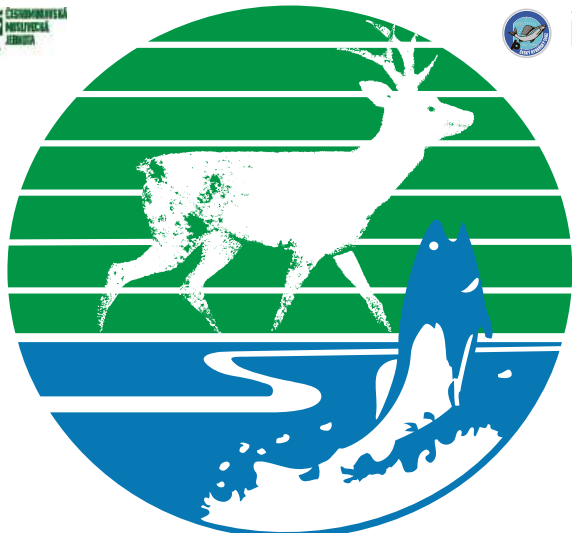
„Čeká nás unikátní malování ginem obohacené o degustaci kvalitních ginů. Je to něco, co svět nebo řekněme aspoň Česko ještě neviděly!“

EGOR NEFEDOV, ARTMOMENT

umění a speciálních technik malování. Každá z nich přináší do kurzu svůj osobitý přístup, což obohacuje zážitek našich klientů. Jsou to vášnivě umělkyně s bohatými zkušenostmi a ty umí skvěle předat dál. Díky jejich expertize se účastníci nejen naučí techniky malování kávou, ale také si odnesou zajímavé informace o historii a vlastnostech kávy jako uměleckého média. Je pro nás důležité, aby lektorky splňovaly několik hlavních požadavků. Musí být nejen dobrými umělkyněmi, ale také umět svou láskou k tvoření jaksí nakazit ostatní lidi. Pro jejich práci je extrémně důležité, aby byly empatické, chápatvé a nápomocné. Jsou to právě ony, kdo jsou v kontaktu s našimi hosty, jsou tváří ArtMoment a jsou těmi, kdo celý zážitek vytváří. Mluvíím o lektorkách, jelikož tvoří naprosto drtivou většinu našeho týmu. Lektorky je zatím bohužel málo, ale jsme moc rádi, že je mezi sebou máme. Třeba jich postupně bude víc.

INZERCE

## NATURA VIVA



29. MEZINÁRODNÍ VELETRH MYSLIVOSTI,  
RYBÁŘSTVÍ, VČELAŘSTVÍ A POBYTU V PŘÍRODĚ

23. - 26. 5. 2024  
VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM



JAK SE ZBAVIT  
VÁPENOCEMENTOVÉHO  
VÝKVĚTU, který se po zimě  
objevil na zahradních  
betonových prvcích?  
A LZE JEHO VZNIKU  
ÚPLNĚ ZABRÁNIT?



Lenka LYSÁ  
produktová specialista  
CS-BETON

Jednou z vlastností betonu je, že jako materiál přirozeně zraje ještě dlouho po vyrobení a použití, což může mít za následek vznik vápenocementových skvrn. Tento jev vzniká nejčastěji v době vysoké a proměnlivé vlhkosti.

Není nutné propadat panice. Tyto bílé mapy neovlivňují vlastnosti výrobků a často zmizí samy od sebe například působením kyselých dešťů. Pokud vás vznik výkvětu trápí po estetické stránce, můžete k rychlému odstranění využít produkt Lithofin KUKŮ, který soli rozpustí. Následně omytí je z povrchu odstraní.

Riziko samotného vzniku výkvětu snížíte správným postupem montáže, který zamezí vniknutí vody do konstrukce. Konkrétně je třeba dbát na správné odvodnění podkladních vrstev, odizolování podzemní a nadzemní části konstrukce, u opěrných zdí odizolování styku mezi stěnou a zemí novopovovou fólií. Nezapomínejte také chránit produkty a nedokončené konstrukce před deštěm. Klíčové je použít kvalitní portlandské cementy a kamenivo vhodné na tvorbu výplňových betonů.

Podrobnější informace naleznete zde

nebo na webu [www.csbeton.cz](http://www.csbeton.cz)



# I KÁVOVÝ



Zážitkové malování kávou přijde na 2190 korun, v ceně je i kávová ochutnávka, workshop a rámeček, ve kterém si odnesete váš obraz.

ARTMOMENT

## Kreslení kávovou sedlinou je zajímavé – jaký je o to zájem mezi lidmi?

Malování espressem je jeden z našich nejnovějších zážitků, který jsme začali pořádat na podzim minulého roku. Dá se říci, že to je opravdu unikátní událost – jsme první, kdo s podobným konceptem v Česku přišel, a máme z toho radost. Zážitek, kde kromě malování naše hosty čeká také workshop o přípravě kávy doma od zkušeného baristy, se stal jedním z našich nejpobulárnějších eventů, což nás nesmírně těší. Zájem o tento zážitek neustále roste, protože lidé hledají nové a neobvyklé způsoby, jak být kreativní. Tato technika je fascinující nejen pro její nevědní vzhled, ale i pro příjemnou vůni, která se při malování uvolňuje. Účastníci mají možnost experimentovat s různými odstíny a texturami, které káva nabízí, což může být opravdu jedinečná podívaná. Ve spojení s degustací kávy přímo z pražírny a v hezkém prostředí vyhlášené Kavárny co hledá jméno tak zážitek představuje úžasnou příležitost strávit čas s blízkými, vyzkoušet novou techniku malování a dozvědět se hodně nového a zajímavého o světě kávy.

## Vyrazil vám někdy nějaký obraz dech, které obrazy patřily v minulosti mezi nejzajímavější?

Ano, mnohokrát. Když se dívám na fotky výtvarů našich hostů, obdivuji, že něco podobného dokázali vytvořit z velké části lidé, co pravidelně nemalují, a to za pouhých pár hodin. Dokazuje to jen naše motto, že malovat může opravdu každý. Na jeden konkrétní obraz si ale pamatuju dodnes – paní vytvořila fantastické dílo, kde jde žena s deštníkem po ulici, je večer, prší a její silueta se odráží v kaluži. Bylo to něco, co jsem ještě nikdy neviděl – očividně, paní měla talent a chodila k nám proto, aby mohla malovat v hezkém prostředí. Byla u nás několikrát a každý obraz byl dárkem pro někoho blízkého, kdo měl zrovna vstátek. Ale i obrazy všech ostatních hostů vypadají skvěle. Díky pečlivě vybraným předlohám a pomoci našich lektorek a lektorů naši hosté vždy dokážou vytvořit něco úžasného. V nabídce máme přes padesát různých obrazů, ze kterých naši hosté vy-

bírají, a mohou tak během jednoho večera namalovat jak krajinu, tak zátiší nebo něco abstraktnějšího. Jedna předloha se však stala bestsellerem – je to minimalistická hlava Buddhy v černo-modrých tónech. Nevíme, čím to je, ale na každém zážitku se najde někdo, kdo namaluje zrovna tento obraz. Je možné, že má v sobě něco mystického, ale je také možné, že jen hezky zapadne do jakéhokoli interiéru.

## Jaký máte vztah ke kávě?

Káva pro mě není jen ranní rituál, ale už dlouho i zdroj inspirace. Jedna z mých prvních prací byla v kavárně, kde jsem se do světa kávy úplně zamiloval. Od té doby je důležitou součástí mého života. Rád ochutnávám nové druhy, jezdím na plantáže, navštěvuju vyhlášené kavárny a pražírny. O to větší byla má radost, když jsem zjistil, že espresso lze nejen pít, ale také ho používat jako materiál pro malování. Fascinuje mě, jak něco tak běžného jako káva může být transformováno do uměleckého díla. V našich kurzech používáme kávu nejen jako nápoj, ale také jako médium pro vyjádření kreativity. Je to skvělý způsob, jak propojit gastronomii a umění a ukázat lidem nové možnosti, jak používat běžné materiály.

## Chystáte nějaké novinky?

V nejbližší době plánujeme další rozšíření našich aktivit. K pěti pravidelným formátům, které už v současnosti probíhají – klasické malování akrylem, abstraktní malba lihovitými inkousty, tvoření 3D obrazů texturovací pastou, malování kávou a malování vínem – přibude také velmi efektivní malování fluorescenčními barvami ve tmě pod neonovým světlem. Čeká nás unikátní malování ginem obohacené o degustaci kvalitních ginů. Je to něco, co svět nebo řekněme aspoň Česko ještě neviděly, a něco, na co jsme opravdu pyšní. Snažíme se neustále inovovat a přinášet na trh unikátní zážitky, které spojují lidi a umožňují jim zažít něco nového a vzrušujícího. Opravdu věříme, že v každém z nás dřímá umělec, a chceme dát každému z našich zákazníků možnost odemknout vlastní potenciál.

PETR HOLEČEK

# PENNY.

pondělí 20. 5. 2024

Světový den včel



Přijď oblečený jako včelař do PENNY

a získej slevu na cukr!



MAX 20 ks  
osoba/den

**CUKR KRYSTAL  
KARLOVA KORUNA**  
1 kg  
cena cukru bez  
oblečení včelaře  
26,90 Kč

**CENA V OBLEČENÍ  
VČELAŘE**

**14,90**

~~26,90~~



**44%**

Akce platí v pondělí 20. 5. 2024 v prodejnách PENNY. Slevu mohou zákazníci získat na pokladně, pokud o slevu požádají a jsou oblečeni jako včelaři. Podrobná pravidla na [www.penny.cz](http://www.penny.cz)



“Nejšťastnější jsem  
v barvách přírody”

Zažij sílu inspirace.

 Moje dm-app  
 dm.cz



# 99 Zde vnímám sílu barev66



NOVĚ

MAYBELLINE NEW YORK  
Lash Sensational Firework  
řasenka  
10 ml

**339** Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA  
od 26.04.2024 339 Kč

GABRIELLA SALVETE  
Soulmatte  
Hyaluronic Foundation  
make-up  
30 ml, více odstínů

**279** Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA  
od 28.01.2024 279 Kč



Značka

s-he colour&style  
quick'n crazy  
lak na nehty  
7 ml, více barevných odstínů

**49<sup>90</sup>** Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA  
od 14.07.2016 49,90 Kč



Značka

trend it up  
Power Shine  
lesk na rty  
4 ml, více barevných odstínů

**79<sup>90</sup>** Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA  
od 14.03.2024 79,90 Kč



essence  
brow lifting gel  
sada na úpravu obočí  
12 g

**99** Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA  
od 03.03.2024 99 Kč



ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

## KULTURA

## Dílo vystaví po sto letech

Pastel Jaro vytvořil Jan Zrzavý v roce 1927.

Na veřejnosti se objevil dosud neznámý pastel Jaro od Jana Zrzavého, po téměř 100 letech od svého vzniku bude poprvé vystaven. Dílo považované za malířovu autostylizaci pochází ze soukromé pražské sbírky a je v perfektním stavu. Díky zvolené technice pastelu, která dobře odolává zubu času, se na něm



Pastel Jaro ARTHOUSE HEJTMÁNEK

navíc zachovaly všechny barvy tak, jak je Zrzavý v roce 1927 nanesl na papír. Mladíka v krajině s kvítky bude možné vidět v galerii Arthouse Hejtmánek v Praze 6 – Bubenči v rámci předaukční výstavy od 27. května do 5. června. Poté jde do aukce, vyvolávací cena je 3 200 000 korun.

„Sběratelsky je mimořádně cennou prací, které si považoval i sám autor,“ říká Tomáš Hejtmánek, majitel galerie a aukční síně. „Dílo je mnohoznačné, tajuplné a působí na nás podobně uhrančivě jako obrazy Leonarda da Vinciho. Naplno se v něm odráží umělcův sklon k lyrismu, uzavřenosti a snově měkkému tvaru. Jemný mladík sošně spočívá v jarní krajině a u nohou má špičatý objekt připomínající egyptskou pyramidu. Zvláštní je gesto jeho ruky: možná se jím odřiká světa, možná zkouší zastavit čas,“ uvádí Hejtmánek. **MET**



HELENA KADLČKOVÁ

## Langerová slaví koncerty

V průběhu celého roku 2024 slaví Aneta Langerová, historicky první vítězka soutěže Česko hledá SuperStar, dvacet let, které zasvětila cestě za svým hudebním snem. V říjnu se v rámci oslav chystá na tři koncerty s Janáčkovou filharmonií, 17. října vystoupí v Brně v Mahenově divadle, 21. října v ostravském Gongu a 24. října turné zakončí v pražské Lucerně. **MET**

INZERCE

## PRO – JINDŘICHA RAJCHLA V PREFERENCÍCH SÍLÍ A STÁVÁ SE ČERNÝM KONĚM NADCHÁZEJÍCÍCH VOLEB!

Situace v předvolebním klání před volbami do Evropského parlamentu, jež se uskuteční dne 7. a 8. 6. tohoto roku se značně dramatizuje. Do hry velmi rázně vstoupil nový subjekt, kterým je Koalice **PRO – Jindřicha Rajchla, jež v průzkumech agentury MEDIAN získala 4 % s potenciálem 10,5%** a u agentury SANEP už dokonce přesáhla hranici 5 %, jež je nezbytná pro vstup do poslanecké sněmovny.

Strana PRO získává značnou podporu zejména díky nekompromisnímu postoji k válce na Ukrajině, kde navrhuje okamžité ukončení vojenské i finanční podpory režimu Volodymyra Zelenského, jakož i pro kategorické odmítnutí migračního paktu a nahrazení naší koruny eurem. V posledních dnech si získala občany odvážným návrhem na zrušení daně z nemovitostí, vrácení 19 miliard korun našim seniorům ve

formě 13. důchodu a na dramatické snížení cen energií. S ohledem na to, že se jedná o problémy, které naše občany aktuálně pálí nejvíce, se nelze divit skokovému nárůstu popularity této politické strany.

Zatímco většina politiků se pouze hádá mezi sebou a používá otřepané fráze bez konkrétního návrhu, PRO – Jindřicha Rajchla přichází se zcela konkrétními návrhy na okamžité zlepšení kvality života našich občanů. Nelze se proto divit, že lidé přející si v naší politice razantní změnu se čím dál tím častěji přiklánějí k rostoucí oblíbenosti této strany.

Není rovněž tajemstvím, že mainstreamová média mají tendenci stranu PRO zcela opomíjet a nedávat jí téměř žádný mediální prostor. Odborníci se však shodují, že právě určitá vzpoura proti České televizi je dalším z fak-



### PRO – Jindřicha Rajchla

torů rapidně vzrůstající podpory této politické formace.

Nadcházející volby do Evropského parlamentu budou klíčové pro budoucnost naší země a koalice **PRO – Jindřicha Rajchla** představuje jasnou vizi pro ty, kteří se chtějí vymanit z vlivu Bruselu. Kandidátka sestavená z předních

odborníků ve svých oborech obsahuje **28 jmen s celkem 38 tituly**, včetně **kapitána Vladimíra Růžičky**, který dovedl český tým k olympijskému vítězství v roce 1998 v Naganu.

**Koalice PRO – Jindřicha Rajchla kandidující s volebním**

**číslem 6** je v očích politologů hlavním černým koněm nadcházejícího volebního klání, přičemž její výsledek může být největším politickým překvapením tohoto roku. Pokud i Vy máte bruselského diktátu plné zuby, pak může být alternativní volbou třeba i právě pro Vás.

Zadavatel a zpracovatel PRO – Jindřicha Rajchla

# Bylo to celoroční těšení, říká režisér Havelka

**Zahradníkův rok s Oldřichem Kaiserem půjde do kin v červenci.**

Divadelní a filmový režisér, herec a od příštího roku umělecký šéf Dejvického divadla Jiří Havelka představuje svůj nový film Zahradníkův rok. V hlavních rolích se objeví Oldřich Kaiser, Dáša Vokatá, Štěpán Kozub a Michal Isteník, ve vedlejších se pak představí Tomáš Jeřábek, Jiří Vyorálek, Alena Mihulová nebo Tereza Dočkalová. Hořkosladká komedie je zarámována čtyřmi ročními obdobími a Čapkovou stejnojmennou knihou. Snímek vstoupí do českých kin 18. července.

Na úpatí malebného kopečku žije zahradník (Oldřich Kaiser) se svojí ženou (Dáša Vokatá). Starají se o své malé



Dáša Vokatá a Oldřich Kaiser v novém filmu Zahradníkův rok DONART

zahradnictví. Jejich idylický život ale naruší nový soused, který chce přetvořit okolí podle svých představ. Když zahradnictví brání jeho plánům, spustí se sled bizarních událostí. Plot s ostnatým drátem, uzavírka příjezdové cesty nebo přítomnost hlídače (Štěpán Kozub) jsou to nejmenší. Zahradník se však nevzdává a snaží se svůj domov bránit. Když se policie (Tomáš Jeřábek, Jiří Vyorálek) i sta-

rostka (Alena Mihulová) postupně utopí ve vlastní byrokracii, zahradník se rozhodne vzít osud do vlastních rukou.

Natáčení probíhalo během celého roku. „My jsme v každém měsíci točili v průměru jen dva dny, takže jsme se vždycky dost těšili, až tyhle dny nastanou a my odjedeme všichni směr Humpolec. Bylo to takové celoroční těšení,“ vzpomíná Havelka.

Oldřicha Kaisera nabízená role hned oslovila. „Když jsem četl scénář, byl jsem z něj naměkko. Navíc s hlavní postavou mám společnou lásku k manuální práci a zahrádkaření,“ říká Kaiser. A koho napadlo obsadit do role manželů skutečné životní partnerky Dášu Vokatou a Oldřicha Kaisera? „Pana režiséra Havelku, který viděl naši společnou píseň s Dášou. Mě na tom baví, že ona nikdy nestrčila do hlíny ani prsty. Na rozdíl ode mě do přírody nechodí a tvrdí, že s přírodou nemá nic společného. Tady musela sázet a hrabat se v hlíně, tak to bylo zajímavé,“ dodává s úsměvem. Pro Vokatou to byl filmový debut. „Jirka Havelka mi vždy řekl, co mám dělat, měl svou představu, tu mi načrtl, předvedl a jelo se – a buď se mu to líbilo, nebo ne. Já jsem poprvé v životě v něčem hrála. Poprvé a asi i naposled,“ doplňuje. **MET**

## KRÁTCE

### Cameron je tu

Od posledního filmového vystoupení Cameron Diaz uplynulo téměř deset let. V novém akčním filmu Návrat do akce platformy Netflix se vrací po boku Jamieho Foxxe, kolegy z filmů Vítězové a poražení, a Annie. Dvojice hraje zdánlivě průměrné rodiče s velkým tajemstvím: bývalí neuvěřitelně zkušenými tajnými agenty. Premiéru bude mít snímek v listopadu.

### Mladí ladí jazz

V Obecním domě vystoupí 7. října argentinský hudební skladatel Gustavo Santaolalla, člen formace Bajofondo a autor filmové hudby, za níž byl už dvakrát dekorován prestižním Oscarem. Vystoupí zde v rámci akce Mladí ladí jazz a představí svou sólovou desku Ronroco, remastovanou edici alba z roku 1998. **MET**

INZERCE

# ŠATY ZA AKČNÍ CENU

POHODLÍ, MODERNÍ STYL A DESIGN,  
TO JE ČESKÁ ZNAČKA NAX. PŘÁVĚ TA  
VÁM NABÍDNE DESIGNOVÉ KOUSKY  
ZA PŘÍJEMNÉ CENY.

**NAX**  
• M M X X •

ZAKOUPÍTE  
NA SPORTTOWN.CZ



ŠATY ZA  
**479 Kč**  
~~599 Kč~~

ŠATY ZA  
**559 Kč**  
~~699 Kč~~

ŠATY ZA  
**479 Kč**  
~~599 Kč~~

# Přijďte si prohlédnout novou multimedialní expozici v Císařských lázních

**N**ová výstava s názvem „Tři světy“ mapuje ducha doby 20. století na pozadí evoluce lázeňství a prolíná se celou budovou lázní. Expozice se skládá ze tří částí, tedy Světa makropřírody, Světa historie a Světa iluzí.



První z nich se nachází v Atriu a přibližuje přírodní zdroje našeho regionu, vznik rašeliny a unikátní biodiverzitu pomocí 360stupňové projekce. V další části expozice, jež se zaměřuje na historii, má návštěvník jedinečnou příležitost zhlédnout lázně starověkého Říma, Řecka a orientálních zemí. Zájemci se mohou seznámit s prameny, které formovaly podobu lázeňství ve zlaté éře 19. a následně 20. století., s podrobnostmi lázeňského trojúhelníku a typy procedur, jež byly v Císařských lázních provozovány. Poslední část výstavy Svět iluzí je koncentrována v koupelnách, kde jsou iluzorními digitálními malbami představeny významné osobnosti, které navštívily Karlovy Vary. Jsou mezi nimi např. Antonín Dvořák, Franz Kafka, Tomáš Garrigue Masaryk nebo Václav Havel.



*„Ráda bych tímto pozvala všechny obyvatele kraje a tuzemské i zahraniční turisty k návštěvě této unikátní výstavy. Sedm z celkového počtu 19 koupelen sice čeká na svou finální podobu, která bude replikovat jejich původní stav z 19. století, nicméně věřím, že i tak budou návštěvníci z Císařských lázní odcházet nadšeni a plni velkolepého kulturního zážitku. Úpravy vzorových koupelen jsou závislé na vyhlášení nové veřejné zakázky, v níž bude vybrán dodavatel. Do té doby bude expozice zpřístupněna skrze nainstalované kulkátka a dobová i atmosféra je dokreslena pomocí digitálních maleb, světla i zvuku,“ zve k návštěvě*

Císařských lázní radní pro oblast kultury a památkové péče Olga Haláková.

**Vstupenky je možné zakoupit na pokladně v Císařských lázních, případně na jejich webových stránkách.**



# VYSLOUŽILÉ SOLÁRNÍ PANELE PATŘÍ K RECYKLACI



ALTERNATIVNÍ  
ZDROJ ENERGIE



SOBĚSTAČNÁ  
VÝROBA ELEKTRINY



OCHRANA  
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ



EKOLOGICKÁ  
RECYKLACE

I váš zodpovědný přístup může ochránit naši planetu.



reTELA

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



Kolektivní systém RETELA zajišťuje sběr a následnou ekologickou recyklaci vysloužilých elektrozařízení.

VÝROČÍ

10

Radlická kulturní sportovna dnes slaví 10 let a zároveň pořádá Summer opening. „Projdeš bránou, necháš si udělat festivalový copánky. Dáš si drink od GARAGE22, pak posilnější rozjedeš pořádný rodeo na našem bejkovi, pak se schladíš ledovým speciálem od Budwaru. K tomuhle všemu vystoupí Yababy a Žofie Dařbujánová,“ zvou pořadatelé na akci. **MET**

INZERCE

## Naděje pro budoucnost České republiky



*Doktorka Turková, která chce hájit tradiční hodnoty, suverenitu a prosperitu země*

Rozhodla se **kandidovat za PRO - Jindřicha Rajchla** (volební číslo 6) s cílem chránit rodinu, vlast a mír před válečnými štváči a progresivisty. Prioritou pro ni jsou jednoznačně rodinné a ekonomické otázky, ale také odmítání migračních kvót a nátlaku EU ohledně migrace a eura. Zároveň se staví proti zrušení práva veta a green dealu, který podle ní ničí konkurenceschopnost EU.

Vzhledem k jejímu odbornému zaměření je jedním z bodů v jejím programu také schvalování rozpočtu EU, který by měl reflektovat potřeby jednotlivých zemí. V regionu Ústeckého kraje se angažuje pro prodloužení těžby uhlí jako důležitý zdroj zaměstnanosti a udržení energetické soběstačnosti.

Paní doktorka se ostře postavila proti indoktrinaci genderovou ideologií a jako základ považuje rodinu jako svazek muže a ženy, nikoliv „rodiče 1 a 2“. Je přesvědčená, že politika, ani ideologie do škol nepatří.

V rámci volební kampaně se zaměřuje na setkání s občany a zdůrazňuje důležitost ochrany suverenity země a tradičních hodnot. Věří, že společný postoj konzervativně orientovaných stran v Evropském parlamentu může přinést obrát směřem k udržení suverenity zemí a míru v Evropě.

Zadavatel a zpracovatel PRO – Jindřicha Rajchla

# Metropole ožije akcemi. Víkend bude nabitý!

**Deník Metro vybral pestrou paletu tipů. Ať už vyrazíte kamkoli, pošlete nám fotky na [mms@metro.cz](mailto:mms@metro.cz).**

Tento víkend se to sešlo. V Praze se koná řada parádních akcí. Nabídku najdete níže.

### Open House Praha

Začal už na začátku týdne a vyvrcholí tento víkend. Jubilejní desátý ročník festivalu otevřených budov Open House Praha zdarma zpřístupní 115 budov a prostorů na celém území hlavního města. Stejným tématem letošního ročníku je přístupnost a inkluze. Organizátoři chystají aktivity, které upozorní na bariéry ve městech i budovách. Celý seznam budov najdete na webu [www.openhousepraha.cz](http://www.openhousepraha.cz).

Festival architektury a urbanismu, který zpřístupní přes sto budov, se o víkend koná také v Brně. Doprovodný program zahrnuje výstavy, tvůrčí dílny i přednášky a diskuse. Více na [www.openhousebrno.cz](http://www.openhousebrno.cz).

### Mezinárodní den muzeí

V sobotu se koná také Mezinárodní den muzeí. Akce, která vznikla v roce 1977, chce podpořit povědomí veřejnosti o úloze muzeí v rozvoji společnosti. V Praze se každoročně připojuje vstupem zdarma či sníženým vstupným několik institucí. Program si připravila například Národní galerie, Národní muzeum, Národní pedagogické muzeum nebo Národní technické muzeum.

### Dyzajn market

O víkend se u holešovického Výstaviště koná Dyzajn market Máj. Trh autorské tvorby představí desítky lokálních designérů, tvůrců, malých značek. Vstup na market je zdarma.

### Auto-moto - poptávka

• Sbíráme auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990. T. 734843403



### Nemovitosti - poptávka

### Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

**737 352 730**



Vodárenská věž na Letné je součástí akce Open House Praha pravidelně. Jedním z lákadel je například přístupný ochoz.

FB VODÁRENSKÁ VĚŽ LETNÁ

### Den otevřených dveří Pražských služeb

V sobotu se otevřenou brány areálu ZEVO Malešice, kde se koná den otevřených dveří Pražských služeb. Rodinná akce nabídne možnost nahlédnout do spalovny či představit nejmodernější techniku. Chybět nebudou ani atrakce pro malé i velké nebo třeba vystoupení hudební skupiny Slza.

### X Run

V Parku Na Solidaritě a přilehlém okolí se v sobotu koná běžecký závod. Je otevřený pro účastníky všech věkových kategorií, ať už jste zkušení běžci, běžecí začátečníci, nebo si jen chcete užít aktivní den společně s rodi-

nou a přáteli. Doprovodný program nabídne například nafukovací překážkovou dráhu pro děti, laserový biatlon či školu in-line bruslení.

### Red Hot Chillí Festival

Na neděli se mohou těšit fanoušci páliového. V holešovickém Cross Clubu se koná Red Hot Chillí Festival. První ročník představí žhavé novinky ze světa papriček, semínek, odrůd, chutí a pikantních zázitků všeho druhu.

### Pivo a Burger Festival

Karlínské náměstí v neděli hostí akci s všeříkajícím názvem Pivo a Burger Festival. Začátek akce je už v 11 hodin dopoledne. **MAH**



## Svátek tetování

Už 24. International Tattoo Convention Prague se koná ode dneška až do neděle v Praze na Výstavišti v Malé sportovní hale. Nejen fanoušci tetování se mohou těšit na více než 170 tatérů z celého světa, bondage shows, freak shows, food zónu a další. Letošní novinkou je sobotní stand up comedy. Také tentokrát se bude mezi návštěvníky volit Miss Tattoo. Chybět nebude ani koutek pro děti. Více na [tattoo-convention.cz](http://tattoo-convention.cz). **MET**

# Cukrářka z Werichovy vily: Obvykle sahám po věnečku

Jméno známé cukrářky Ivety Fabešové se na stránkách deníku Metro neobjevuje poprvé. Několik let totiž úspěšně provozuje kavárnu a cukrárnu v historické Werichově vile, kde mají návštěvníci možnost ochutnat její jedinečné dezerty. Prostor je také oblíbeným místem pro snídani. Kolem Fabešové se však v posledních měsících dějí i jiné zajímavé věci. Během června plánuje rozšířit své podnikání v prostorách budovy Masaryčka nedaleko pražské Florence, kde otevře svou další kavárnu a také malou akademii.

Respektovaná cukrářka je známá svými jedinečnými francouzskými dezerty. Svou uměleckou zručnost projevila zhotovením specifického mono dezertu, při jehož tvorbě se inspirovala barevnou paletou exkluzivní limitované edice bezdýmného zařízení Iqos Iluma Neon Purple a originálními chutěmi náplně Levia.

„Vrchní část této unikátní sladké tečky zdobí fialová květina z čokolády, zatímco jeho jádro tvoří světlý piškot bohatě naplněný osvěžující směsí borůvek a máty. Obaluje ho jemná vanilková pěna, zatímco povrch pokrývá lákavá růžová poleva. Celkový vzhled dezertu zvýrazňují stříbrné třípytky a výrazný lesk polevy. Tyto dva aspekty pro mě byly důležité, protože jsou silným vizuálním prvkem této limitované edice,“ říká pro deník Metro cukrářka Fabešová.



Kromě provozování kaváren Fabešová vytvořila vlastní úspěšnou značku IF a je autorkou několika populárních kuchařek. 2x MATUŠ TÓTH

## Jakým způsobem jste uvažovala o podobě dezertu, který je inspirován zařízením značky Iqos?

Mé dezerty jsou známé svým čistým, jasným tvarem. U sladké tečky vytvořené pro tuto příležitost jsem chtěla, aby byl výsledek lehce extravagantní a trochu futuristický. Vrch tohoto unikátního dezertu zdobí fialová květina z čokolády, zatímco jeho jádro tvoří světlý piškot, bohatě naplněný osvěžující směsí borůvek a máty. Obaluje ho jemná vanilková pěna, zatímco povrch pokrývá lákavá rů-

žová poleva. Celkový vzhled dezertu zvýrazňují stříbrné třípytky a výrazný lesk polevy. Tyto dva aspekty pro mě byly důležité, protože jsou silným vizuálním prvkem této limitované edice.

## Máte vy sama v oblíbené výrazné barvy? Ať už v životě, nebo v cukrařině?

Když jsem pracovala na tomto speciálním kousku, obávala jsem se, že by jeho výrazné barvy mohly působit nejedle. Avšak po konzultaci s partnerem jsem se ujistila, že bude konečný vzhled zajímavý. Navíc se cukrářský trh v posledních letech výrazně proměnil. Vzpomínám si, jak jsem před zhruba osmi lety představila dezert ve tvaru citronu a někteří zákazníci byli poněkud skeptičtí. V současnosti už jsou lidé na neobvyklé tvary a syté barvy zvyklí a takové zákusky nikoho nepřekvapují. Osobně mám barevné dezerty ráda, i když ve svém osobním životě dávám přednost spíše konzervativním barvám jako bílá, černá nebo modrá. Barvy si plně užívám v práci.

**Jak obecně přemýšlíte nad tvorbou nových cukrářských výrobků? Zůstáváte hned u prvního nápadu, nebo cestá k finální podobě trvá déle? Při tvorbě nových dezertů pro IF Café začínám vždy přemýšlením o vizuální stránce**



Fabešová se při tvorbě dezertu inspirovala barevnou paletou limitované edice bezdýmného zařízení Iqos Iluma Neon Purple.

a poté teprve řeším, co bude uvnitř. Inspirace hraje v mém procesu klíčovou roli. Mezi mé poslední novinky patří dezerty s názvy Popcorn a Saturn. Pro Popcorn jsem chtěla vytvořit dezert s autentickou chutí pražené kukuřice. Nápad dát mu tvar kelímku na popcorn mě napadl až poté. Kelímek jsem vyrobila z bílé čokolády, kterou jsem poté zbarvila do červena pro realistický vzhled. Samotnou praženou kukuřici jsme přes noc louhovali v mandlovém mléce s trochou soli. Nasáklý popcorn jsme následně proměnili v lahodnou pěnu s bílou čokoládou, kterou jsme použili jako náplň. Pro pikantní kontrast jsme uprostřed dezertu přidali mučenku a slaný karamel, což dezertu dodalo sladkokyselý nádech. Vrch zdobí ještě čerstvý slaný popcorn.

## A jak to bylo u Saturnu?

Inspirovala jsem se stejnojmennou planetou. Chuťově jsem měla vyjasněno hned od začátku. Uvnitř se ukrývá směs manga, kokosu a vanilky, která evokuje exotický ráj. Tato kombinace chutí zaručuje, že Saturn je nejen vizuálně atraktivní, ale i nezapomenutelně lahodný.

## Který dezert je váš vůbec nejoblíbenější?

Miluju věneček, je to klasika, a když mám chuť na něco

sladkého, sáhnu po něm. Velikostí a množstvím cukru splňuje vše, co při chuti na sladké potřebuji.

## Co vás v poslední době nejvíce zaměstnává?

Chystám nový projekt ve dvou podlažích budovy Masaryčka u Florencie. V přízemí se otevře kavárna, zatímco ve vyšším patře plánujeme zřídit výrobní prostor a malou akademii. Už mě neoslovuje běžná snídaně nabídka, jako jsou avokádové toastové chleby a podobně. Proto jsem vyvinula koncept snídani ve stylu michelinských restaurací, kde hlavní roli hrají špičkové suroviny a jedinečný způsob servírování. O dalších detailech zatím nemohu mluvit, ale tento projekt nyní pohlcuje veškerý můj čas a energii.

## Těšíte se na léto?

Těším se na Vánoce, kdy už bude provoz v Masaryčce plně zaběhlý. To nejtěžší období hned po otevření, které plánujeme na přelom července a srpna, bude s mnou a budu moct konečně odpočívat. Takže pevně věřím, že léto už bude odpočinkové a budeme pevně stát na svých nohách v novém provozu. Je to určitě velká výzva, protože jsou s ní spojena velká očekávání, u kterých pevně věřím, že je zvládneme naplnit v maximální míře.

## ENERGICKÝ JAKO FIALOVÝ NEON

Limitovaná edice Iqos Iluma Neon Purple je inspirována energií letních barev, kde se prolínají neonově fialové odstíny s růžovými. Oslavuje komunitu dospělých kuřáků, kteří skončili s cigaretami a rozhodli se přejít na bezdýmné alternativy.

- Iqos Iluma je bezdýmné zařízení, které využívá technologii indukčního ohřevu bez nahřívací čepele a nutnosti čištění.
- Při použití nedochází ke spalování, zařízení naplněné pouze aerosol, který obsahuje výrazně méně škodlivých látek

než cigaretový kouř. I když není bez rizika, protože obsahuje nikotin, který je návykový, jedná se o lepší alternativu než pokračování v kouření.

- V Česku bude tato limitovaná edice k dostání již od příštího pondělí 20. května. K dispozici bude ve třech variantách – prémiová Iluma Prime, standardní Iqos Iluma a také zařízení „vše v jednom“ Iluma One.
- Zařízení Iqos Iluma Neon je možné zkombinovat s inovativními nikotinovými náplněmi Levia, které poskytují chuťový zážitek bez tabáku.

# „Krušné hory jsou krásné, smutné, pokaždé jiné“

Právě vychází kniha Krušnohorské osudy, kterou spolu s Michalem Urbanem napsal Štěpán Javůrek. „Nabízíme dvacet příběhů osobností, míst a událostí, které se zaplaly do historie Krušných hor,“ předesílá v rozhovoru Javůrek.

## Který z příběhů je nejpozoruhodnější, nejzvláštnější?

Přijde mi, že každý je něčím jedinečný. V knize se čtenář dozví například o obci, kterou během několika dní zbourali kvůli cyklistickému závodu, o cirkusáckém principálovi, který měl 20 synů, přiblížíme slavné hornické osudy regionu, ale také zničující požáry, představíme zajímavé osobnosti. Myslím, že si v knize každý najde příběh, který jej chytne za srdce.

**Krušné hory jsou nejen krásné, ale zároveň nesmírně bohaté na události, příběhy**



Knížní novinka

MOBA

## a osudy míst a lidí, často velice pohnutých, až tragických. Proč tomu tak je?

Krušné hory mají za sebou mnoho období vzestupů a pádů. Dá se říct, že vše podstatné, co se od 15. století odehrálo ve střední Evropě, prošlo přes Krušné hory. Nejprve slavná hornická minulost, spojená s nálezem nejrůznějších rud a přírodních zdrojů, pak odchod protestantů a rekatolizace po třicetileté válce, rozmach rukodělných řemesel, které Krušné hory proslavily po celém světě, poté

vlna nacionalismu, válka a po ní tak masivní výměna obyvatelstva, jaká neměla v dějinách střední Evropy obdoby. A nato éra komunistických lágrů a totální devastace krušnohorské přírody a nakonec otevření hranic a obnova regionu. Zkrátka pořád se tady něco dělo!

## Dalo by se říct, že Krušné hory nabízí spisovatelům díky své nelehké historii množství námětů pro romány?

Nebudu mluvit za ostatní, ale u mě to takto funguje. Pro mě je inspirující nejen zdejší historie, ale i jedinečná příroda, zvláštní nálada těchhle hor, především na podzim. Je to tu chvílemi krásné, až kýčovité, jindy zase smutné a melancholické, ale pokaždé jiné. Já jsem v Krušných horách doma, mám to tu rád, proto o zdejším regionu píši.

## Vaše kniha může sloužit i jako turistická pozvánka do vašeho milovaného kraje. Na která tři místa byste návštěvníky pozval vy?

Vybrat jen tři místa je téměř nemožné! V Krušných horách naleznete opravdu nekončící množství věcí, které stojí za to vidět. Doly, štol, technické památky, zaniklé obce, lyžařské areály, lázně, velké vodní nádrže, cyklotrasy, trasy na běžecké lyžování, spousta téměř nedotčených míst, kde mnoho hodin nikoho nepotkáte.

## Na co se mohou vaši čtenáři těšit do budoucna?

Chystám se na měsíční cestu do Himálaje, takže můj nejbližší plán je přežít tohle ve zdraví a vrátit se domů! A když se to povede, čeká mě dokončení knihy Sudetský dům III, práce na druhém díle Krušnohorských osudů a určitě i něco dalšího, zajímavého.

INZERCE

**PRO VAŠE TRÁVENÍ**

**ENZYM + ZÁZVOR**

**ORENZYM PLUS**

Doplňek stravy / enterosolventní tablety

Doplňek stravy s enzymem alfa-amylázou a s přidavkem extraktu zázvoru.

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

**Doplňek stravy ORENZYM PLUS** obsahuje enzym a - amylázu a extrakt zázvoru, který napomáhá dobrému trávení. Produkt je vyráběn ve formě enterosolventních tablet, což zajišťuje šetrnou "přepřavu" enzymu až do místa určení - tenkého střeva.

• Přibral jste? • Máte migrény nebo hypertenzi? • Bolí Vás klouby? • Zhoršil se Vám zrak?

## Musíte se postarat o játra!

Je to jeden z nejdůležitějších orgánů ve vašem těle. Pokud přestanou fungovat, vaše tělo nevydrží ani hodinu!

**V**šeobecně se má za to, že problémy s játry mají lidé, kteří zneužívají alkohol, jedí tučná jídla nebo užívají hodně léků. To je chyba. Ve skutečnosti, pokud je vám více než 30 let, můžete si být jisti, že vaše játra jsou již unavená a přetížená! Stačí že každý den jíte jídlo plné pesticidů a hormonů, dýcháte vzduch plný smogu!

**MÁTE TYTO PŘÍZNAKY**

- špatné trávení • hypertenze • bolesti kloubů • nespavost • zvýšený cholesterol
- nadváha • špatný zrak
- vypadávání vlasů • nevzhledná pleť
- neustálá únava • zvýšený cukr

**POKUD MÁTE BÝT JEN Z Z NICH, VAŠE JÁTRA POTŘEBUJÍ DETOXIKACI!**

Záchranou pro játra je ŠVÝCARSKÁ DETOXIKAČNÍ KÚRA. Jde o novinku Kliniky aplikované hepatologie v Curychu. Receptura je založena na tuctu různých rostlinných extraktů, obohacených o vitamíny. Během 11-31 dnů jsou játra kompletně detoxikována a odmaštěna. Bez ohledu na váš věk a závažnost vašich onemocnění. Už vás nebudou bolet klouby. Budete moci jíst normálně

– žádné pálení žáhy a zažívací potíže. Znormalizujete hladinu cukru v krvi a krevní tlak se vrátí do normálu. A pocítíte takový přívál energie, jako byste byli o 10 let mladší!

**Jak funguje detoxikační kúra jater?**

Ztucnělá játra nejsou schopna filtrovat krev a nedokážou si poradit s toxiny, které otravují celé tělo.

**PRED** **PO**

- Usazeniny cholesterolu
- Ucpané kanály
- Umírající buňky
- Plná regenerace

Po 11–31 dnech kúry jsou z jaterních tubulů odstraněny usazeniny cholesterolu a toxiny. Plně detoxikovaná játra účinně čistí krev. Zmizí nepohodlí a bolest.

Aktuálně probíhá velká propagační kampaň a pokud zavoláte do 20.05.2024, dostanete **ZDARMA BALENÍ** přípravku!

**NEČEKTE – VYČISTĚTE JÁTRA A ZÍSKEJTE ZDRAVÍ ZPĚT!**

Zavolejte do **20.05.2024** a dostanete švýcarský přípravek na detoxikaci jater v hodnotě 2500 CZK nyní **ZCELA ZDARMA**

Pospěšte si – počet balíčků zdarma je pouze **20 kusů!**

**Zavolejte: 555 441 829**

Po-Pá 8-20 hod., So-Ne 9-18 hod. obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků



# Helter Skelter: Skutečný příběh Mansonovy vraždící sekty

Žánr true crime zažívá aktuálně nebývalou popularitu. Bez ohledu na to, zda se jedná o dokumentární série, filmové a seriálové adaptace, či knihy, a to jak ze zahraničí, tak z našich luhů a hájů.



Knižní trh v Česku nabízí fanouškům true crime řadu titulů.

Mezi v Česku mimořádně úspěšné zástupce žánru true crime patří seriál Metoda Markovič: Hojer o legendárním československém kriminalistovi, z knih například oranžová True Crime série nakladatelství Jota nebo mrazivé dílo Americký predátor o vrahu Israelu Keyesovi, vydané pod nakladatelskou značkou Vendeta.

Právě příznivce skutečných krimi už svou nádhernou grafickou podobou a rozsahem upoutá novinka, která podrobně mapuje případ, jenž svého času zahýbal americkou společností tak jako málokterá událost. Případ, jenž zůstává živý dodnes...

Helter Skelter je na svou dobu nebývale živelná, až agresivně znějící píseň od legendárních Beatles, jež vyšla

na desce White Album. Nejen dosti netypická pro tvorbu skupiny. Jde o opravdu revoluční skladbu, o níž se říká, že položila základy heavy metalu. A jistá šílená sekta bývalého kuplíře, zločince a zneuznaného muzikanta jménem Charles Manson v ní (a celém zbytku alba) pod pomýleným vlivem drog rozeznala domnělé poselství o blížící se celosvětové rasové válce.

## Z mesiáše vůdcem vrahů, zvěstujícím apokalypsu...

Jak už dnes víme, Manson si splnil sen, a nakonec se proslavil. Ale ne jako umělec, nýbrž coby symbol zla a vůdce zfanatizované skupiny mladých lidí, odsouzený k trestu smrti. Ten byl následně změněn na doživotní trest odnětí

svobody. Aniž by ovšem sám Charles někoho zabil. Na to měl svou „Manson Family“. Ta se skládala převážně z mladých žen, na které charismatický Manson uměl zapůsobit a ovlivnit je, ale i zakomplexovaných mladíků, pro něž byly dostatečně velkými lákadly volná láska, drogy a život v podivné komunitě na Spahnově ranči, jenž dříve sloužil jako filmové ateliéry.

## „Jsem ďábel a mám ďábelské poslání“

Série zprvu nesouvisejících vražd měla v očích jejich pachatelů potrestat bohatá „pigs“. Prasata, jak napsali krví zavražděných na dveře. Naprosto nesympelné a brutálně bylo zabito devět lidí. Jednou z obětí byla těhotná Sha-

ron Tate, slavná herečka a manželka režiséra Romana Polanského. Tyto hrůzy ukončily „bezstarostná“ šedesátá léta. Éra květinových dětí byla tatam. A přerod Charlese Mansona z neznámého pobudy v jednoho z nejznámějších zločinců v dějinách USA tím byl završen.

Celý příběh se dočkal několika zpracování i ve filmovém světě. Naposledy kupříkladu téma roku 2019 velice volně zpracoval známý režisér Quentin Tarantino ve snímku Tenkrát v Hollywoodu, kde tragické události obrátil úplně naruby.

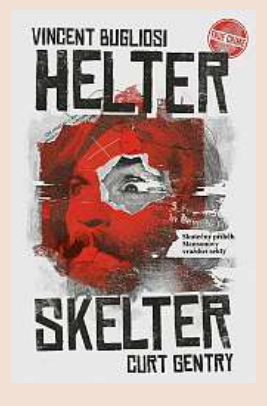
K tomu, co se stalo, se v knize, původně vydané v roce 1974, vrací Curt Gentry a Vincent Bugliosi, přičemž druhý jmenovaný byl v případě vražd Manson Family státním zástupcem pověřeným vedením obžaloby. Díky tomu je možná tím nejpovolanějším a do tématu tak vnější nebyvale detailní vzhled. Na více než sedmi stech stránkách obsáhlé publikace se dopodrobna seznámíme s událostmi, které postupem času nabyly až mytických kontur.

Dílo Helter Skelter: Skutečný příběh Mansonovy vraždící sekty získalo ocenění Edgar Award za nejlepší faktografickou kriminální knihu a zařadilo se mezi bestsellery. Roku 2015 se dokonce s počtem sedmi milionů prodaných výtisků stalo nejpro-

## NENECHTE SI UJÍT

**Helter Skelter: Skutečný příběh Mansonovy vraždící sekty**

- Autoři: Vincent Bugliosi, Curt Gentry
- Datum vydání: 30. 4. 2024  
Cena: 599 Kč
- Nakladatelská značka: Vendeta



dávanejší true crime knihou všech dob.

Kniha pak kromě krásné obálky a obsáhlosti upoutá na první pohled i jedinečnou ořízkou, která ji vedle kvalitního obsahu povyšuje i na chloubu knihovničky každého čtenáře skutečné krimi.

**TOMÁŠ LESK**

INZERCE

**UŽIJTE SI KVĚTEN  
PLNÝ EMOCÍ**

THRILLERY, KTERÉ  
VÁM ROZBUŠÍ SRDCE

Dovolená se změní v boj o přežití

Teambuilding se promění v masakr

Vraždy, které šokovaly celý svět

**KNIHY DOBROVSKÝ**

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

# PLAY

## It's good(all)

Je to jako vznášet se na obláčku. Minulý týden nás navštívila primatoložka Jane Goodall. Stejně jako setkání s energickým upírem vyvolá v člověku únavu a pachuč, které se zbavuje jen těžko, funguje to i naopak. Od odjezdu doktorky Goodall se mě drží jakási reverzní kocovina. Čím to je? Jak je možné, že mě její zkušenost, moudrost a pozitivita, které jsou samy o sobě inspirativní a kterými překypovaly její rady a promluvy, tak moc zasáhly? Ona to nazývá naději. Ale ne ledajakou. Žádné bláhové doufání, slepá víra či neopodstatněné konejšení. Je to naděje

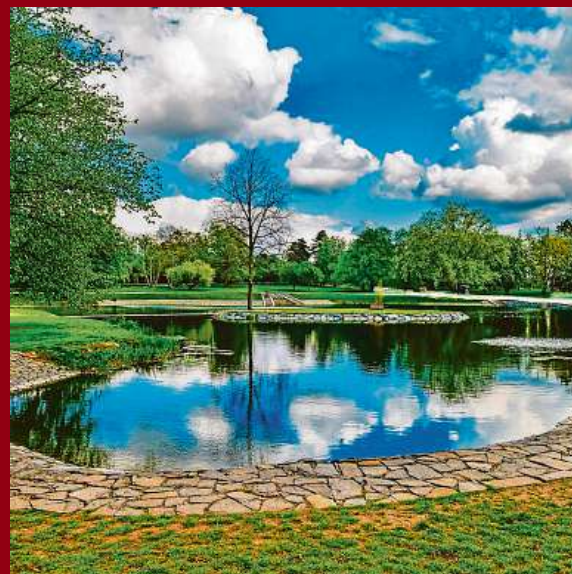
**Setkává se s monarchy i chudáky. Spatřuje zkázu i obnovu.**

podmíněná pílí, úsilím a zkušeností. S výjimkou pandemie nestrávila Jane na jednom místě déle než tři týdny, protože neúnavně cestuje po světě a pomáhá lidí inspirovat k ohleduplnosti a ochraně přírody. Pokračuje v tom i ve svých 90 letech. Setkává se s monarchy i chudáky. Vidí torza vykáčených pralesů, ale i vitalizované biotopy. Spatřuje zkázu i obnovu. A když si toto vše dá ona na miský vah a usoudí, že strasti planety Země pokoříme, pak to můžeme udělat my všichni. Není to lehké, obzvlášť v době, kdy negativita prodává noviny. Zkusme to odfiltrovat. Nemíním tím zavírat oči nad problémy, ale řešit je. Neutápět se v nich. Stačí si chytré pěstovat naději. Protože když se mi ona podívala do očí a řekla, že to dopadne dobře, tak jsem jí to věřil. A teď? Mám za sebou superproduktivní týden! Náhoda? Těžko. Zkrátka a dobře – najděme si každý svou Jane Goodall. Najděme si naději. Nevíte jak? Stavte se u nás v zoo, my jí teď máme na rozdávání!

FILIP MAŠEK  
MLUVČÍ ZOO PRAHA



## @mojemetro



Kocháte se novým rybníčkem na Letné. Zrodil se v menší proláklíně mezi Hanavským pavilonem, bastionem sv. Tomáše a metronomem. Nádherný ostrůvek klidu nafotil [@miroslav.kopriva.prague](#). #czech #prazskepamatky #awesome\_phototrip #prag #mojemetro #fotimecesko.

# #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](mailto:mms@metro.cz). Váš výtvar dáme do novin!

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:  
LUŠTĚNKA: KOLAČ

### LUŠTĚNKA

J	E	K	O	Ž		
		1				
H	O	K	U	T	O	
	2					
K	Á	L	Č	M	E	
			3			
S	Á	F	A	D	A	
			4			
A	N	T	I	Š	E	Č
5						

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

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

## TĚŽKÝ ŽIVOT KNIHOMOLŮ #11

KNIHOMOLSKÉ STRIPY KRESLÍ HANKA GREHOVÁ A PÍŠE MEDOJED. OBJEDNEJTE SI JEJICH KNIHU NA [WWW.YACTU.CZ](http://WWW.YACTU.CZ)!



## Probud'te v sobě gen pro růst penisu a sexuálního démona.

Váš penis bude až o 75 % delší! Profesoři z Andrologického institutu v Detroitu objevili soubor genů, které jsou zodpovědné za růst dutého těla penisu. Ukázalo se, že u ¾ mužů tyto geny ukončují svou činnost předčasně a penis nedosahuje plného růstu. A právě odtud pramení problémy s malou velikostí! Naštěstí nyní existuje způsob, jak tyto „lenochy“ probudit a přimět je pracovat 3 x usilovněji. Účinky jsou prostě úžasné: **každý 2. muž**, který použil gel aktivující intimní růst penisu, již nemá žádné problémy



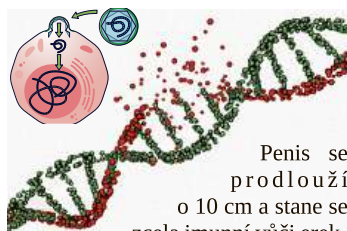
s ochabováním a jeho penis se prodlouží o úctyhodných 10 cm!

Co to pro vás znamená? Bez jakýchkoli pilulek nebo injekcí se stanete skutečným sexuálním démonem. Dokonce i když máte nyní problémy s tlakem a impotencí vás trápí už léta. Všechny tyto komplexy zmizí, jakmile sáhnete po volném balení erotického gelu.

### Prodlužte si ji RYCHLE, BEZPEČNĚ, PŘÍRODNĚ

„Na rozdíl od umělých chemických posilovačů a pump zvětšuje naše léčba penis 100% přirozeně a bezpečně,“ říká profesor Marshall Edwards - vedoucí výzkumného týmu Andrologického institutu v Detroitu.

„Lokálně aplikovaný gel proniká hluboko do penisu a poté aktivuje příslušné geny. Výsledkem je, že dutá těla penisu začnou růst stejně intenzivně jako během puberty.



Penis se prodlouží o 10 cm a stane se zcela imunní vůči erektilní atrofii. Na věku uživatele gelu nezáleží. Nejstaršímu muži, který s ním dosáhl 21 cm, je 98 let! - ujišťuje profesor.

**Shrňme:** pouhá 1 kapka gelu → prodlouží penis o 10 cm → „vymaže“ atrofii potence → obnoví vaše libido 18letého mladíka. A to vše se děje přirozeně, v souladu s rytmem vašeho těla, bez zatížení vašeho oběhového systému.

Díky výrobci výrobku to můžete zjistit ZDARMA. Teprve nyní byl do naší země zaslán balíček 100 bezplatných balení gelu pro růst penisu a titanové potence.

## Nyní jsem mistrem sexu se silným „zájmem“.



Už mi táhne na šedesát a teprve teď mám nejlepší sex svého života.

**Penis narostl z 11 na 20 cm a postavil se „na povel“.** Skončily také problémy s poklesem. Tyto výsledky jsou trvalé, protože jsou způsobeny prací mého těla, stimulovanou tímto gelem, a ne externě podávanými látkami.

Ladislav, 64 let, Brno

## Zde je váš recept na skvělý úspěch v posteli.

- Penis až o 10 cm delší
- Tvrdší erekce každou noc
- Styk o 30-40 minut delší
- Potěšení pro vás i pro vaši partnerku
- 4 x silnější pocity



**Mužství imunní vůči následkům? Sex, který trvá 40 minut? Máte to v genech!**

# VYLEPŠOVACÍ gel prodlouží váš penis o 10 cm a zajistí vám tvrdou erekci každou noc.

Rozlučte se s průměrností v ložnici a odložte modré pilulky. Vědci z amerického Detroitu vyvinuli přípravek, který aktivuje gen pro růst penisu ve vašem těle. Již po 1 kapce získáte ocelovou erekci a prodloužíte svůj penis o 10 cm a svůj pohlavní styk o 30-40 minut. Jen nyní **rozdáváme ZDARMA 100 balení přípravku**, který již zachránil 56 892 mužů před impotencí. **Zavolejte nyní - kdo dřív přijde, ten dřív mele!**



## Proč dáváme geniální vzorec ZDARMA?

Zde je poselství profesora Marshalla Edwardse: „Jsme vědci, ne obchodníci, a chceme, aby se náš produkt dostal k těm, kteří ho nejvíce potřebují. Rád bych však upozornil, že nejsme charitativní instituce. Dobře víme, že tento gelový přípravek na prodloužení

penisu je naprostým vědeckým průlomem. Jakmile se o naši propagační kampani dozví veřejnost, začnou se na nás hrnout objednávky z celé Evropy a cena gelu prudce vzroste. To je poslední tak vhodná doba, abyste se sami přesvědčili, jak účinný tento prostředek je“. Je nejvyšší čas skoncovat s průměrností v posteli. Rozlučte se se špatným sexem, slabou

erekci a komplexy z velikosti již po 1. kapce. Pokud chcete každou noc vidět potěšení v očích své partnerky a hrdě vystavovat na odiv

## PRODUKT ZDARMA - DISKRÉTNÍ DOPRAVA



Balíček, který vám přijde s objednávkou, bude diskrétně zabalen a jeho obsah budete znát pouze vy. Předem domluvený kurýr vám ji předá.

své pevné XXL mužství, sáhnete po balení gelu pro aktivaci růstu penisu ZDARMA. Zavolejte na níže uvedené číslo. ↓

## Genetický gel pro obří penis - pouze TEĎ za 0 Kč!

Prvních 100 lidí, kteří zavolají do 07.06.2024, obdrží od PRODUCENTA 100% REFUNDACI

**ZAVOLEJTE**

**569 812 987**

Po-Pá 08:00-20:00, So 08:00-20:00. Běžné místní volání bez příplatku.

## Doporučuji jako vědec i jako člověk.

Růst penisu aktivátor obnovuje sexuální kondici z nejlepších let a dává vám mužství vznešenost jako nikdy předtím. Denně projde mou ordinací čtyřicet mužů a každému z nich doporučuji gel, který aktivuje růst corpora cavernosa. Tento proces je zcela bezbolestný a pro tělo bezpečný. Pacient má čas zvyknout si na své „nové“ mužství a získá nad ním plnou kontrolu. Víím to velmi dobře, protože jsem tento přípravek vyzkoušel především na sobě.

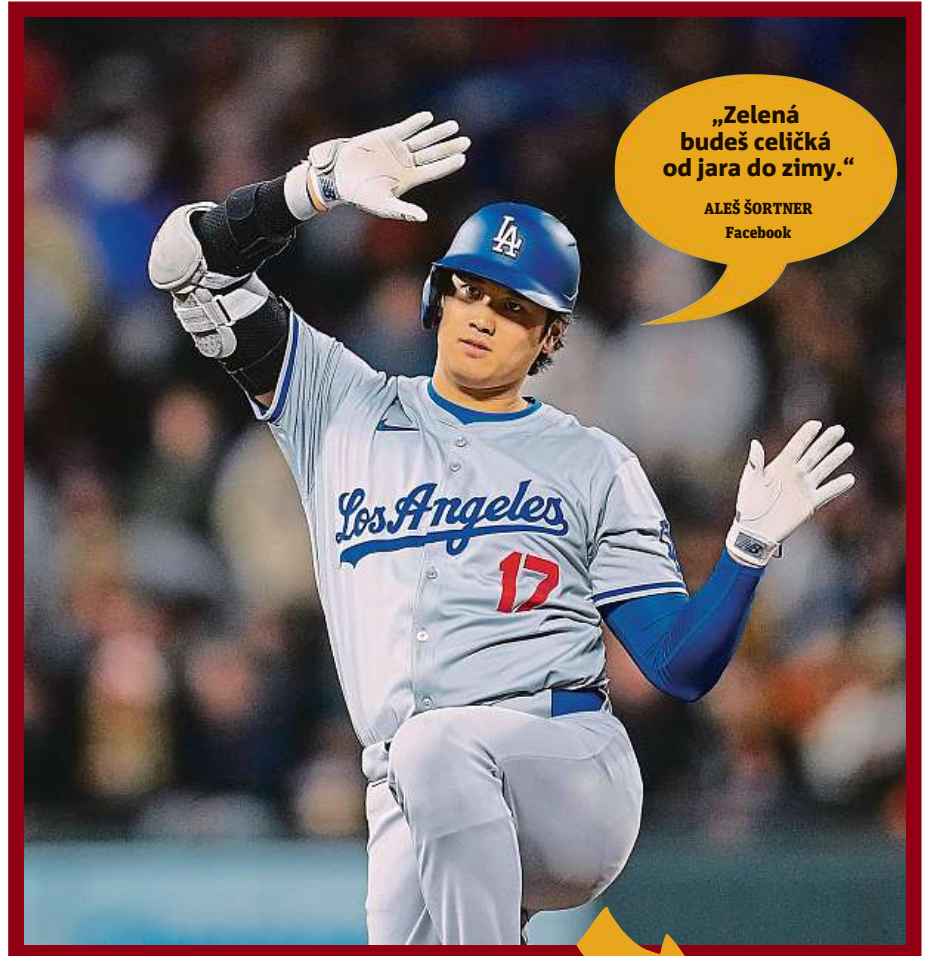


**Prof. Pavel Hlava**, odborník na andrologii

SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	NEDĚLE	PONDĚLÍ
14/18 °C	18/22 °C	19/23 °C	20/24 °C

Teplotní rekordy: ↓ 1,0 °C (1874) ↑ 31,4 °C (1798) Bio: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



**20.10 Doktor Martin 2 (2)**  
Záskok. Seriál (ČR/SR, 2015). Hrají: M. Donutil, J. Čvančarová, N. Lichý, G. Marcinková

**21.05 Všechnopárty**  
Zábavná talk show Karla Šípa

**22.00 Hercule Poirot**  
Pět malých prasátek. Detektivní seriál (VB, 2003). Hrají: D. Suchet, R. Stirlingová, A. Gillen, T. Stephens

**23.35 Komisař Montalbano**  
Krimiseriál (It., 2006)

**01.20 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou**

ČT2



**20.00 100 000 dolarů na slunci**  
Dobrodružný film (Fr./It., 1964). Žhnoucí Sahara, ukradený kamion a velké pokušení, kterému nelze odolat. Hrají: J.-P. Belmondo, L. Ventura, B. Blier, A. Parisyová. Režie H. Verneuil

**22.10 Rudá pláž**  
Válečné drama (USA, 1967). Hrají: C. Wilde, R. Torn, B. DeBenning, P. Wolfe. Režie C. Wilde

**23.55 Apokalypsa: Hitler míří na východ (1/2)**

**00.45 Ruiny: Historie současného válčení**

NOVA



**20.20 Tomb Raider**  
Akční thriller (Jap./VB/USA, 2018). Lara Croft právě dosáhla plnoletosti a zdědila obrovské obchodní impérium. Hrají: A. Vikanderová, W. Goggins, D. West, D. Wu. Režie R. Uthaug

**22.45 Padesát odstínů svobody**  
Romantické drama (USA, 2018). Anastasia se po sňatku s Christianem nechce stát manželkou uvězněnou ve zlaté kleci, ale pokračovat v úspěšné kariéře knižní redaktorky. Hrají: D. Johnsonová, J. Dornan, E. Johnson, E. Mumfordová

**01.00 Kriminálka Miami VI (7, 8)**

PRIMA



**20.15 Máme rádi Česko**  
Zábavní pořad Máme rádi Česko opět prověří nejen znalosti diváků, ale především vědomosti českých celebrit. Co všechno vědí o České republice? To se dozvíte v zábavní show, kterou vás provede Libor Bouček

**22.05 Máme rádi Česko**

**23.55 Ano, šéfe!**  
Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!

**01.00 Policie v akci**  
Čtyři případy, čtyři lidské osudy

**02.05 Policie Hamburk IX (6, 7)**

ÓČKO



**18.15 Óčko hity**

**18.55 NN NIGHT RUN A AVON BĚH: Liberec**  
Bára Mottlová na další zastávce běžeckého seriálu

**19.00 Party ride**  
Příprava na dnešní mejdan

**21.00 O Black Party**  
Hip hop a r&b páry

**22.00 Virtuální svět TV**  
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova

**0.00 Óčko flirt**  
Proud klípů a sexy vzkazy

U příležitosti oslav 3 000 000 prodaných balení kultovního přípravku na klouby rozdává výrobce 100 přípravků za 0 Kč!

# BOLESTI KLOUBŮ, ZAD A KOLEN ZMIZELY ZA 6 MINUT

BEZPLATNÉ BALÍČKY ČEKAJÍ NA ČÍSLE: **277 271 436**



Právě v této budově vytvořil profesor James Scott se svým týmem preparát, který obnovuje kloubní chrupavku až o 90 % během 14 dnů.

Za svůj objev získali prestižní ocenění Nejlepší lékařský objev roku 2022.

**Toto** je jediná příležitost, jak si zdarma vyzvednout inovativní prostředek na klouby, který odstraňuje bolest, necitlivost a otoky nohou, rukou a zad během pouhých 6 minut. Již více než 3 000 000 lidí po celém světě potvrzuje, že tato vynikající kúra odstraňuje bolesti po úrazech a problémy s artritidou již po 1. aplikaci. Specifický výrobek vyvinul významný odborník profesor James Scott. Jak vznikl?



**„Chtěl jsem najít způsob, jak se zbavit bolesti.“**

Dobré ráno, jmenuji se James Scott. Rád bych vám pověděl o produktu, který mě před několika měsíci zachránil a dnes pomáhá milionům lidí po celém světě. Pravdou je, že donedávna chyběla účinná léčba, která by si poradila s artritidou. Sám jsem si to vyzkoušel na vlastní kůži. Před několika lety jsem se potýkal s hroznými bolestmi páteře a necitlivostí končetin. Bolest byla tak nesnesitelná, že jsem se nemohl soustředit na práci. Upřímně řečeno, už jsem nebyl schopen ničeho, ale nemohl jsem se smířit s myšlenkou, že takový bude od nynějška můj život. Smutný, prázdný... mrtvý.

Rozhodl jsem se bránit. Dal jsem dohromady tým špičkových vědců a společně jsme vyvinuli vzorec, který pomáhá doplnit až 87 % deficitu kloubní synovie. A to znamená, že se vaše klouby brzy přestanou o sebe třít, mikropoškození kloubní chrupavky se zregeneruje a bolest, otoky a záněty navždy zmizí. Přesně to se stalo v mém případě.

Dnes jsem zdravý, fit a aktivní muž, který si užívá života. Doufám, že náš vzorec bude dělat totéž i pro vás.

Věděli jste, že každý, kdo je starší 35 let, musel až dosud počítat s tím, že jeho klouby budou každým rokem tužší a méně odolné vůči zranění? Naštěstí se to díky profesorovi Scottovi změnilo. Lidé v nejlepších letech už nejsou odsouzeni k poklesu kondice. Ne nadarmo je jeho inovativní vzorec mnohými odborníky označován za zázračný preparát proti artritidě. A přestože od jeho uvedení na evropský trh uplynulo teprve několik měsíců, získal již řadu ocenění v oboru.

Jedná se o jednu z nekomplexnějších a nejdražších léčebných metod, které kdy byly vyvinuty. Donedávna byla dostupná pouze na soukromých klinikách v zahraničí. Nyní se vám může dostat do rukou zcela zdarma.

**Nezáleží na tom, zda vás artritida postihla po úrazu či poranění, nebo se objevila s věkem.** Nezáleží na tom, zda trpíte bolestmi zad, kyčlí, kolen nebo loktů - v každém případě můžete nepříjemnosti porazit působením „zevnitř“. To je velký krok vpřed v prevenci a boji proti problémům s klouby.

## Jaké účinky můžete očekávat?

- Okamžitá úleva od bolesti kloubů, kolen a páteře
- Odstranění slzení, necitlivosti a tření kloubů do 6 minut
- Snížení otoků
- 90% rekonstrukce chrupavky
- 3násobné zvýšení produkce kolagenu v těle
- Úleva od revmatické a artritické bolesti
- Urychlení zotavení po úrazech, pohmožděninách a poraněních.
- Obnovení plné pohyblivosti nohou a rukou
- Eliminace vystřelování v kolenou a loktech při ohýbání

## Pro koho je tato akce výhodná?

Každá osoba žijící v České republice, která zavolá na uvedené číslo a odkáže na tento článek. Nemusíte nic podepisovat ani posílat žádná potvrzení.

## Do kdy je nabídka platná?

Tuto nabídku můžete využít do **07.06.2024** v nebo do vyčerpání zásob propagačních přípravků. Proto je velmi důležité zavolat co nejdříve, abyste si mohli balení rezervovat.

## Proč rozdáváme balení ZDARMA?

Protože společnost výrobce letos slaví 20. narozeniny a minulý týden dosáhl prodej jejího nejoblíbenějšího přípravku (nejprodávanějšího přípravku na klouby) 3 000 000 balení! Nejlepším způsobem, jak tento úspěch oslavit, je uspořádat akci, v rámci které mohou ti, kteří ještě neměli tu čest konkrétní preparát užívat, získat za 0 Kč.

**Pozor na podvodníky!** Na trhu je nyní mnoho padělků tohoto opatření. Nechte se oklamat. V naší zemi si originální preparát Prof. Scott nekoupíte v žádné lékárně, získáte ho pouze prostřednictvím specializované infolinky.

## Zavolejte a získejte ZDARMA regenerátor kloubů

Prvních 100 lidí, kteří zavolají na číslo **277 271 436**, obdrží od výrobce 100 % refundaci.

V souladu s podmínkami akce platí omezení: 1 balení na domácnost.

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

# Cíl? Porazit Rakousko a doufat v posily z NHL

**Čeští hokejisté dnes potřebují naplno bodovat s Rakouskem, které ale dokáže potrápít favority.**

Už středeční výhra Česka nad Dány tým výrazně přiblížila postupu do čtvrtfinále. Dalším stupněm k co nejlepšímu umístění v základní skupině je maximální bodový zisk s Rakouskem, s nímž se svěřenci kouče Radima Rulíka utkají dnes od 20.20.

Trenér Rulík každopádně brzdí optimismus. „Apeluju na hráče, abychom koukali jenom na zápas, který nás čeká. Ne na čtyři schody dopředu, ale zrovna na ten, který je před námi,“ zdůraznil kouč po zápase Dánskem.

Celý realizační tým nadále monitoruje vývoj v zámořské NHL s ohledem na případné



Radim Rulík na tréninku ČTK

hvězdné posily. Už v pátek, respektive v sobotu by mohlo být jasno, zda by po případném vypadnutí Bostonu a Caroliny mohl Rulík a spol. počítat s útočnými esy Davidem Pastrňákem, Pavlem Zachou a Martinem Nečasem. „Sleduju to, samozřejmě. Ale vždycy když se podívám, vyznívá to negativně pro nás. Takže už se asi dívat nebudu,“ vtipkoval Rulík. MET

## VIZITKA SOUPEŘE

**Vizitka hokejové reprezentace Rakouska, pátečního soupeře českého týmu v základní skupině mistrovství světa:**

- Počet účastí v elitní skupině mistrovství světa: 36
- Největší úspěchy: 2x bronz z MS (1931, 1947)
- Pořadí v žebříčku IIHF: 16. (nejlépe 11.)
- Trenér: Roger Bader (Švýcarsko)
- Současné opory: Bernd Wolf, Marco Rossi, Dominic Zwerger
- Z historie: V meziválečných letech patřilo Rakousko k předním evropským týmům, kromě dvou bronzů

z MS získalo devět medailí z evropských šampionátů včetně zlata v letech 1927 a 1931; díky nečekané výhře Rakušanů nad Švédy na MS 1947 v Praze připadl Československu premiérový titul; po sestupu v roce 1957 Rakousko dlouho působilo v běčku nebo v cěčku, mezi elitu se vrátilo až v roce 1993; o rok později poprvé (a dosud naposledy) postoupilo do čtvrtfinále, od roku 2005 pendluje mezi elitní skupinou a divizí I; na předloňském MS v Tampere a Helsinkách Češi s Rakouskem po nájezdech poprvé prohráli; loni skončili Rakušané čtrnáctí a podruhé za sebou se udrželi mezi elitou. Celková bilance utkání ČR-Rakousko: 24 utkání, 23 výher ČR, jedna výhra Rakouska. ČTK

INZERCE

## Fortuna.

### Další česká kanonáda na obzoru

**Před zápasem s Rakouskem jsme položili tři otázky sportovnímu expertovi Fortuny, Romanovi Kovaříkovi.**

**Svěřence Radima Rulíka čeká v pátek papírově slabší soupeř, může Rakousko domácí tým nějak překvapit?**

Rakousko si vybralo svůj hvězdný okamžik proti Kanadě, když dokázalo srovnat v poslední třetině stav utkání z 1:6 na 6:6, žádný další zázrak už se opakovat nebude. Češi budou maximálně koncentrovaní, z utkání potřebujeme 3 body, tomu odpovídá i kurz 1.11. Výhru Česka očekávají jak sázkaři, tak bookmakeři, na naše jde i 99,8% všech vkladů. Červenka a spol. si proti papírově slabším soupeřům otevřeli na šampionátu střelnici, Norům dali 6 branek, Dánsku dokonce 7. Defenziva Rakouska přitom nepatří mezi ty nejpěvnější.

**Kolik branek v utkání se tedy dá očekávat?**

Pokud začne hrát tým naplno od první minuty, což nám zatím nejde, tak opravdu hodně. Svým dílem navíc mohou přispět i Rakušané, kteří se také umí trefit. Náš soupeř má ale v nohách těžký zápas s Finskem, a tak to bude spíš na jednu bránu, Rakušané totiž inkasují na šampionátu opravdu hodně branek. Předpokládám, že by mohlo být k vidění alespoň 7 branek v kurzu 2.24, ale klidně i 8 v kurzu



3.3. V minulém utkání se konečně prosadili Kubalík, Sedlák a také obránci, což je pro sebevědomí jednotlivců nesmírně důležité a mělo by se to projevovat už dnes.

**V sobotu pak narazíme na Velkou Británii, tam lze tušit podobný průběh?**

Britové jsou papírově slabším týmem než Rakousko, ale na turnaji mají o něco lepší defenzivu, směrem dopředu je hrozbou jen exilvínovský Liam Kirk, který se stal v minulosti nejlepším střelcem na MS. Češi i tady potvrdí roli favorita a vyhrají vyšší brankovým rozdílem (o tři a více branek). Mužstvo se prosadí v přesilovce, na které tým neustále pracuje, jako střelce bych se nebál zkusit už zmíněného Sedláka s Kubalíkem, případně hbitého Fleka nebo patrně dosud nejvýraznějšího hráče týmu Ondru Palátu.



ČTK

## Turnaj pokračuje čtyřmi zápasy

Čtvrteční program hokejového šampionátu nabídl v Praze a v Ostravě duely Finsko-Rakousko, Kanada-Norsko, USA-Francie a Kazachstán-Švédsko (na snímku). Všechny skončily po uzávěrci tohoto vydání deníku Metro. Dnes se kromě zápasu domácího Česka s Rakouskem odehrají zápasy Německo-Kazachstán, Polsko-USA a Británie-Dánsko. MET

## KRÁTCE

## Liga vrcholí

Fotbalová liga pokračuje zítra všemi třemi zápasy nadstavbové skupiny o titul. Boleslav od 17 hodin hostí pražskou Spartu, Slavia zajíždí na Slovácko a Plzeň přivítá Baník. Letenští vedou tabulku o dva body. **MET**

## Lavina vyhrála

Hokejisté Colorado Avalanche zvítězili v semifinále Západní konference NHL na ledě Dallasu 5:3 a snížili stav série na 2:3. Hosté dvakrát prohrávali a k obratu z 1:2 na 4:2 přispěl na přelomu druhé a třetí třetiny dvěma góly Cale Makar. Za porážení nastoupil Radek Faksa, který předchozí tři zápasy nehrál.

## Cena gólmanovi

Brankář Arizony Connor Ingram získal v NHL Mastertonovu trofej za vytrvalost, sportovní přístup a oddanost hokeji. Vedení soutěže to oznámilo na svém webu. Sedmadvacetiletý kanadský spoluhráč Karla Vejmelky málem skončil s hokejem kvůli duševní poruše a depresím, ale před třemi lety si řekl o pomoc a zapojil se do asistenčního programu. Tehdy byl Ingram ještě hráčem Nashvillu, Coyotes ho získali krátce před začátkem sezony 2022/23. **ČTK**

# Ondra bojuje o OH

**Lezec Adam Ondra zahájil boj o hry v Paříži pátým místem v kvalifikaci boulderingu.**

Sportovní lezec Adam Ondra vstoupil do úvodního ze dvou kvalifikačních závodů o postup na olympijské hry. V kvalifikaci boulderingu, tedy součtě v olympijské kombinaci, si nejprve připsal páté místo. Klání v Šanghaji trvá do neděle, dnes bude pokračovat kvalifikací v lezení na obtížnost.

Jednatřicetiletý Ondra ze čtyř boulderů zapsal dva topy a dvě druhé zóny. Pátým místem si tak čtyřnásobný



Adam Ondra na OH v Tokiu. V kombinaci jeho výkon na mezdailové stupně nestačil. **MAFRA**

mistr světa vytvořil dobrou výchozí pozici pro postup do semifinále, kam projde 20 nejlepších lezců v kombinaci.

Z dalších českých reprezentantů je po boulderingu na průběžné postupové pozici 17. Michaela Smetanová, Martin Stránilík obsadil 37. a Eliška Adamovská 43. místo. Po Šanghaji budou lezci o Paříž bojovat v červnu v Budapešti. Výsledky obou závodů se budou počítat, v každé kategorii postoupí na olympiádu 12 nejlepších ze 48 účastníků. Při lezecké olympijské premiéře v Tokiu obsadil Ondra šesté místo v tehdejší trojkombinaci s lezením na rychlost, v níž se bude v Paříži bojovat zvlášť. **ČTK**

## ČÍSLO DNE

6

Mistrovství světa vozů formule 1 po šesti úvodních závodech poprvé zavítá do Evropy a víkendová Velká cena Emilie-Romagny má nový náboj. Úřadující šampion a lídr průběžného pořadí Max Verstappen z Red Bullu se chce po druhé příčce z předchozího podniku v Miami vrátit na vítěznou vlnu, Lando Norris z McLarenu se naopak pokusí navázat na dva týdny starý triumf. Kvalifikace se jede v sobotu od 16 hodin, závod startuje v neděli o hodinu dříve. **ČTK**

## Rittich dál u Kings

David Rittich bude v NHL i nadále hájit branku Los Angeles Kings oznámili, že s 31letým českým gólmanem podepsali nový roční kontrakt na rovný milion dolarů. Jihlavský rodák Rittich má za sebou statisticky nejúspěšnější sezonu v NHL. Ve 24 duelech, z nichž do 22 nastoupil od začátku, si připsal kariérní maxima v průměru obdržených gólů na zápas (2,15), procentuální úspěšnosti záhadů (92,1) a vychytaných nul (3). **ČTK**



PROFIMEDIA

INZERCE

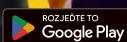
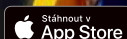
# FORTUNA

ti přeje

VSAĎ SI 5\*

**BET&GET**  
**TI PŘIHRÁVÁ**  
**500 Kč**

ifortuna.cz



Apple and the Apple Logo are trademarks of Apple Inc. Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.



Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! Zákaz účasti osob mladších 18 let na hazardní hře.

# Františkovy Lázně LÁZNĚ NA ZKOUŠKU

Vyzkoušejte si lázeňský život

**SLEVA  
3 000 Kč**

na pobyt v termínu  
od 05.05. do 30.06.2024



## 6 NOCÍ

(pobyt lze prodloužit)

## POLOPENZE

(možnost dokoupení plné penze)

## ALL INCLUSIVE NÁPOJE

neomezená konzumace  
vybraných alkoholických, nealko-  
holických, teplých a studených  
nápojů během obědů a večeří

## PARKOVÁNÍ AUTOMOBILU V CENĚ POBYTU



## 6 LÉČEBNÝCH PROCEDUR

(1x uhličítá koupel, 1x aromatická  
masáž částečná, 1x parafinový  
zábal rukou, 1x parafinový zábal  
zad, 1x oxygenoterapie - 60 min.,  
1x perličková koupel)

## NEOMEZENÝ VSTUP do akvaparku A@AUFORUM

Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM:  
pondělí - neděle,  
METROPOL: pondělí - pátek

	05.05. - 30.06.2024		LÉTO	PODZIM	ZIMA
	6 nocí	cena před slevou	01.07. - 06.10.2024 6 nocí	07.10. - 16.11.2024 6 nocí	17.11. - 22.12.2024 6 nocí
<b>Spa Resort PAWLIK-AQUAFORUM ****</b>					
Budova B - je s budovou A propojena skleněnou chodbou					
Standard - B	1/2	16 200	19 200	18 480	16 680
Standard - B	1/1	17 400	20 400	19 680	17 880
Komfort - B	1/2	16 680	19 680	18 900	17 100
Komfort - B	1/1	18 300	21 300	20 100	18 180
Rodinný pokoj - B	1/2	16 680	19 680	18 900	17 100
Superior - B	1/2	17 280	20 280	19 200	17 400
Superior - B	1/1	18 900	21 900	20 700	18 780
<b>Lázeňský hotel METROPOL ***</b>					
Standard	1/2	10 380	13 380	12 300	11 100
Standard	1/1	10 680	13 680	12 600	11 400
Komfort	1/2	10 800	13 800	12 780	11 580
Komfort	1/1	11 400	14 400	13 380	11 880
Rodinný pokoj	1/2	11 400	14 400	13 200	12 000

Uvedené ceny jsou v Kč za osobu a pobyt. Jednorázová sleva 3 000 Kč není kombinovatelná s jinými akcemi či slevami včetně slevy VIP Clubu Františkovy Lázně. Kapacita je omezena. Pobyt začíná v den příjezdu večerí a končí v den odjezdu snídaní. Místní poplatek z pobytu bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle platného znění ve výši 50 Kč za osobu a den. 1/2 = dvoulůžkový pokoj, 1/1 = jednolůžkový pokoj



## INFORMACE A REZERVACE

**351 012 345**

info@frantiskovylazne.cz  
www.frantiskovylazne.cz

217623  
Při rezervaci  
uvedte prosím kód:

