

metro

Vrah naoko

Skutečnými událostmi inspirovaná komedie Vrah naoko o učitelu a policejním důstojníkovi v jednom, který se pro úspěch tajných akcí musí vydávat za nájemné zabijáky, zaujala kritiky i obchodníky s filmovými právy už loni na podzim. Až nyní si ji mohou užít diváci Netflixu. Vyplatí se věnovat jí čas? **STRANA 16**

ŽALUZIE ROLETY

DODACÍ LHŮTA 2-3 dny

**SÍTĚ PROTI HMYZU
MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVY**

**Nabízíme 50% slevu
z ceny montáže**

ZÁRUKA 5 LET

tel.: 728 863 201

ŽALUZIE SUCHÝ

www.zaluzie-suchy.cz

INZERCE



EVERYDAY
fun

LANOVÉ DRÁHY, PROLÉZAČKY
ZÁBAVA PRO CELOU RODINU

15. 6. – 15. 9. 2024

METROPOLE
ZLIČÍN



**Kajakář sjel
strmé schody**

Olympionik Vavřinec Hradilek zdolal Nuselské schody. Divokou jízdou v kajaku připomněl **Světový den boje proti suchu**. „Vody je v přírodě o dost míň než v mém dětství,“ upozorňuje sportovec. **STRANA 3**

**SVOBODA
PATŘÍ
ODVÁŽNÝM**

SCÉNÁŘ A REŽIE JEFF NICHOLS
MOTORKÁŘI



**V KINECH OD
20. ČERVNA**



Rekord malých hasičů



Děti od čtyř do 15 let s pomocí požárních hadic a přenosných čerpadel propojily Sloup v Čechách s Radvancem a Novým Borem.

3x ČTK

Voda proudila deset kilometrů v hadicích, které děti rozvinuly v kopcích.

Malí hasiči z Česka, Německa a Polska o víkendu vytvořili rekord v dálkovém vedení vody. Pomocí hadic a čerpadel ji dokázali dopravit na vzdálenost více než deseti kilometrů. Bojovali přitom s převýšením i technikou, když se vodu snažili dostat z koupaliště ve Sloupu v Če-

chách přes Radvanec na náměstí v Novém Boru a zase zpátky do Sloupu. Do přípravy rekordu se zapojilo na 400 dětí. „Ten nápad vlastně vzešel z hlaviček našich malých dětských hasičů ve Sloupu v Čechách, kteří přišli před asi rokem a půl s tím, že by rádi udělali rekord v dálkovém vedení vody,“ říká hlavní organizátor David Sobotka.

Do sestavení dětské hasičské řeky se mohly zapojit jen děti, dospělí dohlíželi, případně vedení kontrolovali. Na sestavení desetikilometrového vedení stačila půlhodinka,

více než tři hodiny ale trvalo, než se vodu podařilo dopravit ze sloupského koupaliště na náměstí v Novém Boru a zase zpátky. Výkon byl zapsán do české knihy rekordů.

Inspirací dětského nápadu byl podobný rekord starý více než 20 let, kdy hasiči z celého Česka sestavili 55,6 kilometru dlouhé vedení, aby přivedli vodu z Máchova jezera na ranvej letiště Hradčany v bývalém vojenském prostoru Ralsko. I když ten už byl překonán. Ten nyní drží hasiči, kteří v roce 2010 sestavili vedení dlouhé 63,5 kilometru, aby

vodu dopravili z Dolních Louček na vrchol nejvyšší hory Vysociny Devět skal, bylo tam převýšení přes 500 metrů.

„Zřejmě u nás vzniká generace, která to jednou překoná,“ říká Miroslav Marek, prezident Agentury Dobrý den, která se stará o českou knihu rekordů. „Myslím, že pro ty děti je dobrá výbava do života poznání, že nic není samo sebou a hned a že všechno se musí prostě nějak odpracovat, v tomhle případě i třeba holt odsedět,“ dodává správce knihy českých rekordů Miroslav Marek. **ČTK**

NEWS

INZERCE



Zemědělství žije!



DNY ČESKÉHO ZEMĚDĚLSTVÍ 2024



Nahlédněte do provozů zemědělských podniků v průběhu celého roku.

Veřejnosti se otevřou vybrané **zemědělské podniky**, školní statky a farmy po celé republice.



prohlídky stájí



ukázky techniky



program a dárky pro děti

Seznam podniků, termíny a více info naleznete na www.zemedelstvizije.cz nebo naskenujte QR kód.



Pomník letcům je tu 10 let

Dnes je to přesně deset let, kdy byl na pražském Klárově odhalen pomník československým letcům z druhé světové války, který má podobu dvoumetrového okřídleného lva.

Autorem je britský sochař Colin Spofforth a peníze na něj sehnali Britové žijící v Česku, kteří chtěli poděkovat za hrdinství československých pilotů, střelců či navigátorů sloužících v řadách britského Královského letectva (RAF). Památník za účasti několika



Okřídlený lev na Klárově MAFRA

veteránů a stovek lidí odhalil Nicholas Soames, vnuk britského premiéra Winstona Churchilla. Umístění pomní-

ku ale od počátku provázely spory s pražskými památkáři. Těm vadila monumentálnost díla i skutečnost, že v parčíku již jedna socha je. Městská část Praha 1 dostala od magistrátu za umístění památníku pokutu 150 tisíc korun. Památník se také v minulých letech stal oblíbenou atrakcí turistů. Pobouření vzbudily fotky, které se objevily na sociálních sítích. Zaznamenávaly, jak na sochu turisté lezou a předvádí kopulaci. **ČTK, MET**

KRÁTCE

Ovce se vrátily do hor po 80 letech

Do nejvyšších moravskoslezských hor Jeseníků se po 80 letech vrátili pastevci ovci se svými ovčáckými psy. Spásání pomůže zdejší vzácným rostlinám, jako je třeba zvonek vousatý, které odtud kvůli změnám v hospodaření téměř vymizely.

Objevil neznámé pravěké zvíře

Archeologové po třech letech zkoumání potvrdili, že kosti nalezené ve státě Queensland patří létajícímu plazu, který zemi obýval před 100 miliony lety. Kostí našel australský zemědělec na své farmě. Queensland je oblastí na fosilie bohatou. **ČTK**

INZERCE

T

SKVĚLÝ VÝKON BEZ ČEKÁNÍ

PRO TELEFONY
SE CHODÍ K NÁM

Redmi 13C 5G
128 GB

1,-

TARIF 10 GB PLUS S VÝHODOU



V eShopu
výhodněji



Platí do 24. 6. 2024 při uzavření Účastnické smlouvy na tarif 10 GB Plus s výhodou v eShopu nebo aplikaci Můj T-Mobile na 2 roky a jejím dodržení. Základní cena telefonu je 4 799,- Kč. Více na www.t-mobile.cz/telefony



Vávra na suchu

Věděli jste, že dnes je Světový den boje proti suchu? Upozorňuje na to stříbrný olympionik Vavřínek Hradilek, jenž sebral odvahu a na kajaku sjel dvakrát Nuselské schody. „Vody je v přírodě významně méně než v mém dětství. Jako vodák o tom mám dobrý přehled,“ uvedl kajakář, který je tvář pivovaru Radegast – ten si dal závazek, že do roku 2030 zadrží v krajině víc vody než sám spotřebuje. **HAL**



ZK METRO

KRÁTCE

Časomíra na WC

Čínská turistická atrakce – jeskynní komplex Jün-kang – v posledních dnech budí pozornost. Místní dámské záchodky mají na dveřích časomíry. Pokud ji někdo používá, odpočítávají červené číslice, jak dlouho je obsazena. Někteří technologickou

vychytávku kritizují za to, že jsou dámy sledovány. Podle provozovatelů má ale časomíra předejít „náhlým nečekaným komplikacím“.

Festival v pohodě

Od středy do soboty se v Hradci Králové uskutečnil festival Rock For People. Vy-

stoupily na něm slavné kapely jako The Prodigy nebo The Offspring. Akce, kterou navštívilo podle odhadů 40 tisíc lidí se obešla bez výraznějších komplikací. Policie řešila především krádeže mobilních telefonů a přestupky v dopravě. Přijala i oznámení o dvou falešných vstupenkách.

ČTK



Festival Rock for People si náležitě užily.

ČTK

Antikoncepce v krmítkách

Vědci testují metodu regulace invazivních druhů zvířat.

Najít „kreativní řešení“, jak omezit množení například holubů, divokých prasat, veverek popelavých a dalších druhů volně žijících zvířat, které jsou považovány za invazivní. To nyní zkoumají evropská vědci. Do speciálních krmítek k zrní nebo oříškovým pomazánkám přidávají příměsi antikoncepce.

Věřící, že by to mohl být humánnější a účinnější způsob kontroly populací, které byly dříve tráveny, stříleny nebo chytány do pastí. „Hlavním poselstvím je, že ekonomický a environmentální dopad volně žijících živočichů celosvětově roste a docházejí nám možnosti,“ říká vědkyně Giovanna Maseiová z univerzity v Yorku.

Oříškové pomazánky

Veverky popelavé jsou problémem zejména v Británii. Tento nepůvodní druh sem byl

poprvé dovezen ze Spojených států v 19. století jako okrasa pro honosné domy. Ve velkém se však rozšířil a způsobil lokální vymírání původních veverek obecných. Veverky popelavé ničí stromy okusováním jejich kůry. Škody jdou do desítek milionů liber ročně. Britští vědci proto experimentují s podáváním orální antikoncepce ukryté v lískové pomazánce pro veverky pomocí speciálních krmítek, která mohou otevřít pouze veverky popelavé, nikoli obecné.

S antikoncepcí jsou holubi spokojeni. Budou i papoušci?

Holubům se bude podávat směs kukuřičných zrn obsahujících antikoncepční prostředek. „Opravdu to miluji,“ řekl veterinář Marco Pellizzari. V Londýně zřejmě dojde i na nepůvodní papoušky. Na to by ale museli přistoupit i lidé, kteří je krmí ve svých zahradách, tvrdí odborníci.

A také do rypáků

Program se týká i divokých prasat. Těch po celé Evropě prudce přibývá. Předpokládá

se, že tento nárůst souvisí s mírnějšími zimami. Divoká prasata likvidují farmářům pole, vyhledávají odpadky a začínají útočit na lidi. Vědci proto testují pilotní program, v jehož rámci by jim byla podávána antikoncepční pilulka pomocí zařízení, která mohou zvedat pouze divočáci pomocí svých rypáků.

Stejnou metodu už využívají Spojené státy, kde antikoncepci podávají divokým koním. V Jižní Africe takto kromě Krugerova národního parku regulují počet slonů. ČTK

INZERCE

VĚDA FEST

zábavný vědecký festival pod širým nebem

19. června 2024 8.30–19.00 hodin

Vítězné náměstí, Praha 6

věda vzdělává

Veřejná debata na téma
Co umělá inteligence je a není
Čas: 17.30 hodin

113 expozic
vstup zdarma

vedafest.cz  

ORGANIZÁTOŘI



VŠCHT PRAHA



HLAVNÍ PARTNER



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



Česká televize

PARTNEŘI



ZA PODPORY

ELIXÍR

zdraví a spokojenosti...

Svěží vzduch z přírody
do vašeho bytu či domu



Přínosy ionizace

- » zlepšení dýchání
- » odstranění prachu
- » zlepšení koncentrace
- » zlepšení pracovní výkonnosti
- » kvalitnější spánek
- » zmírnění časté únavy
- » podpora růstu rostlin

stříbrná, černá, bílá
cena 3.690 Kč/ks
dekor dřeva
cena 3.990 Kč/ks



Filtr není třeba nikdy vyměňovat!
Stačí ho jen jednoduše vyjmout a otřít.

Ionic-CARE® Triton X6 – čistička a ionizátor v jednom

Kombinace výkonné čističky vzduchu a ionizátoru. Čištění vzduchu s účinností až 96 % probíhá naprosto nehlukně. Cirkulaci vzduchu v přístroji zajišťuje soustava elektrod, které pohybují vzduchem pomocí tzv. elektronového větru. Tato technologie nahrazuje hlučné a energeticky náročné ventilátory. Nečistoty se zachytávají na omyvatelném elektrostatickém filtru. Na jeho ploše spolehlivě ulpí polévatý prach, chemikálie, cigaretový kouř, pyl, viry, bakterie, plísňe a jiné alergen. Přístroj má tři výkonové stupně a jeho spotřeba je max. 8 W.



Nejprodávanější značka čističek v ČR!
99 % skutečných uživatelů je s přístrojem spokojeno

V květnu 2024 byla provedena anketa, které se zúčastnilo 2808 uživatelů čističky Ionic-CARE. Ti nejčastěji chválí snížení prašnosti a zmírnění dýchacích potíží. Dále oceňují čističku jako významnou prevenci před virózy. Spokojeni jsou též s jejím tichým chodem.

Víte, proč se na horách, v lese či u moře cítíte tak dobře? Je to proto, že na těchto místech je podstatně vyšší koncentrace zdraví prospěšných aniontů kyslíku (záporně nabitých kyslíkových částic) než ve městech, bytech a kancelářích. A víte, že v našem bytě nebo kanceláři nás obklopuje několikrát škodlivější vzduch než venku?

V bytech a kancelářích dýcháme škodlivý vzduch, který dokáže zkrátit život

i o několik let a cítíme se v něm unavení a nervózní. Prachové mikročástice, smog, chemické výpary z umělých hmot a nábytku, bakterie, viry, spory plísní – všechny tyto nečistoty se v uzavřených prostorách koncentrují a my je dýcháme. Škodlivé látky působí na náš organizmus prakticky celé dny a mohou nám způsobit nemalé zdravotní potíže. Nejčastěji to jsou bolesti hlavy, nespavost, snížená koncentrace, alergie, astma, akutní i chronická onemocnění plic, v krajním případě deprese a rakovina.

V interiérech dýcháme vzduch, který zkrátí život o několik let

Ionizace vzduchu: Ovzduší, ve kterém trvale pobýváme, by mělo podle doporučení Státního zdravotního ústavu obsahovat minimálně 1.250 záporných iontů (aniontů) na cm³. A zatímco v přírodě dýcháme vzduch s koncentracemi až 10.000 vzdušných aniontů v cm³, v interiérech, kde žijeme a pracujeme, jsou hodnoty většinou blízké nule. Právě díky vysoké koncentraci pro-

spěšných vzdušných aniontů je nám tak dobře v lese, u moře, při východu slunce nebo u tekoucí vody či táborového ohně. Tato místa nás podvědomě přitahují, velmi rychle si na nich odpočineme, lépe se nám dýchá i spí. Díky čističce vzduchu Ionic-CARE si takovou příjemnou atmosféru nyní můžete vytvořit i doma.

Získejte zdarma osvěžovač a čistič Ionic-CARE FF-210 v hodnotě 450 Kč.

Tento přístroj neutralizuje pachy a pročišťuje vzduch v lednici, koupelně, šatně a kdekoli jinde. Navíc zabraňuje růstu plísní, omezuje výskyt bakterií a v lednici uchovává potraviny déle čerstvě.



kód
25V

Pro získání dárku stačí při objednávce zadat kód:

volejte zdarma 800 112 111 | www.ionic-care.cz

VÍTEJTE, MILÝ KARLE

Nový labyrint

Chlapec na fotografii připíjí podivuhodné mandale, nejnovější atrakci zámku Loučeň. Za okamžik už mandalu obsadili středověcí zbrojnoši ve službách Karla IV. a jeho ženy Blanky z Valois. Přítomné obeznámili, že ona mandala je královským labyrintem postaveným dle předlohy francouzských gotických katedrál. „Léto bude na Loučeň patřit malým rytířům a princeznám, kteří se ponoří do Karlova mládí,“ vábí zámecká paní Kateřina Šrámková, která si představení vychutnává s hroznem školáčků. Ti si i s rodiči užijí rytířské turnaje, dovednostní úkoly i scénky ze života neobyčejného muže. Mimochodem, věděli jste, že Karel IV. byl prvním českým vládařem, jenž byl korunován císařem Svaté říše římské?



Povstal z popela

Loučeň bývala barokní ruinou, které se před čtvrtstoletím ujala dobrá duše, Kateřina Šrámková. Na nohy postavila jak zámek, jehož kuchyně láká na „vypečené“ čápy s mákem, tak rozlehlý anglický park. Ten je protkán svazkem dvanácti labyrintů a bludišť, které vystavěl britský mistr, projektant Adrian Fisher. Některé atrakce jsou dětsky hravé, ovšem takový Tisový labyrint zavaří mysl i dospělým. V Loučeň, která leží poblíž Nymburka, se dospělý stane dítětem a dítě králem. Tak jako váš dnešní průvodce, pětiletý kluk Daniel.

TEXT, FOTO: DAVID HALATKA

INZERCE

NAKOUPILI JSTE U NÁS?

Zlatá investiční mince Wiener Philharmoniker 1 Oz v průběhu let

ROK 2022

PRODEJNÍ CENA:

42 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA:

41 000 Kč

ROK 2023

PRODEJNÍ CENA:

47 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA:

45 000 Kč

ROK 2024

PRODEJNÍ CENA ČERVEN:

56 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA ČERVEN:

52 000 Kč



ZLAŤÁKY®

VÝBORNĚ. DOSTANETE VÍC...
www.zlataky.cz



Vykročte správnou nohou DO KAŽDÉHO DNE!

Nemůžete usnout? Novinka s melatoninem!

Stres, nervozita a napětí či střídavé pracovní směny jsou nejčastější příčinou potíží s usínáním. Pro tyto případy je v lékárnách k dostání novinka s naprosto unikátním složením. Kombinace obsažených látek zde totiž působí synergicky – spolu jsou tak výrazně účinnější!



Vyřešte své potíže se spánkem díky **NEOSPAN melatonin plus**, který vyniká svým jedinečným složením. Doplněk stravy obsahuje důležitý melatonin a L-tryptofan. Nově přidaná meduňka podporuje usínání, hořčík a vitamin B6 navozují psychickou pohodu a zklidnění před spánkem.

Nedejte alergii šanci!



Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.

Práce na zahrádce, slunce, prach, pyly... toť každoroční těžká zkouška pro náš zrak. Slzení, pálení a štípání očí jsou poté nepřijemnou daní za příjemně strávený den.

Nenechte si slunné dny pokazit a zamiřte do nejbližší lékárny pro **OCUTEIN ALLERGO oční kapky** z prémiové řady Da Vinci Academia, které poskytují potřebnou úlevu a osvěžení pro vaše oči při projevech senné rýmy a alergií. Složení tohoto zdravotnického prostředku obsahuje tekutý extrakt rostliny *Helichrysum italicum*, jenž má protizánětlivý a stahující účinek. Kapky je možné dávkovat dle aktuální potřeby, bez denního omezení dávek. **Oční kapky OCUTEIN ALLERGO lze aplikovat i při nošení kontaktních čoček.**

Ekzém? Řešte příčinu, nejen následky!

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

Místo nekonečného mazání a mírnění atopických projevů redukovat skutečnou příčinu problému – podporu funkce kožní bariéry. K tomu pomohou přírodní látky! **Atopos ošetřující krém** díky složení s konopným olejem, rašelinou a panthenolem dlouhodobě hydratuje a zvláčňuje suchou a svědivou pokožku atopiků i lupénkářů.

Řešte ekzém v zárodku, předejdete obtížím.

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



Nohy bez křečových žil, otoků a bolesti

Čtěte pečlivě informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.

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

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

SVEZTE SE PRAHOU VE VELKÉM STYLU.

Projížďka historickými vozy nebo luxusní tramvají T3 Coupé se sklenkou
dobrého vína je ideální způsob jak oslnit vybranou společností
a užít si krásy Prahy jinak.



JÍZDU VÁM MŮŽEME ZPESTŘIT HUDEBNÍ PRODUKČÍ ČI CATERINGEM. CENA OD 4 900 KČ/HOD.

Kontakty: obchod@dpp.cz
Bližší informace o pronájmech jízd
tramvají se dozvíte na: www.dpp.cz/jizdytram



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

Za magií Adršpašských skal

Pohádková atmosféra na každém kroku. Tak milovníci východočeských Adršpašských skal hovoří o krajině, kde nejsou zajímavé „jen“ skály.

Malebná krajina s ostrůvky divoké přírody, řada historických budov včetně vzácných sakrálních památek nebo spousta zajímavých atrakcí, které ocení především děti. To vše může svým návštěvníkům nabídnout Broumovský výběžek. Jeho klenotem ovšem zůstává Národní přírodní rezervace Adršpašské skály, jež se pyšní největším skalním městem ve střední Evropě. Projděte si pět nejkrásnějších míst této unikátní lokality.

Pohled z Křížového vrchu

Křížový vrch se nachází na protějším kopci adršpašského skalního města a je rozpoznatelný z dálky díky věži Maják, majestátně se tyčící z okolního lesa. Nad ní se nachází vyhlídka, na níž je možné se dostat od parkoviště po žluté turistické značce. Výstup na vyhlídku lemují barokní litinové reliéfy křížové cesty ze 17. století, které jsou zasazeny ve skalách. Vyhlídce dominuje kříž z roku 1857 s plastikami Anny, Josefa a Jana Nepomuckého. Z výšky 667 metrů nad mořem pak můžete obdivovat krásu okolních scenérií, za dobré viditelnosti je možné dohlédnout až na Sněžku. Milovníci přírody zase určitě ocení možnost zahlédnout některé z druhů dravých ptáků, kteří se v přehledném terénu mezi Křížovým vrchem, Zdoňovem a Libnou cítí v bezpečí a mají zde vhodné prostředí k lovu.

Výhled přes Havraní město

Pokud při svých toulkách Adršpachem zavítáte na louku u bývalého zámeckého rybníku, tam, kde se nachází několik roubených chalup osady Havraní město, otevře se před vámi dechberoucí výhled na skupinu monumentálních skal. Mohutným soustředěním s českou vlajkou na vrcholu je Zámek, kousek vpravo pak vystupuje z hřebenu silueta Krále. Tato věž je dobře vidět prakticky z celého Adršpachu, a proto není divu, že si ji v roce 1923 vybrali za svůj cíl první horolezci, kteří do Adršpašských skal přijeli.



Krása monumentálních skal

Impozantní skalní věže

Národní přírodní rezervace Adršpašsko-teplické skály, to nejsou jen kouzelná příroda a výhledy, ze kterých se tají dech. Můžete zde narazit na tisíce skalních věží a jedním z neznámějších skalních útvarů jsou bezesporu Milenci. Toto mohutné soustředění také patří k těm nejvyšším, ční do výšky 81,4 metru nad mořem. Pokud zrovna stojíte na nedaleké Vyhlídce, můžete mezi postavami Milence a Milenky vidět deset metrů vysoké skulinové okno. Kousek od vstupu do skalního města se otevírá je-



Milenci

den z nejvelkolepějších pohledů: vpravo Starostová, uprostřed Starosta a vlevo mohutný masiv Štěpánské koruny. Všechny tři věže byly zdohány již ve 20. letech minulého století.

Zřícenina hradu Adršpach

Zřícenina středověkého hradu leží v Dolním Adršpachu, přibližně dva kilometry od vstupu do skalního města. Pevnost sloužila jako strážní hrad na ochranu hranic českého království a byla založena Janem Lucemburským, otcem Karla IV. Hrad pozbyl významu v okamžiku, kdy si Karel IV. vzal za manželku Annu Svidnickou a tímto sňatkem spojil území české a část území nynějšího Polska, Svidnické vévodství.



Zřícenina hradu Adršpach

Jakmile strážní hrad Adršpach ztratil původní funkci ostrahy hranic, stal se postupně útočištěm loupeživých rytířů, proto v roce 1447 slezská knížata spolu s městy Vratislaví a Svidnicí a lužickým Šestiměstím tento hrad, spolu s jinými v oblasti, odkoupila a následně zbořila. Hrad pak nebyl obnoven. Hrad samotného hradu toho moc nezůstalo, ale výhled z místa je nezapomenutelný – rázem se ocitnete nad vrcholky impozantních skalních věží. Z výšky 681 metrů nad mořem je pěkný výhled nejen na celé skalní město, ale i na Krkonoše, Javoří hory či polské Kamenné hory.

INZERCE

„Víme, co nám prospívá“

Značka

My ženy se inspirujeme navzájem
dm.cz/zenskazdravi

VEGAN



babylove
Mama
smoothie
250 ml

39⁹⁰ Kč
15,96 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 21.02.2023 39,90 Kč

ZDE ISEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Moje dm-app
 dm.cz



Křížový vrch

Jezírko

K jednomu z nejkrásnějších a nejromantičtějších míst v celé přírodní rezervaci patří Jezírko. Jeho vznik se datuje k přelomu 17. a 18. století, kdy zde nechal hrabě Blümen gen postavit stavidlo. Zadržovaná voda sloužila ke splavování vytěženého sáhového dřeva. Jezírko se stalo turistickou atrakcí až v roce 1857, kdy zde byla podniknuta první plavba po lodkách. U jejich přístaviště to dokládá nápis vytesaný do skály. Jezírko svým odtokem vytváří Velký vodopád, který je kouzelný zejména v zimě, kdy každoročně zamrzá. V ostatní roční období pak nabízí úchvatný pohled na proud vody, který padá do skalní soutěsky z výšky 16 metrů.



Adršpašské Jezírko je jedním z lákadel při návštěvě skalního města. Napájeno je říčkou Metují, která ve skalách pramení.

5x TECHNICKÉ SLUŽBY ADRŠPACH

MET

PORODY PROŠLY VELK

Když rodily naše matky, některé jejich zkušenosti zněly doslova neuvěřitelně. A nebyly ojedinělé. Dnes vypadá porodnictví našťástí úplně jinak. „Porodnictví se v České republice neskutečně změnilo,“ potvrzuje Markéta Matoušková, primářka gynekologicko-porodnického oddělení nemocnice Slaný.

Obrovský posun zaznamenal především přístup personálu k nastávajícím a novopečeným maminkám, ale i vybavení porodních sálů a oddělení šestinedělí. Stejně tak přístrojové vybavení umožňující včasný screening či šetrnější vedení císařských řezů.

Co se ještě změnilo od doby našich maminek?

Dříve třeba maminka nesměla jíst, pít, hýbat se, byla napojena na monitor, který nebyl odpojitelny. Teď má na sobě sice pás se sondou, ale nemusí být připojena k žádnému přístroji a může se libovolně pohybovat, jít do sprchy. Máme také kvalitní vybavení, jsme schopni prakticky

okamžitě provést akutní císařský řez. Můžeme volit spinální anestezii nebo epidurál. Pro sestřičky je třeba výhoda už jen to, že mohou dát rodiče plastovou kanylu do žíly, a tím kdykoliv reagovat na nějaký akutní stres. Naše vrchní sestra ještě pamatuje, když se používaly kovové jehly, a než všechno složila a sterilně píchla do ruky, uběhlo spoustu času.

V těhotenství se dělají nejruznější screeniny včetně ultrazvuků. V tomto směru také došlo k pokroku, že?

Screeningů je v průběhu těhotenství celá řada. Ale pokud bychom se bavili konkrétně o podskupině ultrazvuků, podařilo se za posledních dvacet let přesvědčit obvodní gynekology, aby buď získali licenci a prováděli je sami, anebo aby posílali k licencovanému gynekologovi pacientku v prvním trimestru. Již v této době můžeme vidět, že dítě má v pořádku obě nohy, ruce, zda nemá zásadní vrozenou vadu, kterou odhalíme.



Markéta Matoušková, primářka gynekologicko-porodnického oddělení nemocnice Slaný, se porodům věnuje řadu let.

INZERCE

Nemožné se podařilo a 237 153 lidem byl přirozeně navrácen sluch!

Nový způsob, jak jasně slyšet... BEZ OPERACÍ A SLUCHOVÝCH PŘÍSTROJŮ!

Máte problémy se zřetelným sluchem a bojíte se, že Vás čeká jen operace nebo naslouchátko? Nic nemůže být dále od pravdy! Díky přirozenému, zvukově aktivnímu recepturu na regeneraci sluchu profesora z Oxfordské laboratoře budete opět slyšet jasně jako ve svých 25 letech - a to bez nutnosti kupovat drahá sluchadla nebo složité operace!

Lidé, kteří již přípravek vyzkoušeli, jsou nadšeni a tvrdí, že se jejich sluch zlepšil až o 60-70 %:

„Dnes slyším, jako bych s ním nikdy neměl žádné problémy, i když ještě před třemi dny musela moje žena křičet, abych ji rozuměl! – Ladislav, 73 l.
Mluvit doma nebo v obchodě je opět snadné! Zřetelně slyším každé slovo a nemusím neustále žádat o opakování – Barbora, 68 l.“

- ▶ jedenáctinásobné zlepšení při zachycení šepotu a hlasů v davu a při poslechu rádia nebo televize,
- ▶ 3× lepší rozpoznávání zvuků a jejich polohy.

Vzhledem k účinnosti přípravku a pozitivní zpětné vazbě na něj je to skutečná záchrana pro lidi, kteří se potýkají s problémy se sluchem. **Vyplatí se však pospíšit si, protože prvních 20 lidí získá kúru ZDARMA.**

VYZVEDNĚTE SI DNES vzorec pro aktivní regeneraci sluchu! *Za 0 Kč!*

Pouze do 20.06.2024 obdržíte balíček s formulí profesora ZDARMA!

Počet bezplatných balení: 20

296 849 799

Pokud by byla horká linka obsazená, volejte, dokud se nedovoláte! Hovory přijímáme 7 dní v týdnu. Po-Pá 8:00-20:00, So-Ne 9:00-18:00. Cena jako za běžný místní hov.

Zkušenosti spokojených uživatelů potvrzují klinické studie, které ukazují:

- ▶ snížení šumu a zkraslení až o 79%,

invia

Dovolená nepočká!

✓ Týden all inclusive od 7500 Kč



Slevy více než

50%

✓ Řecko

✓ Turecko

✓ Bulharsko

✓ Egypt

✓ Tunisko

✓ a desítky dalších



Arkády Pankrác

Westfield Chodov

I. P. Pavlova (Bělehradská 122)

OU A MODERNÍ RENESANCÍ

A genetické vady?

Na 90 % dokážeme vyloučit tři nejčastější genetické vady, jež se v populaci objevují, tedy Downův, Edwardsův a Patauův syndrom. Dříve jsme měli až v šestnáctém týdnu triple test, což byl test z krve citlivý pouze na 60 % a navíc zaměřený jen na Downův syndrom.

Dají se odhalit i další vady?

V prvním trimestru poznáme třeba i cystu na ledvině, vrozenou srdeční vadu, chybějící předloktí a mnoho dalších věcí. Dříve nikdo ani nepřemýšlel o tom, že by plod těhotné ženy měl v jedenáctém týdnu detailně prohlédnout ultrazvukem.

V současné době je běžné, že jsou otcové přítomni u porodu. Co ostatní rodinní příslušníci?

Doprovod u porodu bývá v 80 procentech a je možné mít u sebe i dva lidi. Teď se dokonce diskutuje o tom, zda může být u porodu nezletilý člen rodiny. Naše nemocnice to neumožňuje, ale je tady skupina žen, které říkají, že i dítě je rodina a nechtějí být od sebe odloučení, protože dřív se také rodilo v domácím prostředí a nic na tom není. U nás ale musí být osoba přítomná u porodu zletilá, nemusí to být však pouze příbuzná. Takže tady bývají kromě manželů a partnerů také tchyně, sestry, kamarádky nebo třeba duha.

Mnohé ženy mají nejrůznější individuální požadavky, jak na ně reagujete?

Jsme menší porodnice, máme okolo šesti set porodů ročně, takže nejsme žádná továrna na děti, ale spíše u nás ženy najdou rodinné prostředí. K maminkám a jejich porodním přáním chceme mít vstřícný individuální přístup. Na druhou stranu se nesnažíme jít do nějakých extrémů, například že by zde rodily pouze duhy nebo že bychom přistupovali na velké alternativní nároky matek. Řídíme se podle doporučených postupů České gynekologicko-porodnické odborné společnosti. S maminkami se dopředu snažíme komunikovat a vše jim vysvětlit. Kupříkladu si přečtou nějaký článek a naším cílem je – ať už v těhotenských poradnách, anebo i během konzultace těsně před porodem – vysvětlit, proč třeba řešení není úplně nejlepší.

Změnily se za poslední dekády i císařské řezy?

Určitě, i v této oblasti je hod-

ně novinek. Za prvé se šije mnohem méně vrstev, za druhé existují různé přístupy. Jedna metoda operace se jmenuje podle izraelského gynekologa Misgav-Ladacha a spočívá v tom, že tkáně neřežeme a nestříháme, ale spíše je „roztrháváme“. Zárok je mnohem rychlejší a je spojen s menší krevní ztrátou. Také se již nepoužívá silon, ale jiný vstřebatelný materiál. Máme natolik kvalitní vybavení a jsme dobře personálně připraveni, že když je to akutní, jsme schopni začít provádět císařský řez za pět minut. Dříve uběhlo třeba dvacet mi-

nut příprav, než operace mohla začít. Představte si dotahující pravý uzel na pupečníku při porodu dítěte. Každá minuta je velmi cenná pro ochranu jeho života.

A změnil se v průběhu let váš osobní názor na vedení porodu či některé úkony v oblasti porodnictví?

Samozřejmě. Dříve jsem si například myslela, že bez vany nelze být, ale dnes už víme, že sprcha a polohování jsou mnohem důležitější, než když se rodička namočí celá do vany. Také jsem třeba změnila názor na koupání novorozenců.

Dnes už se nekoupou, aby se mázek vstřebal do kůže, což má výrazně zlepšit imunitní systém novorozence.

Čemu to pomůže?

Mělo by v důsledku této změny ubývat ekzematiků. Naše děti šly hned po porodu pod kohoutek a pomalu každý má atopický ekzém.

Změnou je i bonding – dnes maminky dostávají miminko po porodu do kontaktu kůže na kůži.

Lépe se tím naváže kontakt matky a dítěte, mělo by se lépe nastartovat kojení. Ob-

čas přemýšlím, jestli vůbec můžeme být normální, když nás matky kojily dva měsíce a pak nás umístily do jeslí a neměli jsme bonding a další věci. Je pravdou, že jsme také nějak vyrostli, ale je přece užasně, když se teď může maminka s miminkem už od začátku takhle poznávat, vidí, jak se dětátko tváří, jak drží ručičky, nožičky. Je to hezké, tak proč je o to okrádat, nebo jim dokonce ukázat dítě až druhý den, jako to bylo třeba ještě v době, když jsem já byla novorozenka a tatka na nás mával někde pod okny. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

Stáhněte si nyní aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadněte si nakupování.

400 BODŮ = 100 Kč SLEVA*

Moje dm-app

nyní stáhnout

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

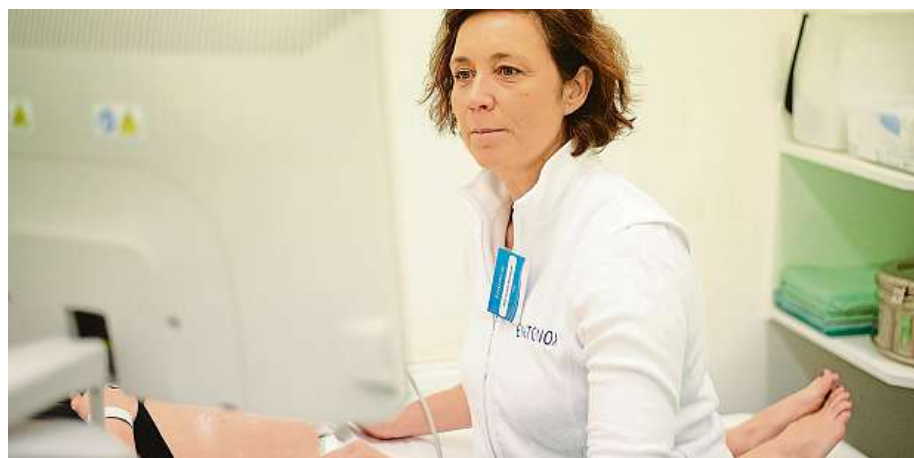
* Po prvním stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší dm active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony, nelze kombinovat s kupony, eKupony či aktivitami na celý nákup. Sbíraní a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

Moje dm-app

dm.cz

dm

ZDE ISEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI



„Porodnictví se v České republice neskutečně změnilo,“ říká primářka Markéta Matoušková.

2x METRO

Porod do vody. Zvyšuje se tím riziko? Prý ne

Porod ve vodní lázni při nízkorizikových těhotenstvích nezvyšuje riziko komplikací pro dítě ani jeho matku. S odkazem na studii o tom informoval list The Guardian.

Výzkumníci z Univerzity v Cardiffu vyhodnotili 73 229 záznamů z nízkorizikových těhotenství, při nichž byl při porodu v letech 2015 až 2022 použit bazén s vodou, a to ve 26 zařízeních britského systému veřejné zdravotní péče NHS v Anglii a Walesu.

Analýza se zabývala mírou závažných natrižení rodiček spolu s počtem dětí, které potřebovaly antibiotika nebo pomoc s dýcháním na novorozeneckém oddělení, a počtem dětí, které při porodu zemřely. Vědci dospěli k závěru, že rizika pro děti a jejich matky nebyla u porodu do vody vyšší než u porodů mimo vodu.

Je to trend

Porody do vodní lázně tvoří přibližně devět procent z téměř 600 tisíc porodů, které se každoročně uskuteční v rámci NHS. Podle klinických doporučení by měl být všem nastávajícím matkám nabídnut porod do vody jako jedna z možností.

Profesorka klinického porodnictví na Cardiffské univerzitě Julia Sandersová uvedla, že podle závěrů výzkumu je porod do vody bezpečnou alternativou k porodu mimo vodu. Sandersová výzkum vedla.

„Ve Spojeném království využívá porodní bazén nebo vanu pro úlevu od bolesti při porodu přibližně 60 tisíc žen ročně, ale některé porodní asistentky a lékaři se obávali, že porod do vody může přinášet další rizika,“ uvedla. **ČTK**



Káraná vodárna jako nejkvalitnější zdroj vody pro Prahu prošla modernizací.

Káraný slaví 110 let, dosud vodárna vyrobila 4 miliardy kubíků pitné vody

Káraná vodárna je již 110 let nejkvalitnějším zdrojem pitné vody pro Prahu. Jak vodárna pomohla Praze po první světové válce a jaká je její role dnes?

V současné době Káraný do pražské vodovodní sítě dodává 25 % z celkového objemu dodané pitné vody. Jen v loňském roce dosáhl objem dodané vody 28 milionů kubíků pitné vody.

„Káraná vodárna je jedním ze tří pilířů pražské vodohospodářské infrastruktury. Po Želivce je druhým nejvýznamnějším zdrojem. Za celou dobu svého provozu vyrobila přes čtyři miliardy kubíků pitné vody. Svůj vrchol zažila v roce 1989, kdy do sítě dodala více než šedesát milionů kubíků,“ uvedl generální ředitel Pražských vodovodů a kanalizací Petr Mrkos.

Probíhající rekonstrukce

Stejně jako ostatní pražské úpravně vody i Káraný prochází rozsáhlou rekonstrukcí. „Jsme si vědomi potřeby investic. Ty probíhají nejen přímo v úpravně, ale již jsme začali s rekonstrukcí výtlačných řadů a budeme v ní pokračovat,“ zdůraznil radní hlavního města pro oblast infrastruktury Michal Hroza s tím, že nejstarší výtlačný

řad mířící na vodojem Flora je z roku 1914.

Loni v únoru byla zahájena a letos v červnu bude dokončena první etapa rekonstrukce odželezovny. „Investice zahrnuje kromě stavebních konstrukcí i výměnu dvou pracích čerpadel, všech technologických potrubí za nerezové, výměnu armatur u všech šesti otevřených rychlofiltrů. Dále výměnu stavební i technologické elektroinstalace,“ vypočítal Michal Hroza.

Na první etapu by měla plynule navázat kompletní modernizace 6 otevřených filtrů a výměna artéské násošky, která přivádí artéskou vodu z prameniště do areálu Káraný, kde je čerpána

k úpravě na odželezovnu. Při pohledu na moderní technologie se jen těžko věří tomu, že Káraná vodárna slaví 110 let od svého vzniku.

Jaké byly začátky Kárané vodárny?

V druhé polovině 19. století se královské hlavní město Praha nacházelo v nelehké hygienické situaci. Pitnou vodu Pražané získávali z více než tisíce soukromých studní s vodou proměnlivé kvality. Z dnešního pohledu nedosahovala kvalita vody na úroveň vody pitné. A vodárny, které byly v té době v provozu, dodávaly Pražanům pouze užitkovou vodu.

V hlavním městě neexistovala ani moderní kanalizace a každodenní realitou tak bylo permanentní znečištění řeky i dalších zdrojů vody. Tehdy se odpadní voda odváděla buď systémem nevyhovujících stok z počátku 19. století bez čištění rovnou do Vltavy, nebo se využívala

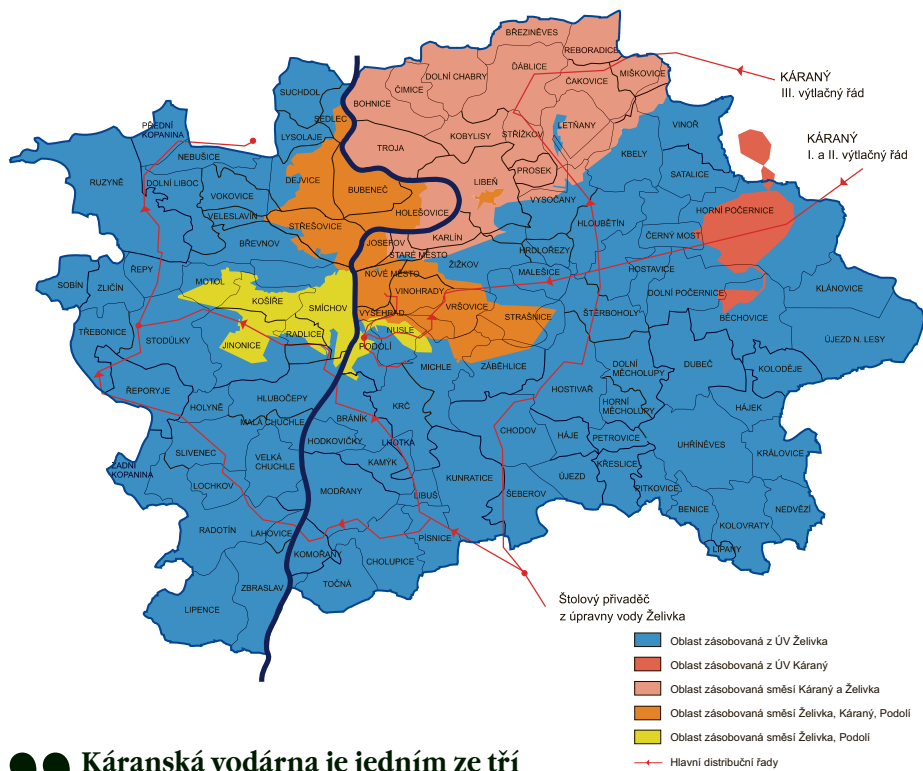
„ Jsme si vědomi potřeby investic. Ty probíhají nejen přímo v úpravně, ale již jsme začali s rekonstrukcí výtlačných řadů a budeme v ní pokračovat.

Michal Hroza, radní hlavního města pro oblast infrastruktury

soustava soukromých žump a jímek. Situace byla do budoucna neudržitelná.

Vznik nové moderní vodárny v Káraném nicméně nebyl vůbec jednoduchý. Praha zvažovala několik projektů. Až v roce 1902 se odborníci přiklonili k projektu jímání kvalitní vody z podzemních zdrojů podél řeky Jizery s využitím artéských studní a přirozené infiltrace.

„ Pitná voda z Káraného má charakter podzemní vody, má vyšší tvrdost než voda ze Želivky a Podolí a je distribuována hlavně do severní části Prahy.



” Káranská vodárna je jedním ze tří pilířů pražské vodohospodářské infrastruktury. Po Želivce je druhým nejvýznamnějším zdrojem.

Petr Mrkos, generální ředitel Pražských vodovodů a kanalizací

K jeho schválení došlo o dva roky později. Samotná stavba vodárny spojená s úpravou širokého okolí včetně koryta řeky Jizery byla pak zahájena na konci roku 1906. Kromě Adolfa Thiema z Lipska se na ní podílela řada evropských odborníků včetně Emila Prinze, Thiemova žáka.

Ochránila město před nákazou

Vodárna byla uvedena do provozu krátce před vypuknutím první světové války. Společně s novou kanalizační sítí dokázala město ochránit před

nebezpečím nakažlivých nemocí. To bylo velmi podstatné, protože Praha se v té době potýkala s podvýživou obyvatelstva a přilivem mnoha raněných a nemocných vojáků, kteří se zde léčili.

Krátce po skončení války došlo ke spojení dosavadního hlavního města a dalších několika desítek jeho předměstí v nové město, tzv. Velkou Prahu. Navíc předpoklad růstu počtu obyvatel dalece přesáhl možnosti vodárny, a tak bylo nutné navýšit její kapacitu. Z toho důvodu došlo ke změně čerpadel, byl

Zdroje vody pro Prahu

- Praha je zásobována pitnou vodou z úpravy vody Želivka (63 %), úpravy vody Káraný (25 %) a úpravy vody Podolí (12 %).
- Pitná voda z Káraného má charakter podzemní vody, má vyšší tvrdost než voda ze Želivky a Podolí a je distribuována hlavně do severní části Prahy. Na Želivce a v Podolí je do výrobního procesu zařazena filtrace přes granulované aktivní uhlí (sorpční stupeň), díky sorpčnímu stupni jsou z vody odstraňovány také nežádoucí mikropolutanty.



Loni v únoru byla zahájena první etapa rekonstrukce odželezovny.

postaven druhý výtlačný řad (o průměru 110 cm) do Prahy, proběhla elektrifikace a vybudovány byly také další artéské vrty.

Jeden ze zdrojů vody pro Prahu

Ani to však nestačilo, a tak byla Káranská vodárna postupně doplněna dalšími vodárenskými komplexy. V roce 1929 byla uvedena do provozu Podolská vodárna a v roce 1972 pak moderní úprava vody Želivka.

Káranská vodárna jako nejkvalitnější zdroj vody pro

Prahu prošla v průběhu 20. století další modernizací. V letech 1965 až 1969 zde byla vybudována umělá infiltrace o výkonu 900 l/s, což zdvojnásobilo její kapacitu. V letech 1986 až 1993 byl pak dostavěn třetí výtlačný řad (o průměru 160 cm) do vodojemu Ládví.

I po 110 letech Káranská vodárna skvěle slouží svému původnímu účelu. I když už není výhradním dodavatelem pitné vody, je nadále velmi důležitým prvkem vodárenského systému hlavního města.

Jak se získává voda v Káraném?

Voda z přirozené infiltrace (900–1100 l/s)

- Jizerská voda infiltruje dnem i břehem do okolních šterkopiskových náplavů, kde je ve vzdálenosti 250 m od řeky jímána ve směsi s přirozenou podzemní vodou. Děje se tak prostřednictvím řady vrtaných studní propojených násoskou. Odtud je získaná voda dále dopravována pomocí čerpacích stanic a gravitačního svodného řadu do hlavní čerpací stanice v Káraném.

Artéská voda (50 l/s)

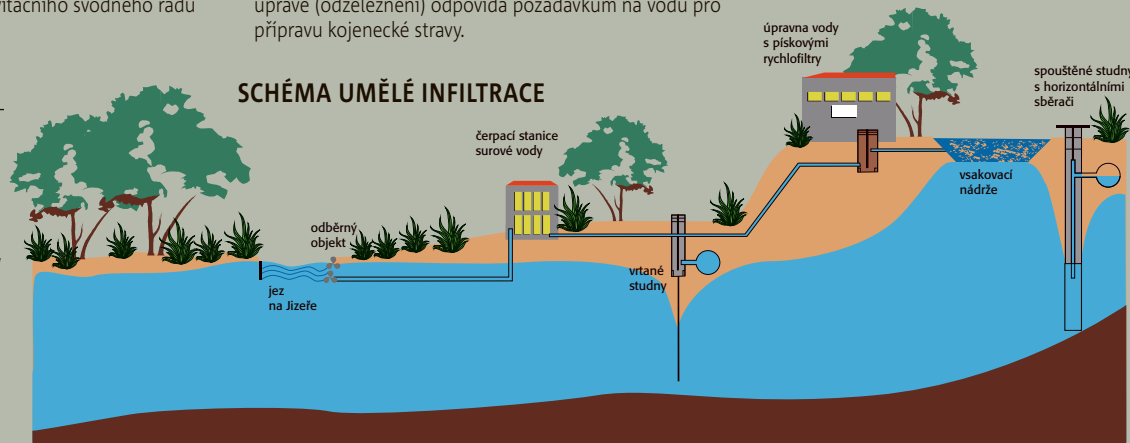
- Ide o zdroj mimořádně kvalitní vody přitékající v hlubokém podzemí do této oblasti ze severní části geologického útvaru Česká křída. Voda je jímána ze 7 artéských vrtů, její stáří bylo stanoveno na 16 000 let. Její složení po jednoduché úpravě (odželeznění) odpovídá požadavkům na vodu pro přípravu kojenecké stravy.

- Přirozenou infiltrace a čerpání artéské vody provádějí Pražské vodovody a kanalizace, a. s. Umělou infiltrace provozuje Vodárna Káraný, a. s.

Voda z umělé infiltrace (700–900 l/s)

- Surová jizerská voda dopravená do úpravy vody je přefiltrována na rychlofiltrtech přes třídný písek a následně přečerpána do vsakovacích nádrží s přirozeným pískovým dnem ve šterkopiskových náplavech. Vsakovaná voda, procházející přes tento přirozený filtr, intenzivně obohacuje přirozené zásoby podzemní vody a kontaktem s geologickými vrstvami získává vlastnosti podzemní vody. Ve vzdálenosti 200 m od vsakovacích nádrží je asi po 40 až 50 dnech zdržení v podzemí jímána tato velice kvalitní pitná voda a přečerpána do hlavní čerpací stanice.

SCHÉMA UMĚLÉ INFILTRACE



PRAHA

Změnu na zastávkách promují s humorem



A tuhle superschopnost máte naprosto všichni,

„PIDiater“ Mh.D. Blaže Vršník alias herec a dabér Jan Vondráček popisoval nešvary. Teď ve spotu radí, jak si „stopnout“ autobus.

Všechny zastávky autobusů a trolejbusů budou na znamení. Strach cestujících mírní organizátor dopravy různě.

„Zakrněl vám váš stopovací palec? Nevadí. I vy máte na zastávce superschopnost zastavit si autobus. A nemusíte pro to udělat vůbec nic. Jen být vidět,“ hlásí v novém spotu organizátora pražské dopravy ROPID herec a dabér Jan Vondráček. Činí tak prostřednictvím role „PIDiatera“ Mh.D. Blaže Vršníka, tedy fiktivního odborníka, který se ve videích z produkce organizátora dopravy snažil zejména během loňského roku popsat a vymýtit hlavní nešvary pražských cestujících. Teď má trochu jiný úkol. Uklidnit ty cestující, kteří mají obavy z brzkého převedení všech pražských autobusových zastávek do režimu na znamení. „K avizované změně dojde

od 29. června na každé zastávce v Praze i Středočeském kraji,“ říká pro deník Metro mluvčí ROPID Filip Drápal.

Od příští soboty bude nově pro všechny autobusové zastávky včetně trolejbusových v rámci Pražské integrované dopravy platit jednotné pravidlo. Když budete chtít vystoupit na zastávce, stisknete tlačítko. Nejde o novinku v pravém slova smyslu. Už nyní je potřeba pro výstup na zhruba tisícovce zastávek v Praze a třech tisících ve Středočeském kraji dát znamení řidiči nejčastěji červeného tlačítka s nápisem stop nebo s vyobrazením dveří.

„Variant tlačítek je trochu více, ale všechna mají stejnou funkci. Upozornit řidiče, že na další zastávce musí zastavit,“ dodává Drápal.

Co se mění pro cestující?

Nástup má být podle ROPID v podstatě stejný jako v současnosti u zastávek na znamení. Stačí, když budete viditelně stát na zastávce, autobus vám musí zastavit. To platí i v případě, když na zastávce



Už 1. června můžete lidem z ROPID volat déle. O víkendech a svátcích jsou na drátě od 7 do 19 hodin a ve všední dny od 5.30 do 21.30. 2x PID

už stojí jiný autobus, za ním by totiž mohl být cestující čekající na jiný spoj. „Před výstupem budete muset zmáčknout tlačítko stop nebo tlačítko pro otevření dveří. Tlačítko pro výstup cestujících s kočárkem nebo na invalidním vozíku má stejnou funkci, ale měli by ho používat pouze zmínění,“ doplňuje Drápal.

Proč je to potřeba?

Zástupci magistrátu a především ROPID chtějí vše zjednodušit a sjednotit tak, aby cestující nemuseli řešit, kde tlačítko mačkat a kde ne. Pro zjednodušení bude třeba tlačítko zmáčknout vždy.

„Inspirujeme se v zahraničí. Třeba v Londýně, Vídni, Berlíně či Paříži. Nemusíme však chodit moc daleko, v Ústeckém a Libereckém kraji nebo v Jihlavě to již funguje pěknou řádku let naprosto spolehlivě a nedávno to zavedli třeba také v Bratislavě. Celkově tak změnou snížíme počty hlášení v autobusech, můžeme snižovat zpoždění z hustého provozu, ušetří se pohonné hmoty, a také se sní-

ží hluk a emise z neustálých rozjezdů,“ vysvětluje ROPID na svém webu. Současně se podle jeho zástupců sníží četnost oprav vozidel a pro řidiče má být práce pohodovější. „Zejména večer a o víkendech můžeme v některých případech dokonce snížit intervaly mezi spoji při stejném počtu řidičů a vozidel,“ tvrdí lidé z ROPID.

Neztrácejte hlavu

Do redakce Metra k dnešnímu dni dorazila celá řada reakcí na chystanou změnu na autobusových zastávkách. Všechny se nesly v odmítavém, případně kritickém duchu. ROPID před nedávnem prodloužil provozní dobu své infolinky a vše do detailu vysvětluje na svém webu PID.cz. Jeho zástupci radí: Buďte na zastávkách vidět. To bohatě stačí. Řidiči si vás všimne a zastaví. Nemusíte mávat. U výstupu ale stisknutí tlačítka stop platí stále.

FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

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

Volejte zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

KDY pondělí 24. 6. a úterý 25. 6. 2024 od 10 do 17 h.

KDE Národní dům na Vinohradech,
(bývalý dům železničářů - 1. mezipatro), Náměstí Míru 820/9,
P-2 Vinohrady, metro stanice A



**VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ
a obrazů 17. až 20. stol.**

ZLATO:
zubní zlato i (nečistěné)
šperky mince a zlomkové



až 1500 Kč
za gr

STŘÍBRO:
příbory, tabatěrky
a technické stříbro



HODINKY:
náramkové, kapesní
až do roku 1990



ŠPERKY:
granátové
a brilantové šperky



firma H&S tel.: 776 150 222, 603 505 686

INFOLINKA PID, ALE I DOPRAVNÍHO PODNIKU

Máte problém? Máte dotaz či pochvalu? Řidič nezastavil? V určitých denních dobách funguje infolinka ROPID na čísle 234 704 560 a také infolinka pražského dopravního podniku pro jím obsluhované linky 296 19 18 17.

provozní nepravdivosti nemají sami zprávu, kterou by předtím cestujícím sdělili, načež tak mohou i díky upozornění případně učinit.

• Na číslech uvedených výše mohou operátoři prostřednictvím dispečerů zjistit, co se děje, jestliže o předmetné

• Od roku 2011 již nemusejí Pražané na autobusových zastávkách na řidiče mávat. O plošném převedení zastávek do režimu na znamení se pak naposled jednalo v roce 2018.

JAR

Tato náplast okamžitě odstraňuje břišní tuk

Pořídte si ji za 0 Kč!
Volejte: 354 978 452

**A PŘIPRAVÍ VÁS O PNEUMATIKU,
NIKOLI O TĚŽCE VYDĚLANÉ PENÍŽE!**

Zcela nepostřehnutelné, neviditelné pod oblečením, tenké a diskrétní - **a zeštíhlí vaše tělo okamžitě!** Inovativní náplast napuštěná těmi nejúčinnějšími zeštíhlujícími látkami - včetně přírodního extraktu ze štikozubce z pobřeží karibského ostrova Martinik. Zde je průlom v hubnutí, který ukončil zlaté časy výrobců zastaralých fit-čajů. **VYZVEDNĚTE za velmi atraktivní nabídku, dokud je příležitost!**

To zcela mění všechna dosud známá pravidla hubnutí. Hubnoucí náplasti hubnou přímo přes kůži - působí přímo na podkožní tukovou tkáň a snižují její tloušťku! Spalují tuk rovnoměrně, zplošťují břicho a zeštíhlují pas. **Odstraňují tukové „boky“ v pase, povislé pelikány na pažích a záhyby na zádech.** Odstraňují hromadění vody, zeštíhlují obličej a celou postavu NON STOP, uvolňují účinné látky po celý den. Žádná jiná metoda hubnutí vám takové výsledky neposkytne.

**Už žádné vyhazování peněz do kanálu
NEZTRÁCEJTE
NERVY - ZTRÁCEJTE
KILOGRAMY!**

**Zhubnete
BEZ OMEZENÍ**

Zeštíhlující výtažky z náplastí pronikají přímo do podkožní tukové tkáňe a nemilosrdně ničí tukové buňky, takže si přestanete ukládat tuk do zásoby. Velmi rychle se zbavíte vodnatých otoků a váš metabolismus se výrazně zrychlí!



Odborník
na výživu

DOKONALÉ TĚLO

štíhlé - pevné - vyrýsované

→ Aplikujete náplast



→ Hubnete

→ Získáváte ploché břicho



→ Nosíte menší oblečení



→ Hubnete dál, bez počítání kalorií a bez jojo efektu!

Nezabraly na vás zázračné čaje na hubnutí, fit-batony a potraviny v prášku, které tak horlivě propagují celebrity na internetu? Jen vaše peněženka zhubla na po sobě důvěhodných přípravcích? Není divu, protože průmysl hubnutí už léta „nežije“ z těch, kteří zhubnou - ale z těch, kteří se stále snaží zhubnout. Je to jednoduché - čím častěji se vrátíte pro další kouzelné čaje, tím větší zisk mají. A ve vás s každým dalším neúspěšným pokusem roste frustrace a chcete zhubnout ještě víc... je to začarovaný kruh! Odborníci naštěstí vysvětlují, jak z něj ven: **na trh se konečně dostaly vysoce účinné hubnoucí náplasti, které vytvářejí a zeštíhlí vaši postavu - trvale a bez rizika jo-jo.**



**Zhubla jsem -
žádné oběti a žádné jo-jo**

*Nemyslela jsem si, že shodit roky nadváhy může být tak snadné! Náplasti jsem si aplikovala každý den a... udělaly pro mě všechno! Díky nim jsem měla ploché břicho bez tukové pneumatiky, „odřízly“ mi boky od pasu a obkreslily výrazně linii pasu. Zeštíhlily mi stehna a potlačily celulitidu. **Zhubla jsem bez jakékoliv další námahy!***

TRIVIÁLNÍ HUBNUTÍ

Čím dříve použijete první hubnoucí náplast, tím dříve uvidíte v zrcadle štíhlejší, krásnější a pevnější tělo. Snadno se zbavíte přebytkových kilogramů, vaše břicho bude plošší, stehna štíhlejší, z obličejů zmizí dvojitá brada a vaše dřívější gelovitá kůže bude vypnutější a pevnější. Testy to prokázaly: lidé, kteří používají náplasti, hubnou rychleji než při nízkokalorické dietě, potvrzuje profesor Brown. Už za pár dní budete i vy měnit oblečení o číslo menší a spalovat tu třesoucí se břišní pneumatiku, kterou tak nenávidíte! Nikdy to nebylo jednodušší!

Zjistěte, jak rychle zhubnete a cítíte se skvěle ve svém těle

Tentokrát důvěřujte odborníkům - vědcům a odborníkům na výživu, ne obchodníkům. Vaše tělo se vám odvděčí zefektivněním, zrychlením metabolismu cukrů a tuků a štíhlejší postavou každý den, což pocítíte ze stále volnějšího oblečení. Skončí frustrující výkyvy hmotnosti, návaly hladu, pocity marnosti a neustálé podráždění. Začne nová etapa vašeho života, v níž získáte fenomenálně štíhlou postavu, štíhlý pas, pevná stehna bez celulitidy, štíhlý obličej a načrtnuté klíční

kosti. Zdvihnuté hýždě, svůdně štíhlá ramena a ploché břicho. Zhubněte rychle a bez slz - máte o to postaráno.

Doporučeno odborníky

Dnes může každý vyzkoušet inovativní náplasti a zjistit, jak rychle zhubne. Zbavte se pasu a nadváhy i vy. Budete jíst, co vám chutná, bez obav z jo-jo efektu. Náplast zabráni přibírání na váze a bude vás hubnout den za dnem - dokud nebudete mít postavu svých snů.

**Zavolejte a vyzvedněte si náplasti na hubnutí za 0 Kč.
BEZ JAKÝCHKOLIV PŘÍPLATKŮ
a zhubněte během chvíle!**

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 04.07.2024 r., obdrží náplasti za 0 Kč.

**Zavolejte:
354 978 452**

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

Global Affiliate Network Limited, with a registered office in: Ajeltake Road, Ajeltake Island, MH96960, Majuro

*Následující produkt je kosmetický přípravek a není určen k diagnostikování, léčbě ani prevenci jakýchkoli nemocí. Předkládaný obsah nepředstavuje lékařskou radu a nemůže nahradit konzultaci s odborníkem.

*Tento reklamní článek je založen na fikci a jakákoli podobnost se skutečnými osobami, místy nebo událostmi je čistě náhodná.

*Účinky používání produktu závisí na individuálních dispozicích uživatelů a mohou se lišit. Informace uvedené v článku o účincích a rychlosti působení produktu nepředstavují záruku prodávajícího o jeho vlastnostech.

Nájemní zabijáci na Netflixu neexistují

Vrah naoko je romantická komedie šmrncnutá krimi zápletkou. Věnujete jí i vy dvě hodinky svého času?

Skutečnými událostmi inspirovaná komedie o učiteli a policejním důstojníkovi v jednom, který se pro úspěch tajných akcí musí vydávat za nájemné zabijáky všech typů a zaměření, zaujala kritiky i obchodníky s filmovými právy už loni na podzim. Nyní si ji mohou užívat diváci Netflixu, a to díky půlmiliardové finanční injekci.

Uhlazený profesor se úspěšně vydává za nájemného zabijáka. Jednou se ale zamiluje do klientky a spustí tak celou lavinu problémů. Tak zní oficiální synopse snímku *Vrah naoko*, který už zhruba týden a kousek trenduje na obrazovkách streamovací platformy Netflix. O tom, že jde i díky účasti sympatické ústřední dvojice herců Glena Powella (na snímku se podílel i scenáristicky) a Adrie Arjony o zábavný a po všech stránkách koukatelný mix romantické komedie a krimi, není pochyb. Zajímavostí také je, že si film hlavou od Netflixu schovávali v šuplíku pěknou řádku měsíců. A vyplatilo se jim to.

Půl miliardy korun

S filmovými novinkami, které streamovací gigant s červeným enkem ve znaku uvádí na své obrazovce exkluzivně, se v poslední době roztrhl pytel. Pravidelní čtenáři naší rubriky také dobře vědí, že se Netflix ne vždy treffi svým předplatitelům do vkusu. Stejně jako to, že pokud si platforma dává s uvedením některých titulů z neznámých důvodů načas, nebývá to úplně dobré znamení. *Vrah naoko* má však za sebou trochu jiný příběh. Film debutoval loni v září na filmovém festivalu v kanadském Torontu, kde se obratem stal středobodem na místní poměry vcelku bezprecedentních finančních válek.

Ty vyhrál příslovečný nejsilnější pes, tedy Netflix, jenž za film vysolil úctyhodných dvacet milionů dolarů, tedy téměř půl miliardy korun.



Herec Glen Powell a herečka Adria Arjona mají nově na kontě pozitivní romantickou komedii. Film na charismatu této dvojice stojí.

Proč o tom píší? Celý obchod měl totiž drobný háček. I přes vysokou vynaloženou částku totiž Netflix neměl práva na všechny regiony. V posledních měsících proto zákulisně vyjednával o právech do dalších zemí, což učinil až nyní. Strach o to, že ze snímku nebude hit, tedy za čachry s datem premiéry nestál. Hlavounům šlo prostě o to dostat film naráz do co nejvíce zemí.

Temný obraz zabijáka

Tvrdit o *Vrahovi naoko* režiséra Richarda Linklatera, že je to bůhvíjaká intelektuální zá-

bava, je samozřejmě nesmysl. Jde o oddychovku, jak má být. Pokud chcete zkouknout něco hloubavějšího, doporučuji od tohoto skvělého filmaře spíše *Temný obraz* z roku 2006, tedy snímek, jenž od svého uvedení patří mezi mou top desítku nejoblíbenějších. Děj *Vraha naoko* je tedy, jak jsem již načrtl, jednoduchý. Powellova postava – vysokoškolský profesor Gary se celé roky živí jako falešný nájemný zabiják spolupracující s policií. Vtip je v tom, že se vždy na míru potenciálnímu zákazníkovi namaskuje jako profesionální



„Zastřel ho!“ Ve snímku není nouze o napínavé momenty. Nijak přehnaně intelektuálně je však hrdinové nevyřeší.



hitman, aby se následně nechal s mikrofonem pod košilí najmout nic netušícím podezřelým na nějakou tu prácičku.

Jde mu to od ruky, takže během krátké doby dostane za mříže desítky potenciálních zločinců, kteří chtěli odklidit své manžely, manželky, rodiče či obchodní partnery. Pak ale narazí na Adriu Arjonu (hraje postavu sexy manželky Maddy), která jej donutí udělat několik velice neprofesionálních rozhodnutí. Gary začne vést dvojitý život a hrát si na zabijáka nejen v práci. Jak tomu ale ve filmech bývá, žádná lež nevydrží věčně. A možná se bude vraždit i doopravdy. A to i přesto, že jsou v tomhle netflixovském kousku nájemní vrazi popisováni pouze jako výplody fantazie hollywoodských scenáristů.

Sex a kostýmy

Vrah naoko je vtipná, sexy a sebevědomá komedie, která si, až na nějaké to filozofování o egu a rolích, jež se můžeme či nemusíme v životě rozhodnout ztvárňovat, nehraje na víc, než čím opravdu je. Tedy svižně zrežirovanou oddychovkou s charismatickými lidmi v ústředních úlohách. Ty divákovi, pro něž se Netflix a „jeho tvorba“ v internetových diskusích již dávno staly oblíbeným terčem kritiky, tento úspěšný nový snímek na víru v toto studio neobrátil. Ale o to tvůrcům vůbec nešlo. Proč by také mělo.

FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz



Herec Glen Powell se podílel i na scénáři.



Jedním z pozitiv snímku jsou Garyho četné převleky.

EGO™

BATERIE SE SILOU BENZÍNU



EGO LM1903E-SP

- 5Ah baterie a nabíječka
- záběr sečení 47cm
- variabilní pojezd
- 55l sběrný koš

JEDNA BATERIE, VÍCE NEŽ 70 STROJŮ!

Jediná baterie 56V ARC Lithium™ moderní, „portálové“ konstrukce, může napájet celou, na trhu nejširší, řadu akumulátorové zahradní a úklidové techniky. Travní sekačky, vyžinače, křovinořezy, zahradní traktory, plotostříhy, fukary, pily a mnoho dalších strojů. Stačí vybrat stroj, baterii zacvaknout a jde se na to.

Nejoblíbenější v nabídce AKU sekaček na trávu je model LM 1903E-SP.

...a jak se píše v posledním testování travních sekaček v dubnovém d-Testu:

"Aku sekačkám vévodí EGO LM1903E-SP. V sečení se nenechá zahanbit ani nejvýkonnějšími sekačkami na benzín, snadno se obsluhuje a má i velmi slušnou výdrž baterie."

www.egostroje.cz

d
Test

značka
kvality

EGO
LM1903E-SP

dTest 4/2024
ID: 2389

NATIVE

ADVERTORIAL

Soundtrack opět nabídne svátek filmové hudby

Poprvé na festivalu zazní filmová hudba skladatele Johna Williamse! Hvězdou bude britská herečka Natalia Tena.

Mezinárodní festival filmové hudby a multimédií Soundtrack Poděbrady 2024 odtajňuje hlavní programové body devátého ročníku, který proběhne v termínu 29. srpna až 1. září.

Je již pravidlem, že pro vrchol festivalu pořadatelé vymezují čas v sobotní večer. Nejinak tomu bude i v roce 2024, kdy Soundtrack uvede film Jurský park, který je ověnčen třemi Oscary a Českým lvem jako divácky nejúspěšnější film roku 1993.

Projekci filmu Jurský park doprovodí živým soundtrac-

kem Filharmonie Hradec Králové pod vedením nizozemského oscarového dirigenta Ernsta van Tiela.

V sobotu odpoledne bude na hlavní stage festivalu, pod poděbradským zámekem, uveden další z vrcholů. Karel Svoboda: Filmová hudba je název koncertu, jenž je věnován největším hitům, které tento skladatel složil pro film a televizi.

K festivalu Soundtrack neodmyslitelně patří také Party Night. Tentokrát bude páteční večer patřit hned trojici hudebních skupin. Odstartuje jej pražská kapela MYDY, která nabídne dávku eletroswingu. Následovat bude pop-funková stálice českých pódii Monkey Business a večer uzavře britská skupina Molotov Jukebox. Festival Soundtrack se odehraje na celkem pěti pódii, tři z nich jsou situovány v poděbradském lázeňském parku a budou zdarma. Více na webu: Soundtrackfestival.cz.



Molotov Jukebox – frontmankou je Natalia Tena, kterou znáte ze série o Harry Potterovi, kde ztvárnila roli Nymphadory Tonksové. SP

INZERCE



**MOBIL
.CZ**

**Kup eSIM
~~200 Kč~~
99 Kč**

**Data a volání
hned? eSIM!**



Více na www.mobil.cz



PRAKAB přivítá veřejnost v rámci svého dne otevřených dveří

Pražská kabelovna ve druhé polovině června otevře své brány veřejnosti, které nabídne nejen možnost prohlédnout si výrobní haly, ale současně také sledovat vystoupení v rámci letošního ročníku festivalu současného tance, pohybového divadla a nového cirkusu KoresponDance. Ten letos opět zavítá do netradičního prostředí továrny společnosti v pražském Hostivaři. Následně se přesune do Žďáru nad Sázavou, kde probíhá již od roku 2013.

Společnost PRAKAB, tradiční český výrobce kabelů s více než stoletou historií, připravuje na 20. června den otevřených dveří. Veřejnost tak bude mít ojedinělou možnost prohlédnout si v rámci komentovaných prohlídek výrobní haly společnosti, kterou v roce 1921 založil legendární továrník Emil Kolben. Komentované prohlídky budou probíhat od 16 do 20 hodin.

Zároveň odstartuje také Kariérní den, který zájemcům představí pracovní možnosti v této úspěšné firmě, jež je významným evropským výrobcem kabelů a rovněž vedoucí společností v segmentu protipožárních kabelů. Rozvoj digitalizace a propojení moderního světa samozřejmě pro výrobce kabelů přináší mnohé příležitosti a pro společnost PRAKAB se otevírají zajímavé obchodní příležitosti jak v segmentu klasických kabelů, tak ohniodolných a oheň retardujících kabelů, kabelů pro železnice a energetický sektor.

„Kvalitní zaměstnanci jsou základem úspěchu každé firmy a my určitě hledáme posilu našeho týmu. Na zájemce budou čekat naši HR specialisté, kteří s nimi proberou možnosti jejich zapojení a další kariérní příležitosti,“ vysvětluje Tomáš Zieschang, ředitel PRAKAB.



Program festivalu KoresponDance slibuje zábavu pro fanoušky pohybového divadla, tance i nového cirkusu.

ARCHIV PRAKAB

Na závěr dne proběhne kulturní část programu, když se přímo v industriálním prostředí továrny odehraje také druhý den festivalu současného tance, pohybového divadla a nového cirkusu KoresponDance. „Je to již podruhé, co festival KoresponDance zavítá do naší továrny. Jde o skvělé propojení, které možná na první pohled není tak jasné. Spojují nás dva koncepty. Jak pro PRAKAB, tak

pro KoresponDance je důležitá energie. My ji pomáháme rozvádět, tanec ji využívá a vyjadřuje. Za druhé jde o moderní pojetí života, ať je to moderní tanec, nebo obecný moderní způsob života, který PRAKAB díky propojenosti kabely umožňuje,“ říká Tomáš Zieschang.

„Propojení rozdílných prostředí a přidanou hodnotou jednotlivých děl je i to že se zapojí zaměstnanci

PRAKAB. Velmi si vážíme spolupráce, kterou se nám podařilo vytvořit a udržet, přece jen umělci v továrně nejsou k vidění každý den,“ přibližuje pražský den ředitelka festivalu Marie Kinsky. Ten se v PRAKAB uskuteční 20. června v odpoledních a večerních hodinách. Program v pražské kabelovně láká na choreografku a performerku Katii Marii Germain z kanadského Montrealu, francouzské uskupení Alta Gama, které ve své performance řeší vztah k vlastnímu tělu. Na této cestě k sebezpoznání bude důležitým nástrojem nejen člověk sám, ale i největší vynález všech dob – kolo.

Performeré a choreografové Viktor Černický a Agáta Jarošová připraví pro diváky performance na míru prostorům PRAKAB. Své pohybové umění představí i ti nejmladší – děti zapojené do projektu Škola tančí.

INZERCE

Den otevřených dveří

KARIÉRNÍ DEN – od 16:00

Přineste si CV, potkejte se s našimi personalisty a podívejte se jak vypadá vaše budoucí pracoviště!



PRAKAB.CZ/CAREER

20. 6. PRAKAB Pražská Kabelovna

Ke Kablu 278, 102 00 Praha 10 · Hostivař



PROGRAM PRAKAB

16:00 | Otevření areálu firmy PRAKAB

16:15 | Začátek **komentovaných prohlídek výroby**

NENECHTE SI UJÍT!

PROGRAM KORESPONDANCE

17:00 | 30 min | Škola tančí

18:00 | 50 min | Alta Gama: Mentir lo Mínimo

19:30 | 45 min | Katia-Marie Germain: Chambres

20:30 | 50 min | Alta Gama: Mentir lo Mínimo

21:30 | 20 min | Viktor & Agáta: Točením uvolnit

22:00 | 45 min | Katia-Marie Germain: Chambres

VSTUP VOLNÝ

Po celou dobu doprovodný program pro děti, občerstvení a DJ.

PRAKAB



PLAY

Survival

V minulých týdnech zuřilo na vysokých školách zkouškové období, které se navíc krylo s termínem přijímaček. Koncentrace stresu na metr krychlový tak na univerzitních chodbách dosahovala limitních hodnot a dojít si pro zápočet z dějin houbaření nebo zaškrtnout správnou odpověď na otázku, jak dlouhá je dvoumetrová tyč, byl hotový survival. Alespoň tak to prezentovaly hlavně humanitní fakulty na sociálních sítích. Houfně se tu objevovaly návody, jak „přežít“ zkouškové, což vyvolávalo dojem, že studenty někdo vysadí jen s kapesním nožkem, lupou a tabletou celaskonu v amazonském pralese nebo na Cejlu. Nejčastěji byla doporučována dechová cvičení od jógy po holotropní dýchání, hodně se rozebíral spánkový režim a stravování. Nezapomnělo se ani na ty, kdo sociálním sítím neholdují. Pro ně byly v prostorách fakult rozvěšeny motivační nápisy „Máš na to!“ nebo

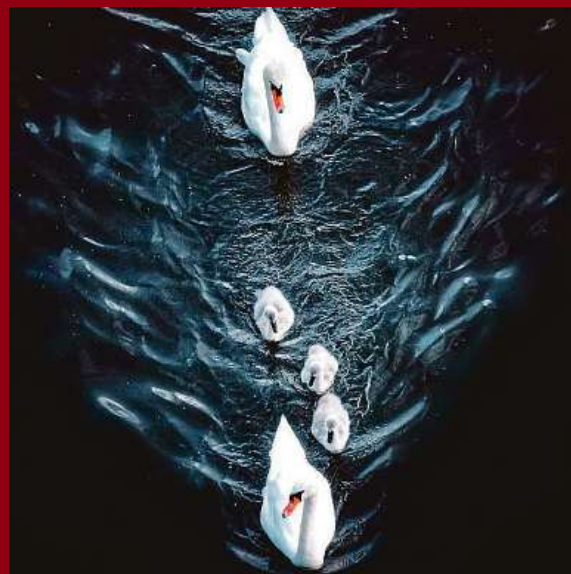
„Odpověď na otázku, jak dlouhá je dvoumetrová tyč, byl hotový survival.“

„To dáš!“ a průběžně je tu rozveselovali pobíhající plyšová maskota proti trudomyslnosti. Na chodbě jedné ze škol se objevil dokonce živý poník, určený k terapeutickému pomazlení, které odbourává stres. Na sociálních sítích se pak sice rozvinula diskuse o vhodnosti pobytu koní na akademické půdě, v níž však byli zastánci terapeutických potkanů, psů a opic usvědčeni z nebezpečného revizionismu. Teď však, zdá se, je tato zničující etapa vysokoškolského života šťastně za námi a studenti, studentky a koně mohou přes prázdniny nabrat síl do dalších zápasů. Hezké léto jim všem.

PETR KUKAL
OKRESNÍ BÁSNÍK



@mojemetro



@klara_has je znamenitá. „Doufala jsem a moc si přála letos spatřit labutí omladinu v Praze. A pak jsem přímo z Karlova mostu načapala labutí rodinku! Tři chumlavé kouličky chránili rodiče vpředu i vzadu,“ rozněžnilo Kláru. **#praha #prague #prag #labut #swan #pup #mojemetro #milujuprahu #karluvmost**

#METROTAG

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

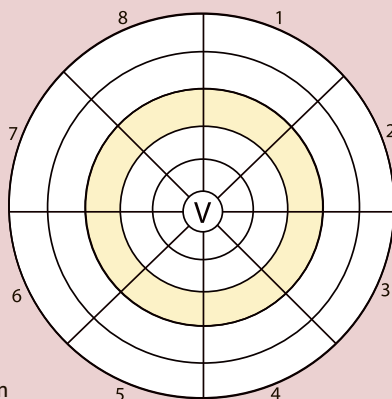
1	4	3	6	9	7	2	8	5
5	6	7	8	1	2	3	9	4
9	8	2	5	4	3	7	6	1
8	5	1	7	2	6	4	3	9
7	9	6	3	5	4	8	1	2
2	3	4	1	8	9	6	5	7
6	2	8	9	7	5	1	4	3
4	1	9	2	3	8	5	7	6
3	7	5	4	6	1	9	2	8
9	2	6	5	1	3	8	4	7
3	5	7	4	8	2	9	1	6
4	8	1	7	9	6	5	3	2
5	9	3	6	2	8	1	7	4
1	6	4	9	5	7	2	8	3
2	7	8	1	3	4	6	5	9
7	1	2	3	6	5	4	8	9
6	4	8	7	1	3	2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

REŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: KOLOTOČE

LUŠTĚNKA

Výrazy vpisujte od středového písmene V ke kraji kruhu. Tajenka je od čísla 1.

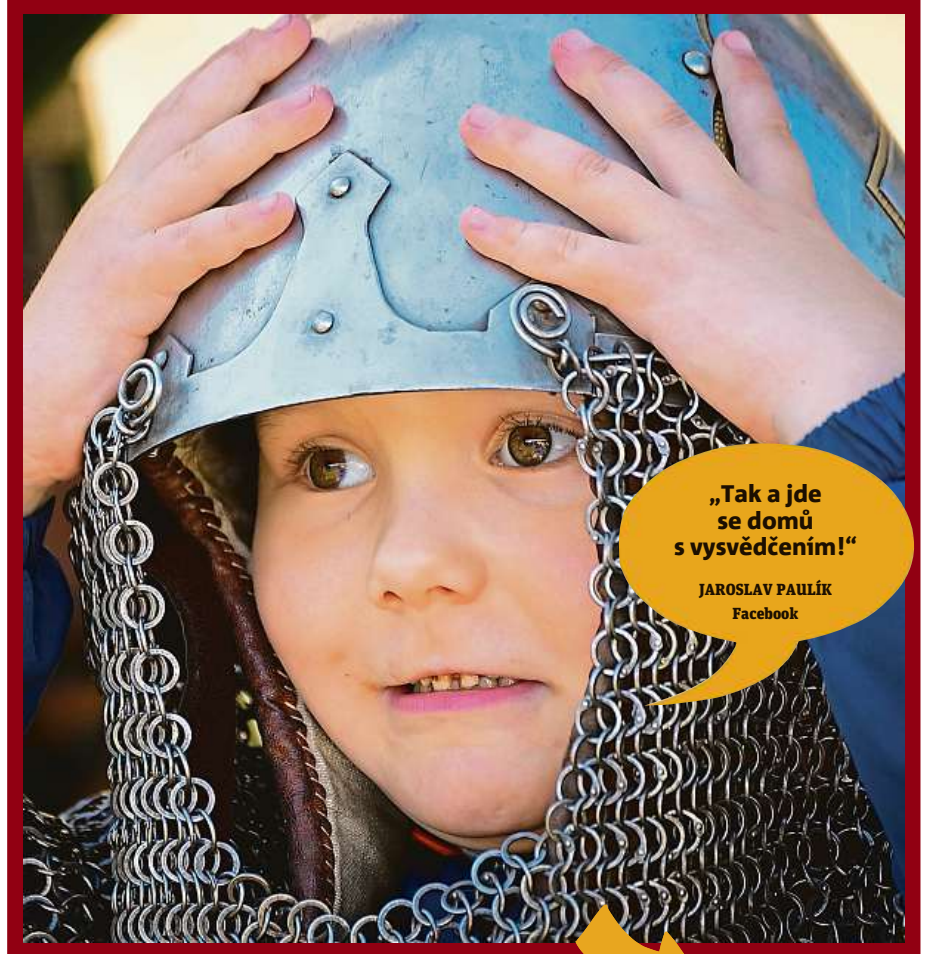
1. sportovec na výšky
2. železniční vozy
3. chovatel včel
4. velký na výšku
5. jm. herce Preisse
6. vysoký šlechtický titul
7. synova dcera
8. večerní pokrm



SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



„Tak a jde se domů s vysvědčením!“

JAROSLAV PAULÍK
Facebook

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	STŘEDA	ČTVRTEK
23/27 °C	28/32 °C	23/27 °C	25/29 °C

Teplotní rekordy: ↓ 7,0 °C (1916) ↑ 33,2 °C (2021) Bio: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Stíny v mlze II (11/12)
Nečistá hra. Krimiseriál (ČR, 2023). Hrají: P. Špalková, Vyorálek, D. Švehlík, P. Batěk

21.10 Reportéři ČT
Kauzy a reportáže s Anetou Snopovou

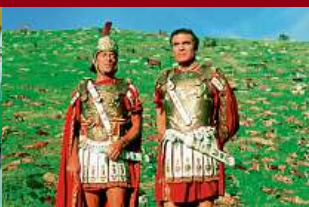
21.50 Plné hnízdo v Praze 2

22.20 Sisi (3/6)
Seriál (N/Rak., 2021). Hrají: D. Devenportová, J. Schümann

23.10 Litviněnko (4/4)

00.00 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou

ČT2



20.00 Spartakus (1/2)
Historické drama (USA, 1960). O vzpouře otroků ve starém Římě. Oceněno čtyřmi Oscary. Hrají: K. Douglas, L. Olivier, J. Simmonsová, Ch. Laughton. Režie S. Kubrick

21.50 Spartakus (2/2)

23.20 Tenkrát podruhé
Romantická komedie (Belg./Fr., 2019). Hrají: F. Ardantová, D. Auteuil, G. Canet, P. Arditi. Režie N. Bedos

01.10 Konec války v barvě (4/5)

01.55 Vzkaz Armina Delonga

NOVA



20.20 Specialisté (227)
Máš na to! Krimiseriál (ČR, 2024). Hrají: M. Dejdar, J. Hána, Z. Kajnarová, V. Vodochodský

21.25 Specialisté (12)
Stáří přátelé. Krimiseriál (ČR, 2017)

22.40 Víkend
Příběhy štěstí, proher a objevů

23.20 Kriminálka Las Vegas V (11)
Krimiseriál (USA, 2004). Hrají: W. L. Petersen, G. Dourdan

00.20 Kriminálka Miami VIII (3, 4)

PRIMA



20.15 Hořký svět (5)
Petka. Komedialní seriál (ČR, 2022). Hrají: M. Ruml, B. Kohoutová, E. Holubová, B. Polívka

21.35 Hořký svět (6)
Pivovarská rodina

22.50 Tátové na tahu (16)
Komedialní seriál (ČR, 2018). Hrají: Š. Benoni, A. Geislerová, K. Dobrý, E. Josefíková

23.55 Receptář prima nápadů

00.45 Policie v akci
Čtyři případy, čtyři lidské osudy

01.45 Policie Hamburk XI (3, 4)

ÓČKO



15.00 New Music Radar

16.00 Óčko hity

19.00 Party ride
Příprava na dnešní mejdan

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction Poland
Polská verze nahé seznamky

22.30 Virtuální svět TV
Vydějte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků

Ostatní

• Prodám urnový hrob v Koších, naproti nemocnici Ho-molka. Tel.: 604644471

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Reální kanceláře prosím nevolat. Tel.: 601 522 292

BYT/DŮM POPTÁVKA

s přátelky hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkujeme za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu. Okamžitá platba v hotovosti. Tel/Sms: 777 269 462. RK nevolat

• Hledám obecní byt v Praze s dluhem. Tel: 776363636

Výměny

• Specialista na VYMĚNY BYTU, RD. 20 let praxe, info 777060126

Auto-moto - poptávka

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

• Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155.

Pronájmy - poptávka

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. Potřebujeme: dlouhodobě, dobré MHD, nábytek nerozhoduje, ale dobrý stav ano. RK nevolat. Tel. 605845088

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel: 725 911 070

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonosé, Krušné, Orlické, Jizerský, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel: 773 117 381

• IHNED VYKUPÍME Váš byt, rodinný dům, činž. dům, pozemek. Hotovost do 3 dnů. Vyřešíme cokoli – privatizaci, právní vadu, dluhy, exekuce. 800662222.

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

PRÁCE V OBLASTI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

Získejte pozici jako **STRÁŽNÝ, RECEPČNÍ** nebo jako **OSTRAHA** ve značkových prodejnách. Hledáme **VEDOUČÍ OSTRAHY** pro střežené objekty.

Dáme Vám **služební oblečení**. **Do práce** to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**. A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

ABAS
IPB MANAGEMENT

Práce - nabídka

• Hanzel Security hledá strážné pro administrativní budovy a bytové domy po celé Praze. Mzda od 115 – 160 Kč/hod., dle náročnosti objektu a potřebných znalostí (DPP, DPC, OSVČ). Požadujeme min. základní znalosti na PC, čistý RT, zdravotní způsobilost a reprezentativní vystupování. Osvědčení výhodou. Pro více info. volejte 774722557.

• Základní škola Vybíralova, Praha 9 přijme učitele ČJ, CH, Fy, HV, AJ, NJ, FJ, TV a DĚ, 1. stupeň, speciálního pedagoga a asistenta ped. Pokud máte o práci zájem, své životopisy, prosím, zašlete na reditel@zsvybiralova.cz

• Přijmeme na dlouhodobou brigádu vedoucího směny ostrahy, D/N směny, část znalost PC, objekty Praha. Tel.: 602281773, volat: po-pá 07-12 hod.

• Bezpečnostní agentura Malgen hledá nové členy týmu. Zájemci pište na: job@malgen.cz nebo volejte na 800991100. Mzda od 120 Kč/hod. Připoj se k nám!

• ZŠ a MŠ Antonina Čermáka, Praha 6 hledá do kolektivu vychovatele/ky do školní družiny na plný úvazek. Nástup v přípravném týdnu od 26.8.2024. Zájemci mohou volat na číslo 224311116 nebo psát na e-mail: skola@zscermaka.cz

• Chcete 200Kč/hod? Jste invalidní důchodce? Pojdte k nám uklízet kanceláře v Praze. Volejte 774510686

• Přívůdčák za 165-213,60 Kč/hod - pokladní v Praze a okolí, I BEZ PRAXE - zaškolení, online rezervace směn, denní zálohy. Více na tel.: 222534534

• NOČNÍ VYBALOVÁNÍ a doplňování zboží, 165-214,50 Kč/hod dle směny a lokality. Online rezervace, zálohy, prodejny Praha a okolí. T.: 222534534

• POKHODOVÁ BRIGÁDA - denní doplňování zboží za 165-198 Kč/hod dle směny a lokality. Směny dle Vašich možností, denní zálohy. Tel.: 222534534

Přijmeme invalidní důchodce na pozici RECEPCE A OSTRAHA

• mzda od 125 Kč/hod.
• náborový bonus 10.000 Kč, výplata denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

• NABÍZÍME 176,60-210 Kč/HOD za pultový prodej lahůdek s nástupem ihned, zálohy, zaškolení, online rezervace. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• Přívůdčák v týdnu nebo o víkend - dopek pečiva se zaškolením. Nabízíme 176,60 - 194,26 Kč/hod, Praha a okolí. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• Výpomoc na prodejnách nejen přes léto. NABÍZÍME AŽ 214,50 Kč/hod, různé pozice, dlouhodobou spolupráci, zálohy, Praha a okolí. Tel.: 222534534

• OSTRAHA AREÁLU za 117 Kč/hod čistého. Denní/noční 12h směny. Práce u metra Žličin. Pro muže i ženy na DPP (brigádu). Možnost záloh. Tel. 703891086

• Brigáda-řidiče na rozvoz cukrář. výrobků po Praze a okolí. 1-3dny v týdnu od 7do12hod.dopol. 700Kč denně výplata. Vhodné pro důchodce. Tel. 604273883.

• Úklid malé tělocvičny, Českomoravská Praha 9, Pondělí a Čtvrtek 10:30-13:30, 180 Kč/hodina. Úklid sprch, sociálek, recepce, tělocvičny. T: 728995839

• Přijmeme brigádně studenty na pozici servírka/číšník nebo runner. Práce v centru Prahy, 10 hodinové směny. Plat 22.500 Kč + tip, tel. 776333328

• Střední škola a vyšší škola umělecká a řemeslná Praha 5, přijme učitele odborného vyučování pro obory truhlář/umělecký truhlář. Nástup od 1.9.2024, životopis pošlete na ssuar@ssuar.cz

SHÁNÍTE STABILNÍ PRÁCI?

VOLNÉ POZICE:
POPELÁŘ, ŘIDIČ sk. B, sk. C, MANIPULAČNÍ DĚLNÍK (s obsluhou PC), METAŘ s obsluhou komunálního vysavače

JAKÉ BENEFITY DOSTANETE?
5 TÝDNŮ DOVOLENÉ, MHD ZDARMA, STRAVĚNKY, FLEXI PASSY, PRÉMIE, příspěvek na PENZIJNÍ POJIŠTĚNÍ atd ...

NAJDETE NÁS NA:
704 657 974
705 809 151
www.psas.jobs.cz
PRAŽSKÉ SLUŽBY, a.s.
Pod Šancemi 444/1, Praha 9

• Hledáme 1-2 osoby na práci recepční na HPP, nebo DPP (180 hod) na hotelovou kolej DC REZIDENCE (Praha 4, Novodvorská) pro zahraniční studenty. Nutná středně pokročilá znalost AJ. Dále nutná znalost práce na PC (pracujete s rezervčním programem MEFISTO - bude zácvik). Jedná se o 12 hod směny (denní, noční). Plat 165,-Kč / hod + stravenky + příplatky. Nástup od 01.07.2023 Tel: 734 513 843

• Hotelová škola a Gymnázium Radlická přijme aprobovaného učitele / aprobovanou učitelku předmětů anglický jazyk, český jazyk a literaturu, německý jazyk, informační a komunikační technologie, dějepis, zeměpis cestovního ruchu, cestovní ruch. Zájemce prosíme o zaslání svého životopisu na novotnym@hs-radlicka.cz

• Přijmeme ihned i studenty na brigádu, 5-10směn denní a noční směny. Pozice technický dozor. Praha 5 a 4. Dotazy na tel. 739429826.

• Řidič sk. C, denní rozvoz palet, zboží Praha+ČR, nakládka P/Modletice Výplata 42000 Kč číst. na páscé. Férové jednání. Tel. 774558773

• VELITEL OBJEKTU pouze s praxí, nástup. mzda 33 tis. Kč. + fin. odměny, po-pá, 7-19. Praha Jazlovice, skvělá dostupnost MHD! Volejte Š-PROFIT 608605788

• Gymnázium Jana Nerudy, škola hl. m. Prahy, přijme hospodárku. Nástup od 01.09.2024, případně po dohodě později. Životopis zašlete na email: gjn@gjn.cz

• SP55, Betlémská 287/4, Praha 1 hledá do dynamicky se rozvíjející školy s nárůstem žáků loajální, spolehlivé a průřstové kolegy a kolegyně na plné i částečné úvazky s nástupem od 1.9.2024 na pozice: učitel/ka českého jazyka, tělesné výchovy a biologie. E-mail: reditel@betlemska.cz

• Gymnázium Jana Nerudy, škola hl. m. Prahy, hledá pracovníka/pracovnici do recepce školy na 2-směnný provoz s nástupem od 01.09.2024. Životopis zašlete na email: gjn@gjn.cz

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

• KOUPIM OBRAZY - krajinky, portréty atd. v jakémkoliv stavu a jiné starožitnosti. Kontakt: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

• Hledáme brigádníka na občasnou výpomoc. Odvoz suti ze staveb vozidlem AVIA. Praha 9 - Hloubětín. Tel.: 608160100

Vybavení domácnosti

VENKOVNÍ ŽALUZIE ROLETY Vnitřní
ÚSPORA ENERGIÍ SÍTĚ PROTI HMYZU

VOLEJTE IHNED NEJUNÍŽÍ CENY 777 038 001
www.gato.cz
Prodej, montáž a servis žaluzií a rolet

Starožitnosti

VYKUPÍME KNIHY
zaplatíme á **2000,- Kč** za každou banánovou krabici knih, které od Vás koupíme.

Bibliofilie a cenné knihy oceníme každou zvlášť.

Telefon: 773 735 939

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

• KOUPIM OBRAZY - krajinky, portréty atd. v jakémkoliv stavu a jiné starožitnosti. Kontakt: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, mince a bankovky, šperky a klenoty, hodinky, šperky. Vykupují i o víkendech. Tel. 702401621

Hobby-nabídka

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKUPÍME IHNED ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veskeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bižuterii, český granát, nábytek do r.1975. Šavle, bodáky a uniformy, rádia a tranzistory, vánoční ozdoby, formičky na vánoční cukroví, betlémy, housle a hudební nástroje. Kufry, textilie, veskeré nádobí, šicí a psací stroje, obrazy a grafika, lampy a lustry, hmoždíře, žehličky, kovnice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, paroží, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, přístroje, kabelky, kufry a staré uhlačky. **Staré rybářské potřeby (pruty, navijáky, podběráky)**. Papírové peníze – v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.

VÝKUP KNIH!!!
2 000 Kč za KAŽDÝCH 10 KNIH, KTERÉ OD VÁS VYKUPÍME

Cenné knihy ohodnotíme zvlášť. Vykoupíme také POHLEDNICE A MAPY!
Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u nás až po tel. domluvě. Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelskykabinet@post.cz



Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.
Přijedeme (pro více než 300 ks) zaPlatíme odvezeme

Celá ČR
tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariaty.cz

Šampionát přepsal první rekord už během víkendu

Fotbalové Euro píše jedinečné příběhy hned v úvodních duelech.

První hrací dny evropského fotbalového šampionátu sice nepřinesly výsledkové senzacce, o zajímavosti však ani tak nebyla nouze. Diváci se bavili i díky faktu, že utkání zatím nejsou defenzivně laděnými bitvami hranými na jeden gól. A jak se Češi chystají na svůj první zápas?

Nejrychlejší gól historie

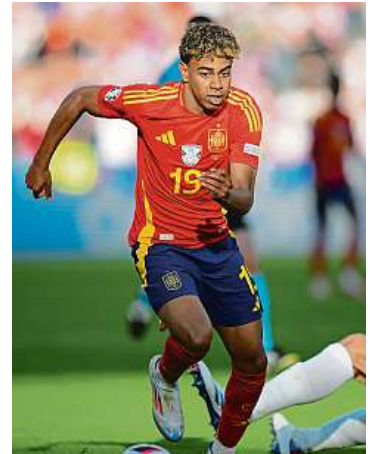
V úvodních třech utkáních fotbalového mistrovství Evropy v Německu padlo hned třináct branek. Ta následující ve čtvrtém duelu mezi Itálií a Albánií měla ještě něco navíc. Když se záložník Nedim Bajrami ocitl z úhlu před bránou a napálil balon pod břevno, stihl skórovat za pouhých třiatdvacet sekund, což je dosud nejrychlejší zápis na kontinentálním šampionátu. „Jsem upřímně docela překvapený, protože mi vůbec nedošlo, že ten gól může být v historii Eura takhle speciální,“ culil se střelec.

„Ronaldo? Nejlepší na světě“

Češi se zítra od 21.00 poprvé představí na šampionátu, a to



První šance už po necelé minutě, první gól v desáté, o chvíli později 2:0. Němečtí fotbalisté se na domácím šampionátu parádně rozjeli. Skoty přehráli jasně nejen výsledkem 5:1, ale také třeba co do počtu střel (20:1) či v držení míče (73 %). Na snímku vpravo je španělský benjamínek Lamine Yamal, nejmladší hráč Eura. ČTK



hned v zápase s jedním z favoritů turnaje – týmem Portugalska. Za ně nastoupí nestárnoucí fenomén Cristiano Ronaldo. „Vnímám ho jako nejlepšího hráče světa, to už jsem několikrát říkal,“ pokyval stoper David Zima hlavou, když v sobotu po obědě přišel mezi novináře. „Ale víte o mně, že jsem povahou flegmatik, takže... Je to prostě další hráč, kterého budu bránit. Povinnost, kterou musíme zvládnout jako tým i já jako jednotlivec. Těším se na to,“ dodal. Tým kouče Ivana Haška už se na utkání připravuje v Lipsku, kde se odehraje.

PROGRAM EURA 2024

V neděli se hrála tři utkání:

- Polsko - Nizozemsko 1:2
- Slovinsko - Dánsko 1:1
- Srbsko - Anglie 0:1

Pondělní program nabízí dva úvodní zápasy skupiny E a jeden z „děčka“.

- Rumunsko - Ukrajina (15.00)
- Belgie - Slovensko (18.00)
- Rakousko - Francie (21.00)

IDNES.cz

„Školák“ mezi elitou

V sezoně už pár rekordů překonal, tenhle je jen další podobný v pořadí. Když v sobotu večer vyběhl útočník Lamine Yamal ve španělské základní sestavě proti Chorvatsku (3:0), stal se v šestnácti letech nejmladším hráčem na fotbalovém mistrovství Evropy. A aby to nebylo tak jednotvárné, před koncem poločasu rovnou jeden gól připravil. Ke skórování navíc neměl daleko. Vlastně to samo o sobě není tak překvapivé. Ve chvíli, kdy celou sezonu stabilně nastupuje za Barcelonu, už se s tím tak nějak počítá. MET, IDNES.cz

KRÁTCE

Páté místo pro debilkány

Deblkány Petr Fuksa, Martin Fuksa dojela na mistrovství Evropy pátá na pětistovce. Na šampionátu v Szegedu tak zopakovala umístění z loňského ME a Evropských her v Krakově. Na medaili čeští reprezentanti ztratili 1,371 sekundy.

„Motýlkářský“ úspěch

Gretchen Walshová včera ozdobila úvodní den olympijské kvalifikace amerických plavců v Indianapolis světovým rekordem na 100 metrů motýlek. Již v semifinále dosáhla času 55,18, čímž o tři desetiny vylepšila dosavadní maximum Švédky Sarah Sjöströmové z olympijských her 2016 v Rio de Janeiro. „Myslela jsem, že umřu. Nevěděla jsem, že plavu tak rychle,“ přiznala Walshová. ČTK

Edmonton udržel naději

Konečně! mohli si oddychnout fanoušci Edmontonu, když hráči Oilers ve finále Stanley Cupu v noci na neděli překonali střeleckou mizérii a vyhráli první duel nad Floridou. Ta ovšem po čtvrtém utkání i tak vede 3:1 na zápasy a páté klání odehraje ve své hale. Edmonton rozstřílel Panthers 8:1, přičemž si kapitán domácích Connor McDavid připsal čtyři body (1+3), dvakrát skóroval Dylan Holloway a poprvé v sérii bodoval Leon Draisaitl (0+2). Nejen ve finále dosud takřka neprůstřelný brankář Sergej Bobrovskij střídal ve 25. minutě po páté inkasované brance. Série pokračuje na ledě Floridy v noci na středu. MET, ČTK



INZERCE

HORY, LESY, PŘEHRADA
dovolená

BESKYDY

SUPER CENA

**800,- Kč ubytování
s polopenzí na osobu a den,
týdenní i zkrácené pobyty!**

AKCE:
7dní s polopenzí 5250,- Kč

Horská turistika, cyklistika, klidné prostředí, inline brusle, mnoho zajímavých míst a památek. Koupání, rybolov, houby, borůvky aj. Výborná domácí kuchyně. Rožnovský skanzen nedaleko. Radhošť a Pustevny blízko.

Turistická Chata BRIAN
Horní Bečva 756 57
Tel.: 604 204 110
www.chatavsetinsko.cz
brian@chatavsetinsko.cz



I malá ručička pomůže rodinám být spolu

Koupí samolepky ručičky umožníte
rodinám vážně nemocných dětí
být spolu i během léčby.

