

HEJNOVÁ UŽ DOBĚHALA, ČEKÁ TOTIŽ POTOMKA

DVOJNÁSOBNÁ MISTRYNĚ SVĚTA SE ROZLOUČÍ V OSTRAVĚ STRANA 14



metro



Středa, 18. května 2022

Č. 95, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Nataša

mojemetro | denikmetro

**JOSEF
ABRHÁM**
14. 12. 1939
– 16. 5. 2022



Známý herec Josef Abrhám zesnul ve věku 82 let. Svou životní lásku Libuši Safránkovou přežil jen o necelý rok. Více o Abrhámovi čtěte na straně 5

PROFIMEDIA



9 771211 781002 | 22095

Vysoká tráva ve městě? Lidé si myslí, že se radnice nestará

Máte pocit, že se městská zeleň kosí příliš často a moc? A že vyprahlé plochy v létě zhoršují již tak vysušené prostředí?

Silná motorová sekačka jede na plné obrátky. „Detaily“ kolem stromů a obrubníků, kam nemůže, vysekává muž s ruční strunovou sekačkou. Až na hlinu. Obraz, na který v městských parcích a tam, kde jsou velké travnaté plochy, stále narazíte. I když toální mycení travin se výrazně zmírnilo.

Jedno kosení vyjde lázeňské město na milion

Jak je to ovšem s termíny kosení? Vyrážejí nasmlouvaní zahradníci podle předem schváleného harmonogramu bez ohledu na výšku trávy, nebo se řídí tím, že je třeba sekat? „V Mariánských Lázních sekáme s ohledem na výši porostu a také klimatické podmínky,“ uvedla pro deník Metro Zora Rákosová, referentka Správy veřejné zeleně.

Každou seč v tomto západočeském lázeňském městě domlouvají a pak zadávají jednotlivým firmám na údržbu. „Rozhodně nekosíme bez ohledu na počasí nebo sucho. To se u nás neděje z důvodů ekologických a také ekonomických,“ vysvětluje Rákosová. Jedna seč na všech městských plochách totiž vyjde



Hranice Prahy 11 a Prahy-Újezd. Vlevo „anglie“, vpravo „česká louka“.

3x METRO

mariánskolázeňskou radnici na milion korun.

Poplach u rudoarmějce. Seká se podle rozumu

Před pár lety se z ekologických i estetických důvodů rozhodli v Litoměřicích ke změně. V Jiráskových sadech

společně se stavebními úpravami kolem pomníku osvoboditelů od fašismu vyseli místo klasického městského anglického trávníku luční kvítí. Jenže když přírodní louka další rok rozkvetla a především vyrostla, mnozí Litoměřičáci si najednou mysleli, že se rad-

nice o okolí tohoto pomníku nestará.

„Luční kvítí je momentálně na dvou místech. Jedno u sochy vojáka, druhé v parku na Mírejovické stráni,“ informuje Eva Břeňová, mluvčí města Litoměřic. Na tom druhém ale letos kvůli suchu louka nevykvetla. „Tyto úseky záměrně sekáme jen dvakrát ročně. Co se týká ostatních ploch, město nechává ostatní zeleň sekat podle selského rozumu,“ říká pro deník Metro.

Momentálně v Litoměřicích probíhá letošní první seč, plánuje se druhá. Zda se bude kosit znovu, záleží na skutečném stavu porostů.

Na sucho mají ve Zlíně smlouvu

Baťovo město se stará o celkově osmdesát hektarů veřejných parkových a dalších zelených ploch. „Tento rozsah je rozdělen do osmi na sobě nezávislých částí,“ popisuje mluvčí zlínského magistrátu

Normovaná tráva

8–20

Osm až dvacet sečení trávy ve městě v jednom roce. Tolikrát je možné upravovat městskou zeleň podle českých norem. Maximální výška trávy v parcích stanoví 10 centimetrů, minimum na čtyři centimetry. Tyto údaje se týkají „reprezentativního trávníku“, předpokládá se dostatečné a pravidelné zavlažování.

Tomáš Melzer. Častěji se seká například na dětských hřištích, u nich je smlouva nastavená na osm sekaní. „Smluvní podmínky ale umožňují jednu seč ročně vynechat, kvůli suchu. To jsme uplatnili například v loňském roce,“ říká Melzer.

Zbýlých sedm sektorů se ve Zlíně ošetřuje šestkrát do roka, dvakrát se sběrem posekané hmoty. I v těchto částech města umožňuje smlouva vypustit jedno sekaní, pokud nastane nepříznivé období, to znamená delší sucho.

Ke klimatickým podmínkám přihlíží i v Praze-Újezdě, okrajové části na jihu hlavního města. „U nás to koordinujeme s vedoucím technických služeb Újezd a sečení máme nastavené podle aktuální potřeby, přihlížíme ke klimatickým podmínkám,“ informoval deník Metro starosta této malé pražské městské části Václav Drahoř. **PAVEL HRABICA**



Jarní kosení



Vysekáno až na hlinu.

Po covidu

Pandemie a s ní spojená omezení pro setkávání lidí zvýšila zájem napříč obory o automatizaci a digitalizaci provozu, což zvýšilo poptávku po produktech elektrotechnického průmyslu. Výrobci musí ale řešit rostoucí cenu vstupů, kterou lze na koncového zákazníka přenést pouze částečně. Zbylou část rostoucích nákladů kompenzují vlastními úsporami a také pokračující automatizací a digitalizací. Veletrh Amper potrvá na brněnském výstavišti do pátku, ve třech pavilonech se představuje 570 vystavovatelů z 27 zemí. Na snímku je plně elektrická KIA EV6. **ČTK**



Zeman. Brát bude 100 tisíc měsíčně

Kancelář prezidenta republiky by měla dostat na příští rok do rozpočtu proti letošku asi o 22 milionů korun víc. Hospodařit by měla s celkovými výdaji 420,2 milionu proti letošní schválené částce 398,4 milionu korun. Počítá s tím návrh základních údajů rozpočtu Hradu, který bude dnes projednávat sněmovní rozpočtový výbor.

Prezidentská kancelář patří mezi takzvané parlamentní kapitoly, jimž návrh základních parametrů rozpočtu na následující rok schvaluje již na jaře sněmovní rozpočtový výbor. Loni vynaložil Hrad celkem 620 milionů korun. Navýšený rozpočet počítá například s částkou 900 tisíc korun kvůli zákonu o zabezpečení prezidenta republiky po skončení funkce. Mandát současné hlavy státu Miloše Zemana skončí příští rok v březnu. Podle zákona má nárok na rentu 50 tisíc korun měsíčně a na víceúčelovou paušální náhradu rovněž 50 tisíc korun měsíčně. Od dubna do prosince 2023 jde o celkovou částku 900 tisíc korun. V roce 2019 činil měsíční plat prezidenta 274 500 korun, náhrada pak 255 420 korun.

Kancelář prezidenta republiky spravuje kromě rozpočtu samotného prezidentského úřadu také rozpočty Správy Pražského hradu a Lesní sprá-

vy Lány. Většinu nárůstu rozpočtu tvoří vyrovnání 21,7 milionu korun, o něž Hrad přišel při schvalování letošního rozpočtu. Návrh předpokládá celkové běžné výdaje 368,4 milionu korun, z toho

téměř 135 milionů korun má směřovat na provoz samotné prezidentské kanceláře. Provozní dotace Správy Pražského hradu a Lesní správě Lány má představovat zhruba 233 milionu korun. Na investi-

ce je vyčleněno 51,8 milionu, z toho 19 milionů má dostat Lesní správa Lány. Právě hospodaření správy budilo pozornost veřejnosti kvůli policejnímu vyšetřování tamních zakázek. Jeho šéfa Miloše Balá-

ka letos v březnu soud pravomocně odsoudil ke třem letům vězení za ovlivnění dvousetmilionové zakázky na zajištění a odvodnění svahů v Lánské oboře. Prezident Zeman ale Baláka omilostnil. **ČTK**

INZERCE

NEJNIŽŠÍ AKCE NA TRHU

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE

Každý týden za Vás hlídáme nejvýhodnější zboží na trhu.

Vepřová krkovice
bez kostí – v celku
• chlazená • 1 kg
• do vyprodání zásob

229,- -52%

109⁹⁰



Studentská pečeť

- 180 g
- 100 g = 16,62 Kč
- vybrané druhy

76.90 -61%

29⁹⁰



Krátce

Kamion na D1 v protisměru. Zemřeli dva lidé

Pět hodin byla dálnice D1 ve směru na Brno uzavřena. Včerejší nehoda si vyžádala dvě úmrtí a tři zranění. Podle mluvčího hasičů Jana Sýkory přejel kamion do protisměru a srazil se se třemi osobními auty. Případ se dál vyšetřuje.

Kradli dřevo, hrozí jim pět let

Policie obvinila trojici cizinců z krádeže dřeva za více než 700 tisíc korun. V případě odsouzení jim hrozí až pět let vězení. Dřevo podle policie kradli z lesních skládek na několika místech Česka. Dřevo končilo v zahraničí. V krádežích podle policie figurovali zaměstnanci firmy, která se dopravou dřeva zabývá. **ČTK**

169,- -34%

109⁹⁰

Božkov Originál

- 37,5%
- 0,5 l
- 1 l = 219,80 Kč



19.90 -35%

12⁹⁰

Zlatý Bažant

- světlý ležák
- 0,5 l
- 1 l = 25,80 Kč
- záloha na láhev 3 Kč



Tuňák žlutoploutvý

- steak
- chlazený • balený
- cena za 100 g

SUPER CENA

34⁹⁰



LEPŠÍ PRO VÁS
ŠETRNE
K PŘÍRODĚ

S ÚCTOU
K MOŘI
CERTIFIKOVANÉ
— albert

BOHATÁ
CHUŤ,
ŠETRNY
LOV

albert
STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

Akce platí v prodejnách Albert od 18. 5. do 24. 5. 2022 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

„Dlouhodobý pracovní stres je nebezpečná časovaná bomba“

Výskyt duševních onemocnění vzrostl za poslední dva roky podle výzkumu Národního ústavu duševního zdraví z 20 na 30 procent, psychické problémy má údajně každý třetí člověk. „Museli jsme čelit mnoha změnám, situace zasáhla do našich rodin i pracovních vztahů. Už toho bylo na jednoho příliš. A když už jsme si mysleli, že bude klid, přišla další vlna tlaku,“ komentuje vliv událostí na psychiku koučka Edita Friedlová.

S čím za vámi klienti nejčastěji přicházejí?

Během pandemie byly nejčastějším tématem osobních konzultací partnerské vztahy a výchova dětí, nyní klienti více hledají smysl své životní cesty, naplnění a radost. Firmám pomáhám přetvořit nefunkční či zastaralé principy v efektivní a zdravé pracovní prostředí.

Zlepšuje se péče o psychické zdraví zaměstnanců?

Firmy si důležitost této péče stále více uvědomují. Pracovní a osobní stránka života spolu neoddělitelně souvisí a rozvíjení té osobní má pozitivní dopad na celou firmu. Vždy vnímám, jak daná firma ožije, dostane nový náboj, což se projevuje ve větší spolupráci, vzájemném porozumění, kreativitě i ve zvýšení obchodních výsledků.

Jak poznat příznaky syndromu vyhoření?

Dlouhodobý pracovní stres je časovaná bomba. Lidské tělo a psychika mají své mantinely, a pokud se o sebe dostatečně nestaráme, negativně se projeví. Vyhoření začíná nenápadně, zpozornět bychom měli při ztrátě radosti z práce nebo našich koníčků. Vždy doporučuji prevenci, protože řešení následků je náročné a dlouhodobé.

Co dělat při úzkosti?

Říká se, že úzkost je strach z budoucnosti. Při akutním stavu doporučuji dechová cvičení na zklidnění. Při dlouhodobých úzkostech je důležité si přiznat, že se nás týkají, sebrat všechnu odvahu a naučit se s nimi pracovat. Každý je prožíváme v jiné životní oblasti, často je vyvolává strach ze smrti, ztráty jistot. Zanedbáme-li je, žijeme v obavách, nefunkčních vztazích, nenaplňující práci. Strach nás oslabuje, odvaha posiluje. Je na nás, jak budeme žít.

Existuje recept na štěstí?

Za mě ano. Štěstí podle mě nemá rádo lenost, stereotyp, stěžování si a podobné negativní přemýšlení. Záleží na nás, jak jsme ochotni na šťastném životě pracovat. Prvním krokem je začít žít tak, abychom si každý večer mohli říct, že ten den stál opravdu za to. **VERONIKA REICHELTOVÁ**



Edita Friedlová je koučkou a lektorkou.

ARCHIV EDITY FRIEDLOVÉ

INZERCE

GLUTEN FREE PRAGUE EXPO 2022 & 17. FÓRUM CELIAKŮ
21. KVĚTEN 2022
 10 - 15 hod. PVA EXPO Praha

Akce je realizována za finanční podpory Úřadu vlády České republiky.

Inflace?
**Zlato ochrání
 vaše úspory**

 **Golden Gate**



goldengate.cz

„Milovanou Popelku má opět u sebe. Pepa byl neuvěřitelný“

Ztvárnil fanfaróna s grácií, svůdného dragouna a samozřejmě Darka Vránu. Jak si na Josefa Abraháma pamatují kolegové?

Jako na nerozlučnou dvojici, která často tvořila pár i před filmovou kamerou či na jevišti, vzpomínají kolegové a přátelé na herce Josefa Abraháma a Libuši Šafránkovou. Po nečlém roce od úmrtí Šafránkové zemřel v pondělí její manžel Josef Abrahám. „Bude mi po něm smutno a myslím, že tady bude strašně chybět,“ řekl herec a ředitel Divadla Na Jezerce Jan Hrušínský.

„Nastupovala jsem do Činoherního klubu, když šla Libuška Šafránková na mateřskou se svým synem. Tu rodinu

jsem velmi dobře znala a obdivovala jsem ji. Moc Pepíkovi přeju, že už je konečně zase s Libuškou v nebi, protože jejich nejkrásnější film byl Svatební cesta do Jiljí a on se teď vydal na svatební cestu do nebe. Takže jim moc přeju, že teď mají líbánky v nebi,“ řekla herečka Veronika Žilková.

Jeho herecké kvality vyzdvihl Jan Burian, generální ředitel Národního divadla, kde Abrahám mimo jiné působil. Podle něj už v 60. letech měl převratný způsob herectví, které se v českém divadle uplatňuje i dnes, a mezi jeho významné nástupce patří třeba soubor Dejvického divadla. „Josef Abrahám byl mimořádně populární tvůrce, který neztratil sám sebe v bulváru, a uchoval si vlastní uměleckou a morální integritu po celou dobu své kariéry. Také proto byl jedním z nejoblíbenějších herců Václava Hav-

la,“ doplnil Burian. „Oni byli s Libuškou léta letoucí nerozlučná dvojice a já jsem měla tu možnost s nimi natáčet film Všichni moji blízcí. Bylo to nezapomenutelné natáčení, oni byli hrozně vtipní a pan Abrahám byl neuvěřitelný,“ řekla herečka Tereza Brodská.

Na slavného herce vzpomněl i režisér Jiří Strach: „Kdybych to býval věděl, že pan Abrahám je v Andělovi Páně 2 naposled před filmovou kamerou... Být tím režisérem, který stojí u konce takové hvězdné herecké kariéry, vůbec není příjemný pocit. Byl bych raději, kdyby pak natočil ještě dalších deset, dvacet filmů! Ale síly už nebylo a Pánaboha nelze obehrát. A tak má nebe dnes o jednoho svatého Josefa navíc. Nad hlavou už nemá parohy, ale korunu herecké i lidské slávy. A milovanou Popelku opět u sebe,“ uvedl. **ČTK a iDNES.cz**



Oblíbený herec Josef Abrahám v roce 2013

ARCHIV ČTK

Veselohra Jak je důležité mítí Filipa

ČT3 a ČT art připomenou ikonická díla.

- Trojka uvede dnes večer televizní inscenaci veselohry Jak je důležité mítí Filipa, v níž Abrahám účinkuje spolu s Jaro-

mírem Hanzlíkem, a pořad Úsměvy Josefa Abraháma. Art ho připomene v sobotu 21. května tragikomedií Hráči, režírovanou Abrahámovým dlouholetým spolupracovníkem Ladislavem Smočkem.

INZERCE

JEDU DOPŘEDU, VIDÍM DOZADU!

Nenápadná černá krabička na sedlovce dokáže zásadním způsobem změnit bezpečnost jízdy. Řeč je o cyklistickém radaru. Elektronické pomůcce, která monitoruje prostor za cyklistou a získané informace předává cyklistovi na displej chytrého mobilního telefonu, hodinek nebo cyklopočítače.

→ **Garmin Varia RVR315** je malý a lehký, cyklistický radar, který se upevňuje na sedlovou trubku kola a při jízdě na kole monitoruje prostor za cyklistou do vzdálenosti 140 metrů. Vozidla, která se k cyklistovi blíží zezadu, dokáže zachytit a informaci předat na displej chytrého telefonu, kompatibilních hodinek nebo cyklopočítače. Varia RVR315 se hodí pro cyklisty upřednostňující příslušenství s minimální hmotností a velikostí.

3.790 Kč



→ **Garmin Varia RTL1515** je cyklistický radar kombinovaný s výstražným červeným světlem. Radar cyklistu upozorní na blížící se vozidla, navíc ale pomocí pronikavého světla upozorní řidiče na přítomnost cyklisty na vozovce. Světlo umí svítit v úsporném režimu v době, kdy za cyklistou nic nejede a zvýšit intenzitu světla a blikání v době, kdy je za cyklistou vozidlo. Intenzita světla a blikání je navíc výraznější u vozidel blížících se vyšší rychlostí.

4.990 Kč



← **Garmin Varia RCT715**

je cyklistický radar kombinovaný s výstražným červeným světlem a zadní záznamovou kamerou. Radar cyklistu upozorní na blížící se vozidla, řidiče varuje pomocí pronikavého červeného světla a navíc nahrává dění za cyklistou na vestavěnou Full HD kameru. V případě nehody cyklisty se videozáznam automaticky uloží na vestavěnou microSD datovou kartu.

9.990 Kč



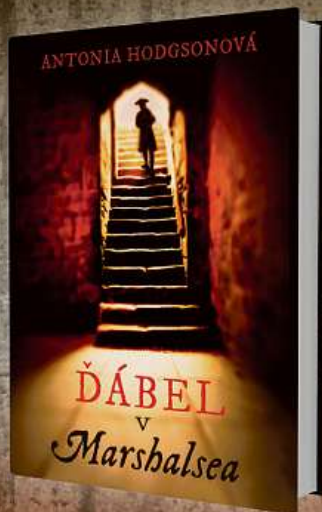
← Ukázka zobrazení situace na mobilním telefonu



www.garmin.cz

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

Strhující detektivka z Anglie 18. století



Antonia Hodgsonová
Šábel u Marshalsea



KNIHU POHODLNĚ ZAKUPÍTE
V PŘÁTELSKÉM KNIHKUPECTVÍ WWW.KOSMAS.CZ

Krátké

Uprchlíci na Pražském hradě

Kancelář prezidenta republiky v polovině března slíbila, že ubytuje v objektu takzvané Klárový vily Na Opyši uprchlíky z Ukrajiny. Nakonec jim otevřela dveře až po dvou měsících. „Ubytováno je již sedm uprchlíků,“ řekl mluvčí prezidenta Jiří Ovčáček, na další se chystají.

Hlavní město potřebuje další tunely

Zahájení rekonstrukce Barrandovského mostu zatím Praha zvládá bez dopravního kolapsu, postávají a ploužení v kolonách se ovšem řidiči nevyhnuli. Zdeněk Lokaj z Fakulty dopravní ČVUT v Praze však v diskuzním pořadu Rozstřel a serveru iDNES.cz varoval, že to tak nemusí zůstat. Připomněl, že kapacita Barrandovského mostu byla podle původních propočtů jen 80 tisíc aut, běžně jich tu ale každý den



Tatry v kopřivnickém muzeu

ČTK

projede 144 tisíc. „Praha potřebuje několik nových tunelů a radiál,“ doplnil Lokaj. [iDNES.cz](https://www.idnes.cz)

Slavné tatry na jednom místě

V muzeu historických vozidel Oldtimer v Kopřivnici se v pátek otevře výstava aerodynamických vozů Tatra. Jde o ucelenou kolekci všech typů proudnicových vozů, které kopřivnická automobilka v historii vyráběla. Jsou mezi nimi například předválečné tatrovky, jichž se do-

chovalo jen velmi málo. „Máme tu velmi vzácnou Tatru 77, která se velmi málo vidí, je jich jenom pár, co zbyly. Je tu Tatra 87 poválečná – Tatra Diplomát a Tatra 87 předválečná,“ říká majitel AutoMotoMuzea Oldtimer Jaroslav Šerý. V kolekci nechybí Tatra 600 neboli Tatra 97. Tu Němci za okupace zakázali Tatre vyrábět, protože představovala konkurenci pro vůz VW Brouk, který se československému vozu podobal a jehož konstruktéři se tatrou inspirovali. [ČTK](https://www.ctrk.cz)

Doklad o překročení hranic

Kraje vítají, že přišly změny ve vyplácení dávek.

Hejtmani jednali s ministrem vnitra Vítem Rakušanem o uprchlické krizi. Podle Martina Netolického, hejtmamna Pardubického kraje, všichni vítají změnu ve vyplácení dávek uprchlíkům

z Ukrajiny ve výši 5000 korun. Nárok na ni mají mít pouze žadatelé, kteří doloží razítko o překročení hranic Ukrajiny a schengenského prostoru. Povinnost prokázání dokladu před registrací v krajských centrech platí ode včerejška. V krajském centru v Pardubicích dávku větší skupině žadatelů, kteří se neprokázali dokladem o přestoupení hranic, podle Netolického nevyplatili už

v sobotu. Systém podle něj povede k ukončení takzvané sociální turistiky, kdy o dávku jezdili žádat i lidé žijící v Maďarsku či Rumunsku. Rakušan podle Netolického hejtmanům nepředstavil návrh na změnu dávky na naturální, jak o záměru dříve mluvil. „Návrh je problematický pro ministerstvo práce a sociálních věcí,“ uvedl Netolický. Dodal ale, že „vidí snahu problémy řešit“.

Ministerstvo práce a sociálních věcí pod vedením Mariana Jurečky má podle něj návrh na zavedení naturální dávky za příliš komplikovaný, místo toho přišlo s koeficienty postupného snižování dávek. Hejtmani s Rakušanem dál diskutovali také o situaci v Praze, která si stěžuje na vyšší zatíženost uprchlíky. „Nemám pocit, že by byla nějak dramaticky vyhodnocena z hlediska uzavírání krajské-

ho asistenčního centra v Praze, protože pan primátor Zdeněk Hřib vnímá, že se situace řeší, že snaha o jakousi koordinaci v rámci celé ČR existuje,“ uvedl Netolický. Požadavku Prahy na větší koordinaci rozumí. O vládních opatřeních bude dnes jednat pražský krizový štáb, ministr Rakušan a primátor Hřib. Problém bude řešit i Asociace krajů, která se seje dnes na pravidelné schůzce. [ČTK](https://www.ctrk.cz)

INZERCE

HUDBA TANEC AKROBACIE EMOCE

INVOCIA

SHOW

26. 5. 2022

Vsadte na tato čtyři esa z lékárny



Oční kapky
**OCUTEIN
SENSITIVE PLUS**
mají prodlouženou
trvanlivost –
90 dní po prvním
otevření.

CHRAŇTE SVŮJ ZRAK silou borůvek

Podrážděné, unavené a citlivé oči umí potrápít každého z nás. Nenechte si proto pokazit váš běžný den a pořídte si kvalitní oční kapky s extraktem z borůvek, které budou váš zrak doslova hýčkat.

Proti svědění, slzení, řezání nebo pálení očí jsou nyní k dostání unikátní **OCUTEIN SENSITIVE PLUS oční kapky**, které mírní podráždění způsobené vnějšími vlivy a zklidňují suché a unavené oči. V jejich složení naleznete hyaluronát sodný zajišťující lubrikační a hydratační účinek a extrakt z borůvek, který pomáhá ulevit od pocitu unavených očí a přispívá k udržení dobrého zraku. Díky šetrnému složení je tento zdravotnický prostředek určen i pro velmi citlivé oči. Oční kapky je možné aplikovat přímo na kontaktní čočky. Před použitím si pozorně přečtěte příbalovou informaci.



Mravenčí vám nervy?

S pocity mravenčení, štípáním či brněním končetin, zhoršenou citlivostí prstů nebo přecitlivělostí nervových buněk se setkává velká část populace. Nenápadné příznaky mohou postupně dorůstat těžko snesitelných rozměrů. Nenechte nervové obtíže zaútočit naplno!

Neuromedic je unikátní doplněk stravy kombinující vysoké dávky kyseliny alfa-lipoové, vinnou révu, fosfolipidy a vitaminy skupiny B, díky čemuž efektivně regeneruje a zlepšuje funkci i citlivost nervové soustavy a vyživuje nervové buňky. Obsažený silymarin navíc chrání nervy před poškozením toxiny. Neuromedic je díky vysokým dávkám vitaminů B ideální ochrana nervů při jejich nedostatečné výživě, vystavení toxinům či vedlejším účinkům některých tablet nebo mechanickém poškození samotných nervů.

Dopřejte nervům úlevu od mravenčení, štípání, pálení a zhoršené citlivosti.



Jak na nehtové mykózy

Nehtové mykózy se nejčastěji projevují lámáním, třepením a zažloutnutím nehtů. Přijít k nim je snadné. Stačí nedůsledná pedikúra, uzavřená obuv nebo pobyt ve sdílených sprchách. Zbavit se jich je už ale náročnější. I když plísně zastavíte, skutečně se jich zbavíte teprve až ve chvíli, kdy nakažená část nehtu zcela odroste.

Při prvních příznacích nehtové mykózy sáhněte po revolučním přípravku **Mycosin FORTE sérum**. Jeho extra silné složení obsahuje 42 % konopného oleje, antimykotickou látku baterikal a citrusové silice. Sérum tak okamžitě zastavuje šíření nehtových plísní, posiluje nehet, zbavuje ho nežádoucího zabarvení a urychluje jeho růst. Mycosin FORTE sérum je možné používat dlouhodobě bez vedlejších účinků.

DIAMizin Gurmar **ZABIJÁK CUKRU!**

Jedním z největších strachů dneška jsou potíže s nedostatkem inzulínu v těle, což obvykle bývá zapříčiněno obezitou, nezdravým životním stylem, nedostatkem pohybu a dědičností. Hledáte-li způsob, jak vyrovnat kolísající hladinu cukru v krvi, vsadte na účinný přípravek.

Vyzkoušejte **DIAMizin® Gurmar** – zabiják cukru, ověřený doplněk stravy, který **stabilizuje a udržuje hladinu cukru v krvi** a omezuje chuť na sladké. Přípravek obsahuje extrakt z rostliny Gymnema sylvestre. Její účinné látky, kyseliny gymnemové, přispívají k optimální hladině glukózy v krvi a snižují chuť na sladkosti. Napomáhají tak redukcii nadváhy.



**Šetřete na ceně,
ne na kvalitě.**



**Když jde o jídlo,
myslíme na vše.**

I na kvalitu za super cenu.



Jihočeské
Trvanlivé
mléko
3,5%
1 l

-25%
17⁹⁰
23⁹⁰



**+1
NÁLEPKA
NAVÍC
PŘI KOUPI
2 KS**

Paula
2x 100 g
více druhů
100 g = 9,95 Kč

-29%
19⁹⁰
27⁹⁰

BILLA

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 18. 5. do úterý 24. 5. 2022.



Krásné a úctyhodné kulatiny

Noblesní herečka Emília Vašáryová, rodačka z Hornej Štubni v Turčianských Teplic, dnes slaví osmdesáté narozeniny. První dáma slovenské scény ztvárnila více jak sto divadelních rolí, hraje ve filmu, dlouhá léta učí na Vysoké škole múzických umění v Bratislavě. Spolu s mladší sestrou Magdou, později rovněž známou herečkou a političkou, vyrůstala v učitelské rodině. Před kamerou debutovala ve slovensko-maďarské komedii Dáždnik svätého Petra. Proslavila se v roce 1963 jako Diana ve filmu Vojtěcha Jasného Až přijde kocour. Mezi nejznámější tituly filmografie Emílie Vašáryové patří také fantastní příběh Bláznova kronika nebo drama Lidé z maringotek. Nešťastná intelektuálka z filmu Horem pádem z roku 2000 Jana Hřebejka ji vynesla Českého lva. Bylo to rok po ztvárnění snad nejznámější role plaché zakříknuté manželky Jiřího Kodeta v Hřebejkově již vánoční klasice Pelíšky. Emília Vašáryová je rozvedená, má dva syny.

HAL

Česká oběť poblíž Kyjeva

Ruská invaze na Ukrajinu má na svědomí první potvrzené úmrtí českého občana. Poblíž těla devětačtyřicetiletého muže byla nalezena část granátu F-1.

cha,“ uvedl šéf policie Kyjevské oblasti Andrij Něbytov.

Žádné další detaily

V Česku má řidič manželku a bratra, upřesnila ukrajinská policie. „Uvědomili jsme rodinu, jsme s ní v kontaktu a poskytujeme jí konzulární služby, které mohou být spojené s případnou repatriací. Po dohodě s rodinou ale žádné další detaily nemůžeme sdělovat,“ informovala mluvčí českého ministerstva zahraničních věcí Lenka Do.

Zvěrstva ruských vojáků

Hrob s tělem Čecha se nacházel u kraje silnice nedaleko Makarivu, který v určité fázi bojů ovládly ruské síly. Už dříve se v městě, které leží zhruba 40 kilometrů od západního okraje Kyjeva, podle ukrajinských úřadů našla těla popravených civilistů. Poblíž hrobu byla objevena také část granátu F-1, který na místě podle ukrajinské policie zanechali ruští vojáci. **ČTK**

Tělo českého občana bylo objeveno poblíž Kyjeva u města Makariv v hromadném hrobě. Jde o řidiče kamionu, který po začátku ruské invaze přijel na Ukrajinu, aby tam pomáhal jako dobrovolník, uvedla na sociálních sítích místní policie. Dále znamenala, že devětačtyřicetiletý muž se přestal blízkým ozývat 3. března.

Zesnulý Čech byl nalezen spolu se dvěma dalšími těly, ta se úřadům nepodařilo identifikovat, byla ale v civilním oblečení. „Dvě osoby byly zastřeleny ranou do hlavy, jedna do bři-

Selhání u sousedů

Vladimír Pčolinský měl potírat korupci, sám se topí v úplatkové aféře.



Vladimír Pčolinský YOUTUBE

Slovenská prokuratura včera podala obžalobu na bývalého šéfa civilní tajné služby (SIS) Vladimíra Pčolinského. Čelí podezření z přijetí úplatku 20 tisíc eur (asi 500 tisíc korun) za to, že SIS nebude odposlouchávat a sledovat podnikatele Zoroslava Kollára. Stejnou částku jako Pčolinský údajně převzal i jeho někdejší náměstek v SIS Boris Beňa, který v případě spolupracoval s policií.

Podnikatel Kollár dříve korupci odmítal, v dubnu ale tento svůj postoj pod tíhou důkazů změnil. Přiznal, že prostředníkovi dal 40 tisíc eur, v pře-

počtu jeden milion korun, jako vyjádření vděku za vyřešení problému.

Pčolinský byl v korupční kauze obviněn ještě jako šéf SIS loni v březnu, kvůli stíhání se řídicí funkce v tajné službě vzdal. Do čela SIS nastoupil za vlády současné čtyřčlenné koalice, která si za jeden ze svých hlavních cílů stanovila potírání korupce. **ČTK**

Krátce

Ožehavá slonovina

Zimbabwe vláda chce získat povolení k prodeji zabavené slonoviny, za niž by mohla získat 600 milionů dolarů, tedy 14 miliard korun. Použila by je na ochranu rychle rostoucích sloních stád. Úmluva o mezinárodním obchodu s ohroženými druhy volně žijících živočichů a rostlin však obchodování se slonovinou zakazuje od roku 1989. V Zimbabwe nyní žije na 100 tisíc slonů, tedy dvojnásobek kapacity tamních parků.

Alžbětino metro

Britská královna Alžběta II. včera nečekaně navštívila stanici londýnské dráhy Paddington Station na právě dokončené nové lince pojmenované na její počest Elisabeth line. Na akci byla v doprovodu svého nejmladšího syna, prince Edwarda. Nová linka má přes 100 kilometrů, vede od letiště Heathrow na západě metropole až do Shenfieldu na východě. Stála 18,9 miliardy liber, což je 553,3 miliardy korun, čtvrtinu zaplatila vláda. **ČTK**



Dáte si tequilu, Svatý otče?

Papež František, který je původem z Argentiny, opět prokázal svůj pověstný smysl pro humor. Při setkání s mexickými seminaristy na Svato-petrském náměstí zažertoval, že na chronické bolesti kolena, které ho trápí už řadu týdnů, by potřeboval trochu tequily. Podle agentury AFP to nebylo poprvé, co papež zmínil mexický národní nápoj. V roce 2016 před cestou do Mexika na něj na náměstí ve Vatikánu kdosi z davu zavolal: „Čekáme vás.“ „S tequilou, či bez?“ odvětil tehdy rovněž s úsměvem papež. **AP**



+1
NÁLEPKA
NAVÍC
PŘI KOUPÍ
3 KS

-33%

21⁹⁰
32⁹⁰

Zátkovy
vaječné
těstoviny
500 g
více druhů
100 g = 4,38 Kč



Spak
Gourmet
Kečup

500 g
více druhů
100 g = 5,98 Kč

-40%

29⁹⁰
49⁹⁰

SLEVA

I NA OSTATNÍ
VÝROBKY
NATURA

Natura
Solamyl

250 g
100 g = 9,95 Kč

-36%

19⁹⁰
30⁹⁰

+1
NÁLEPKA
NAVÍC
PŘI KOUPÍ
3 KS



-28%

Velkopopovický
Kozel světlý

6x 0,5 l, plech
1 l = 26,63 Kč

79⁹⁰
111⁹⁰

BILLA

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 18. 5. do úterý 24. 5. 2022.

INZERCE



S | Televize Seznam

DNES 20:00

**MOJE MÍSTO:
TOMÁŠ KLUS**

Cirk-Uff. Letos nabídne také hvězdy z Austrálie

Špičková vystoupení světových umělců, české i zahraniční premiéry a to nejlepší, co v poslední době vzniklo na domácí scéně. Tak se dá stručně popsat program 12. ročníku mezinárodního festivalu nového cirkusu Cirk-Uff. Uskuteční se od 1. do 5. června v Trutnově. Strhující podívanou bude show Humans v podání australského souboru Circa, který patří mezi nejlepší na světě. To se dá říct

také o americké akrobatce Thule Moonové. Proslavila se vystupováním v nejznámějším cirkusu světa Cirque du Soleil. Letos je hlavní postavou premiérové inscenace Through The Truth. Premiéru bude mít v Trutnově také inscenace Memoirs Of Mud od ženského souboru Sibus Sirkus z Finska. Ukázkou špičkového českého cirkusu bude akrobatická sestava Losers Cirque Company. **MET**



Co jsme komu všichni udělali? Početné potíže

Třetí díl francouzské komedie vstoupí zítra do kin.

Claude a Marie Verneuilovi se vrací. A pochopitelně je s jejich rozvětvenou rodinou čekají zcela nové problémy.

Claude a Marie v prvním filmu provdali i čtvrtou dceru a ve druhém úspěšně udrželi všechny své potomky i jejich rodiny ve Francii. A právě když se jim je podařilo přesvědčit, aby nikam neodjížděli, nečekali, že všichni skončí v jejich malebném Chinonu a budou je mít víceméně pořád za krkem. Za péči a starostlivost se jim dcery i se svými rodinami chtějí odvděčit a využijí k tomu skutečnost, že Claude a Marie slaví čtyřicet let společného života. Začnou pro ně připravovat oslavu v rodinném domě, a proto



že to musí být oslava opravdu pořádná, pozvou do Francie také rodiče svých manželů.

Claude a Marie tak budou muset pod svou střechou přivítat rodiče zeťáků Rachída, Davida, Chaa a Charlese. Tento „rodinný“ sraz slibuje, že bude hodně bohatý na nejrůznější události. Stačí k tomu už jen to, že tyto rodiny jsou

z nejrůznějších koutů světa a rozhodně je nespojuje ani stejná víra. Nechte se překvapit a hlavně pobavit.

Protagonista Clauda Christian Clavier se k filmu vyznal slovy: „Režisérů Philippu de Chauveronovi naprosto důvěřuji, je to vynikající tvůrce, který mou roli vždy skvěle napsal i natočil. Takže když mi

řekl, že na mě myslí s dalším filmem, hned jsem věděl, že do toho jdu. A i když někomu nápad na třetí dobrodružství mohl připadat šilený, Philippe velmi dobře věděl, jak tuto sérii rozvinout. Přijezd všech tchánů totiž umožnil udržet svěžest prvního filmu, protože ti teď nahrazují své syny a Claudovy zeťe.“ **MET**

Na vinicích

Propojte své letní výlety s hudbou a vínem pod širým nebem a navíc přímo ve vinicích. Už třetí ročník koncertního seriálu Hudba na vinicích startuje tuto sobotu. Až do 23. září odehraje v celkem šesti vinařstvih na 40 koncertů patnáct českých a slovenských interpretů. Mezi nimi třeba Mňága a Žďorp, Anna K., Jelen, Škwor či Pokáč. **MET**

Krátce

Mádlův debut

Tento týden vyjde Jiřímu Mádlůvi, herci, režisérovi, scenáristovi a nyní už také spisovateli, jeho první kniha. Román Přitažlivost planety Krypton o odvažném vysvlékání z těsných dětských šatů, které může být provázáno zráními, ale i hledáním vlastní dospělé identity.

Tři sestry slaví

Skupina Tři sestry oslaví 37. narozeniny ve dnech 20. a 21. května v pražském areálu Erpet na Smíchově. Spolu s pořádající

kapelou zde vystoupí například angličtí Ther Varukers, slovenská partička Iné Kafé či tuzemští Plexis, E!E nebo SPS.

Mladí ladí jazz

Vídeňská violoncellistka a zpěvačka Marie Spaemannová zamíří v rámci série koncertů Mladí ladí jazz už dnes do Jazz Docku. V pátek vystoupí v Kasárnách Karlín tubista Theon Cross. Příští čtvrtek zahraje v Jazz Docku rakouské trio PRIM. V předvečer pražských koncertů zahrají Cross a PRIM i v Olomouci. **MET**

Symphonica

Zpěvák a muzikant Michal Hruza zahraje v rámci turné Symphonica na třech místech s osobitým geniem loci. Nejdříve vystoupí 9. června v zahradě Trojského zámku v Praze, 17. června na Zámku Kačina a 24. června na brněnském hradě Špilberk. Hítmakera doprovodí kapela Hruza, ženský symfonický orchestr Bon Art Pops Orchestra a proslulý Kühnův dětský sbor. Doprovodný program nabídne prohlídky okolí či vnitřních prostor jednotlivých lokací. Vstupenky jsou k mání na ticketlive.cz. **MET**



Sudoku

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

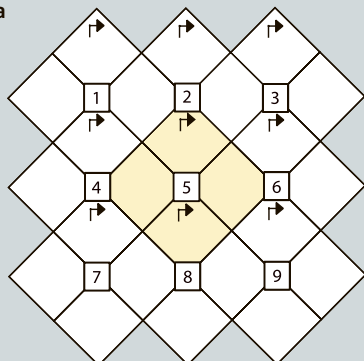
Napište svou bublinu



Luštěnka

Slova vepisujte okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

- arabský kůň
- velká šelma
- moci
- indián
- tajenka
- darebák
- knihy na fotky
- klikatý steh (hovor.)
- kreslo vládce



Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
17/21 °C	21/25 °C	25/29 °C	23/27 °C

Teplotní rekordy: ↓ 0,5 °C (1787) ↑ 29,2 °C (1971) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.20 Zavolejte porodní sestřičky VII (4/8)</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Četnické humoresky (20/39)</p> <p>21.40 13. komnata Davida Krause</p> <p>22.10 Fotograf</p> <p>Komedie (ČR, 2015)</p> <p>00.25 Maigret u lékaře</p> <p>01.55 V kondici</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Bydlet jako... letec</p> <p>05.15 Černé ovce</p>	<p>14.30 Láska pod kapotou</p> <p>15.55 Televizní klub neslyšících</p> <p>16.25 Vzkaz Josefa Masopusta</p> <p>16.40 Fotbal: 1.FC Slovácko – AC Sparta Praha</p> <p>19.20 Stříbrný tým z Chile</p> <p>19.30 Baník!!!</p> <p>20.25 Postřehy odjinud</p> <p>20.35 Eintracht Frankfurt – Glasgow Rangers</p> <p>Rozluštěné poklady</p> <p>23.35 Španělská princezna (2/8)</p> <p>01.25 Fargo IV (10/11)</p> <p>02.20 Tajemství železnic</p> <p>02.45 Dějiny podle soudružky učitelky</p> <p>03.10 Příběhy železné opony</p> <p>03.25 Sabotáž</p>	<p>15.55 Kriminálka Las Vegas IV (19)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4273)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Výměna manželek XIV</p> <p>21.45 Malé lásky</p> <p>22.45 Mentalista IV (22)</p> <p>23.40 Kriminálka Las Vegas IV (18)</p> <p>00.35 Kriminálka Las Vegas IV (19)</p> <p>01.35 Kriminálka Anděl III (12)</p> <p>03.00 Na lovu</p> <p>03.45 Doktorů z Počátků (65)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostrěno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 1. MISE (36)</p> <p>Dárek. Seriál (ČR)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.40 Show Jana Krause</p> <p>23.45 Cesty k úspěchu</p> <p>23.55 Ano, šéfe!</p> <p>01.15 Like House 3</p> <p>02.00 Like House 3 Night show</p> <p>02.15 Námořní vyšetřovací služba V (13)</p> <p>03.10 Jake a Tlustoch IV (20)</p> <p>04.10 Kriminálka Montpellier III (5)</p> <p>05.45 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Flashback</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko trendy</p> <p>14.30 Gamingmania</p> <p>14.35 Óčko trendy</p> <p>15.00 Óčko hity</p> <p>17.30 ZKROT JE S TRILOU</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.00 CZ & SK</p> <p>18.59 Nebuď dřevák, dej si tělák</p> <p>Zdravý pohyb a motivace na každý den</p> <p>19.00 Óčko hity</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>22.00 NAKED ATTRACTION GERMANY</p> <p>22.30 ZKROT JE S TRILOU</p> <p>22.35 Óčko flirt</p>



Měníte práci? Tak se vyplatí špionáž

Doby, kdy hlavní motivací pro změnu práce bylo nepeněžní ohodnocení, jsou nenávratně pryč.

Tak jak se vyvíjejí technologie, které v mnohém usnadňují naši práci, mění se i požadavky zaměstnanců napříč generacemi.

„Situace na českém trhu práce nahrává vyšší fluktuaci zaměstnanců, než tomu bylo v předchozích letech, a o kvalitní pracovníky je nouze. Peníze už dávno nejsou hlavní motivací. Ke slovu se hlásí především nepeněžní benefity a firemní atmosféra. Počet lidí, pro které je smysl práce důležitý, stále roste a bude růst dál,“ říká Irena Vrbová, zakladatelka konzultační společnosti Porto.

Ačkoliv to bývá právě finančně zajímavější nabídka, která je důvodem ke změně zaměstnání, zvažují uchazeči

i další aspekty, které povedou k dlouhodobé spokojenosti v práci. Jak ale poznat tu pravou firmu, ve které nás bude bavit pracovat a uvidíme v ní smysl? Předtím, než dojde k odeslání životopisu, doporučuje Irena Vrbová prozkoumat aktivity firmy z veřejných zdrojů nebo u známých, kteří pro společnost pracují: „Projděte sociální sítě nebo specializované webové stránky. Zjistěte, jakou pověst má firma na trhu, jak se prezentuje. Zajímejte se o to, co a jak dělá nejenom v oblasti vlastního byznysu, ale i přístupu k zaměstnancům.“

Pokud se navíc firma zaměřuje na produkty nebo služby, kterým nový zaměstnanec sám věří a jsou pro něj zajímavé, bude mít ke své práci pozitivnější vztah.

Noví zaměstnanci by však neměli dát pouze na vnější obraz firmy, ale měli by věřit také svému instinktu. „Pokud člověk dá na své vnitřní pocity, dokáže informace vyčíst už z inzerátu s nabídkou práce, webu firmy, a přede-

vším pak z osobního pohovoru,“ upřesňuje Irena Vrbová.

Jedním z nejzásadnějších znaků je styl komunikace. Pokud HR manažeři, náboráři, majitelé a další nadřízení jednájí s uchazečem na vlně přátelského tónu a otevřenosti, pravděpodobně se budoucí zaměstnanec uchází o místo ve firmě s příjemnou atmosférou. Nakonec v práci trávíme třetinu svého života.

Uchazeče o pozici zajímá také otázka vzdělávání, kariérního i osobního růstu. Dnešní dynamická doba si přímo žádá neustálé vzdělávání a rozvíjení dovedností. Je potřeba se neustále učit nové věci pro udržení kvalifikace.

Mnoho firem své zaměstnance vzdělává a posouvá je dál. Je dobré vědět, jak k této problematice přistupuje budoucí zaměstnavatel.

„Zajímejte se o to, jak se ve firmě sdílí interní know-how, jestli si kolegové pomáhají a předávají své znalosti, ale také jak má zaměstnavatel nastavený systém školení a vzdělávání,“ uzavírá Irena Vrbová. **PAVEL HRABICA**



V Brně nechtějí zombíky

Řeší lásku, písemky, ale i e-mailové zprávy od kolegů v práci. Že vstoupili do vozovky před příjezdějící vozidlo, si mnozí ani nevšimnou. Právě proto Dopravní podnik města Brna představil kampaň Nebuď jako zombie. Jejím cílem je zvýšit pozornost chodců v místech, kde vstupují do silnice či přecházejí tramvajovou trať. Na chodníku je nastříkaný obrázek postavy se skloněnou hlavou, jak hledí do mobilního telefonu.

ČTK

INZERCE

Práce - nabídka

Bezpečnostní pracovník (M/Ž)
JE Dukovany

Mzda 139 - 165 Kč/h

Pomůžeme zajistit zbrojní průkaz

Nástup IHNEDE

800 111 112 **m2c**

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



Krátce

Daňová svoboda už 17. června

Den daňové svobody připadá letos podle výpočtů Liberálního institutu na 17. června, loni to bylo 25. června. Češi tak budou letos na stát pracovat 167 dní, tedy o osm dní méně

než loni. Jako den daňové svobody se označuje pomyslný okamžik, od kterého jde veškerá mzda na konto občana. Do té doby jeho příjem připadá státu.

Letiště nabírá

Letiště Praha chce odbavit dvojnásobek cestujících

proti roku 2021. Shání až 200 zaměstnanců a desítky dalších na brigády. Shání tu pracovníky bezpečnostní kontroly, pracovníky odbavení cestujících a pracovníky nakládky a vykládky letadel. Pro mnoho zájemců je atraktivní nabídka zkrácených a flexibilních úvazků. **ČTK**



metro

NEZAPOMEŇTE, JSME I ONLINE. METRO.CZ



PREMIUM KUPÓÓÓÓÓN

KNIHY DOBROVSKÝ

Sleva 200 Kč
při nákupu nad 1000 Kč

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

Portmonka VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

Telefon s OLED displejem

Dostupný smartphone zaujme elegancí, nízkou hmotností i výkonností.

Displej telefonu HONOR 50 vás díky svému špičkovému obrazu naprosto vtáhne do všeho, co právě sledujete.

Jeho nezaměnitelné kouzlo spočívá v moderních tech-

nologiích, které mu dodávají neuvěřitelné barvy a zajišťují, že nabídne optimální obraz z jakéhokoliv úhlu.

Další předností je velikost displeje 6,57 palce a neobvyklé rozlišení 2340 x 1080, díky kterému budete mít krásně jemný obraz.

Displej společně s elegantním tělem vytvářejí kombinaci, z níž nebudete moci spustit svůj zrak.

O vysoký výkon chytrého telefonu HONOR 50 se postará osmijádrový procesor na

frekvenci 2,4 GHz, podpořený 6 GB operační pamětí. Díky tomu si na 6,57palcovém displeji vychutnáte grafický festival i v náročných hrách, a ani více spuštěných aplikací naráz nepředstavuje pro výkonnost smartphonu vůbec žádný problém.

Všechna vaše data lze ukládat do vnitřní úložné paměti telefonu HONOR 50 o přepychově vysoké kapacitě 128 GB. To vám poskytne dostatek důležitého prostoru pro vaše kontakty, aplikace,

fotografie, hudbu, videa i rozmanité hry.

Je však potřeba pamatovat na to, že určitou část kapacity telefonu si pro svou činnost vždy zabírá také operační systém.

Důležitou roli při výběru telefonu hraje také celková hmotnost, která v případě nadčasového telefonu HONOR 50 činí 175 gramů. Telefon HONOR 50 5G pořídíte v internetovém obchodu Mironet.cz za skvělou cenu 8014 korun.

MIRONET
Výkonný telefon,
bezkonkurenční cena

8.014,-

HONOR 50
128GB 5G

www.mironet.cz

Bez starostí. Automatické zavlažování zahrad

S GARDENA zavlažovacím počítačem Flex je možné řídit zavlažování na balkonech, střešních terasách, dvorech a dalších místech flexibilně a velmi snadno.

Provoz zajišťuje baterie; zavlažovací počítač lze přímo připojit na vodovodní kohoutek a snadno ovládat pomocí moderního vnějšího otočného prvku pro výběr dat a potvrzovací tlačítka. Snadno

čitelný LC displej přehledně zobrazuje veškerá nastavení.

Řídicí jednotku odolnou vůči povětrnostním vlivům lze odejmout.

Pomocí zavlažovacího počítače Flex lze nastavit časy zavlažování v cyklech sekund, takže je ideální použít je pro kapkový zavlažovací systém. Tento zavlažovací počítač je možné kombinovat s GARDENA čidlem půdní vlhkosti.

Použitím GARDENA zavlažovacího počítače bude vaše zahrada spolehlivě a pohodlně zavlažována naprosto bez starostí – dokonce i tehdy, když nebudete doma.

Získáte tím více volného času, budete mít svěží zelený trávník a také krásné zdravé rostliny.

Pokud se bude automatický zavlažovací systém spouštět brzy ráno nebo večer, od-

paří se méně vody. Šetří to peníze a zajišťuje cílené a optimalizované zavlažování.

Nastavení zavlažovacího počítače se provádí snadno pomocí inovativního externího otočného prvku pro výběr dat a potvrzovací tlačítka, které se jednoduše ovládají stisknutím a otáčením.

Díky přehlednému LC displeji snadno naleznete všechna důležitá nastavení. Ovláda-

cí jednotka je odolná vůči povětrnostním vlivům. Lze ji velmi snadno odejmout a pohodlně tak nastavit automatické funkce zavlažování.

Díky chytrému volitelnému zámku je možné zabránit neúmyslnému přenastavení naplánovaných funkcí.

Zavlažovací počítač Gardena Flex pořídíte v internetovém obchodu Mironet.cz za pouhých 869 korun.



Noc na Karlštejně opět na scéně

Originální verze oblíbeného muzikálu Noc na Karlštejně v produkci herečky Kateřiny Brožové bude mít premiéru 24. června na Občanské plovárně. V hlavních rolích se kromě Brožové představí také Monika Absolonová, Petr Štěpánek, Sabina Laurinová, Marek Vašut a další.

„S rolí Elišky v tomto krásném muzikálu jsem strávila několik let a těší mě, že si ji opět zahraji,“ sdělila Monika Absolonová. MARTIN J. POLÁK

Golf. Kniha o jeho vývoji

Sport gentlemanů pocházející ze Skotska má svou oblibu také u nás. Kniha Český golf od publicisty a historika Andreje Halády mapuje historii a rozvoj golfu od roku 1990 až do současnosti.

Publikace čtenářům představí například charakteristiku stovky nově vzniklých hřišť, sociologické složení golfistů, problematiku klubů, spor-

ovní turnaje nebo ekonomické srovnání s Evropou. Texty doplňuje také 900 fotografií.

Kniha je určena nejen pro fanoušky a hráče golfu. „Krásně shrnutá historie třiceti let našeho sportu a filozofie. Český golf si takovou práci zaslouží a potřebuje,“ popisuje své první dojmy z knihy bývalý prezident České golfové federace Zdeněk Kodejš.

Byla odhalena nechirurgická metoda, která je neocenitelná když trpíte na **vbočené palce, kuří oka a oděninny!**

Získejte zpět krásná a upravená chodidla V POUHÝCH 14 DNECH

Trápí vás vbočený palec? Je těžké vybrat boty kvůli křivému palci? Bolest a nepohodlí překážejí vašim každodenním povinnostem? **Nedovolte, aby se vbočené prsty stále zvětšovaly!**



Seznamte se se separátorem nové generace vyvinutým odborníky. Jeho fenomén spočívá v unikátním mechanismu, který tlačí na **vbočený palec** patřičnou silou a absorbuje tlak vyvíjený na degenerovaný kloub palce nohy.

Podle uživatelů jde o pravděpodobně nejúčinnější způsob na vbočené prsty, jaký byl kdy vymyšlen. **Separátor je navržen tak, aby zmírňoval bolest a nepohodlí doprovázející vbočený palec.** Díky němu máte šanci získat zpět kondici a zdravý vzhled chodidel v rekordním čase.

Zapomeňte na invazivní metody!

Díky Separatoe si můžete užívat krásných a plně funkčních chodidel bez nákladných a časově náročných metod. Levně, efektivně a rychle, objednejte ještě dnes!

„Stačilo 9 dní aby bolest, stud a vbočený palec zmizely po mnoha letech trápení! Tohle je absolutní HIT!“
Hanka, Brno

„Je úžasné, že díky Separatoe prakticky všechny problémy s levou nohou zmizely během 2 týdnů. Pohybují prsty normálně, nemám žádnou poruchu citu, otok na palci je pryč a prst se sám narovnal. Teď mám krásné chodidla!“
Marie, Praha

„Již první den jsem pocítil výraznou úlevu při chůzi. Vyčnávající kost se začala zmenšovat a prst se vrátil na své místo.“
Karel, Olomouc

Jak obdžet revoluční Separatoe?

Pospěšte si a budete jedním z prvních **100 lidí**, kteří získají Separatoe nové generace pro vbočené prsty zcela **ZDARMA!**

Zavolejte: 234 076 021

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

Nabídka trvá do **21. května 2022**

Stojí za to si pospíšet - **POČET VOLNÝCH BALÍČKŮ JE OMEZENÝ!** Rozhoduje pořadí přihlášek!

Krátkce

Ptáčková za Svitka

Novou trenérkou českých reprezentačních basketbalistek se stala Romana Ptáčková. Pětapadesátiletá trenérka ligového Hradce Králové nahradila ve funkci dosavadního kouče Štefana Svitka. Tým převezme už pro jarní část přípravy.

Můžou zasedat

Ruští členové Mezinárodního olympijského výboru (MOV) se mohou navzdory invazi na Ukrajinu

zúčastnit zasedání výkonného výboru v tomto týdnu. Zatímco pro ruské sportovce MOV vydal doporučení vyloučit je ze šampionátů a většina federací k tomu přistoupila, pro funkcionáře zákaz neplatí, protože nejsou reprezentanty své země.

Sparta se vrátí

Hokejisté Sparty se představí v prosinci na Spenglerově poháru. Ve švýcarském Davosu si Pražané zahrají poprvé od roku 2010. **ČTK**

Hejnová se chystá na roli maminky

Úspěšná česká běžkyně už se na dráhu nevrátí.



Zuzana Hejnová MAFRA

Dvojnásobná mistryně světa v běhu na 400 metrů překážek Zuzana Hejnová končí kvůli těhotenství kariéru. Bronzová olympijská medailistka z Londýna se v poslední době potýkala se zdravotními problémy, nezávodila téměř dva roky.

S fanoušky se rozloučí na Zlaté třetě 31. května v Ostravě. „Moje atletická kariéra se nachýlila ke konci, protože s přítelem Markem Zúberem čekáme miminko. Už by to šlo těžko skrývat, tak jdeme s pravdou ven,“ uvedla pětaticetiletá Hejnová, jedna z nejúspěšnějších českých atletek poslední dekády.

„Mám za sebou skvělou kariéru, jsem vděčná za všech-

no, co se mi povedlo i nepovedlo, a ze srdce děkuju všem, kteří mě podporovali a podporují. Teď se těším na novou roli a na nového šampiona... Všechno probíhá dobře, jen mi roste břicho, a už se nevejdu do džín,“ dodala Hejnová pro média.

Naposledy závodila 8. září 2020 na Zlaté třetě, kde běžela 300 metrů překážek. Právě

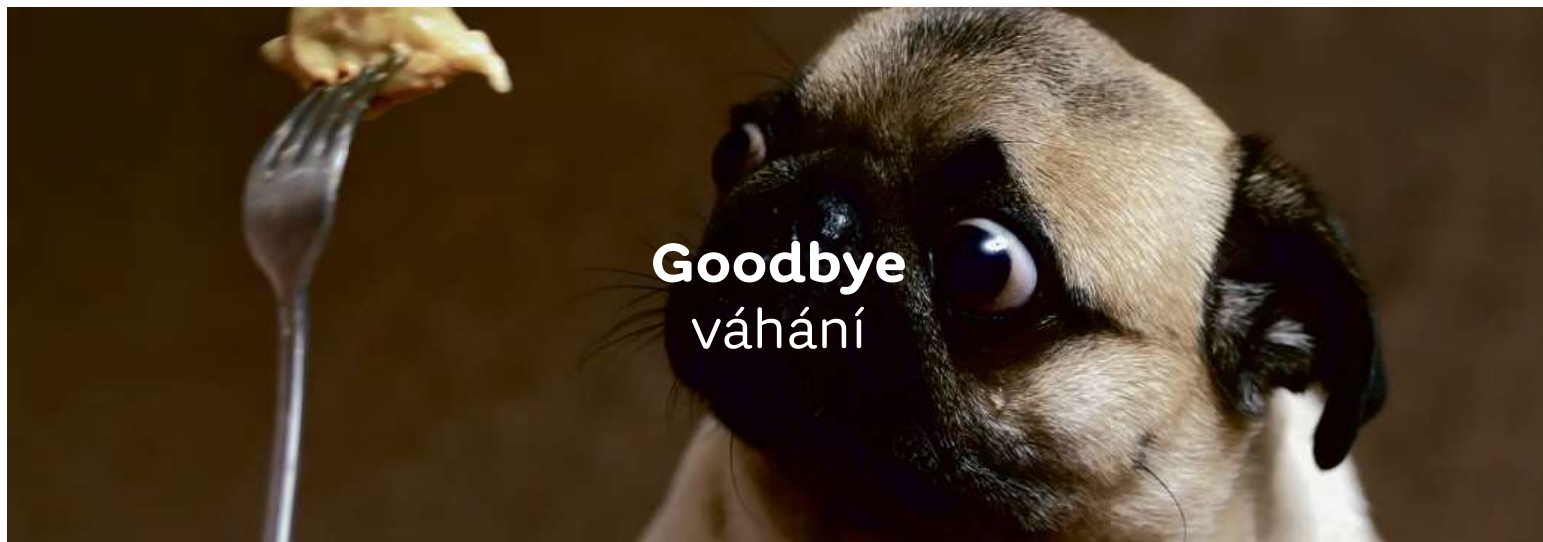
prestižní ostravský mítink si vybrala jako místo oficiální rozlučky. „Chtěla jsem se loučit na stadionu před českými diváky,“ řekla Hejnová. „Ten konec jsem si asi nepředstavovala takhle, že už se neproběhnu. Ale samozřejmě z toho, co nás čeká, mám velkou radost. Teď nás už čeká úplně jiný život,“ dodala někdejší dorostenecká mistryně světa. Dvojnásobná vítězka ankety Sportovec roku ČR a držitelka tří ocenění pro nejlepší českou atletku na letošek tak jako tak plánovala rozlučkovou sezonu s přáním udělat v ideálním případě tečku za závodní kariérou na mistrovství Evropy v Mnichově. Dlouhodobě se ale nemohla doplnit přípravou kvůli problémům s achilovkou, které ji stály i účast na loňských OH v Tokiu. Začátkem tohoto roku podstoupila operaci výrůstku na patě, který na šlachu tlačil. **ČTK**

Pohár. Slovácko chce trofej, v cestě je Sparta

Fotbalisté Slovácka a Sparty se dnes od 17 hodin v Úherském Hradišti utkají ve finále domácího poháru MOL Cupu. Zápas se měl původně hrát už před 14 dny, ale kvůli silnému dešti a nezpůsobilému terénu byl odložen. Moravský tým bude na třetí pokus usilovat o premiérový triumf

v soutěži, naopak Pražané by osmým pohárovým vítězstvím vylepšili vlastní rekord v samostatné historii. Vítěz MOL Cupu si zajistí účast ve 3. předkole Evropské konferenční ligy a za určitých okolností může poskočit až do 3. předkola kvalitnější Evropské ligy. **ČTK**

INZERCE



Hello půjčka
s bonusem pro každého

- Pro nové půjčky i konsolidace.
- Nabídka platí do 30. 6. 2022.

hellobank.cz | 800 900 030



Banka pro vaše nákupy

Poskytovatelem Hello půjčky je banka BNP Paribas Personal Finance, která v ČR používá obchodní značku Hello bank!

Rakousko. Šokující ztráta s outsiderem

Ve včerejším utkání skupiny B na mistrovství světa ve Finsku dlouho vedl český tým nad Rakouskem nejtěsnějším rozdílem. Už v 18. minutě dal první gól na turnaji kapitán Roman Červenka. Další branky v Tampere nepadaly, ovšem v poslední minutě se podařilo Rakušanům vyrovnat po trefě Briana Leblera. Zápas dospěl až do samostatných nájezdů, kde byl jediným úspěšným střelcem Peter Schneider, nikdo z Čechů se neprosadil. Jde vůbec o první porážku České republiky na MS s Rakouskem. Poprvé hrál bek Michal Kempný, další posily dorazí. **PUR**

1

Česko

2n

Rakousko

Branky: 18. Červenka - 60. Lebler, rozhodující nájezd Schneider.

Pastrňák Čechy posílí, dorazit by měl i Kämpf

Z dějiště mistrovství světa odletěl Dominik Simon.

Ta zpráva včera hokejovým světem pořádně zarezonovala. České hokejisty posílí na světovém šampionátu ve Finsku útočník David Pastrňák z Bostonu a pravděpodobně i David Kämpf z Toronta. Uvedl to generální manažer týmu Petr Nedvěd.

Na turnaji naopak dohrál jiný útočník Dominik Simon, který již kvůli osobním důvodům odcestoval z dějiště turnaje. Ohledně zdravotního stavu brankáře Lukáše Dostála neposkytl tým žádné nové informace.

„Bylo to docela jednoduché, zájem reprezentovat měli oba dva. Jen tam byl pro nás samozřejmě trochu strášák u Pasty, úplně stoprocent-



Pastrňák v roce 2017 MAFRA



Kämpf v dresu Toronto AP

ní zdravotně nebyl, takže jsme neměli úplnou jistotu, jestli u doktorů na výstupní prohlídce projde. Ale podle toho, jak hrál v play-off, bylo evidentní, že ho to moc nelimituje a jeho stav se sto procentům blíží. Nakonec se to podařilo. Všichni vnímáme velice pozitivně, že kluci dorazí,“ uvedl Nedvěd.

Brzy šestadvacetiletého Pastrňáka čeká čtvrtý světový

šampionát v kariéře. Představil se na turnajích v letech 2016 až 2018.

Pokud vše půjde podle plánu, dnes by měl Pastrňák s týmem trénovat a mohl by nastoupit do zítřejšího zápasu proti Lotyšsku. „Uvidíme po přiletu, nemá cenu něco úspěchat, rozhodnout se musí v první řadě trenéři a Pasta,“ nechtěl Nedvěd předbít. Nabízí se Pastrňákovu spoje-

Červenka má šanci

Kapitán české hokejové reprezentace Roman Červenka patří mezi pěti aspirantů na cenu za celoživotní přínos, kterou uděluje Evropská asociace hokejových klubů.

- O držiteli The Warrior Career Excellence Award rozhodují v hlasování fanoušci na oficiálním webu asociace.

ní s bývalým partákem z Bostonu Davidem Krejčím.

Na soupisce národního týmu zůstává poslední volné místo, které by měl podle Nedvěda zaplnit s největší pravděpodobností David Kämpf. Ten by měl dorazit zítra.

Na soupisku dosud nebyli zapsaní útočníci Petr Kodýtek s Petrem Holíkem, zatím zůstávají s týmem, než dorazí ohlášené posily. **ČTK**

INZERCE



DNEŠNÍ PORÁŽKY DĚLAJÍ BUDOUCÍ VÍTĚZE.

Padnout můžeme, vstát musíme.
Jsme hrdým hokejovým národem
a dál věříme v úspěch.



Oficiální partner

KONEČNĚ POZNÁTE CELOU RODINU

CO JSME KOMU VŠICHNI UDĚLALI?

REŽIE
PHILIPPE DE CHAUVERON

Sarah & Isaac
Benichou

Moktaria & Mohamed
Benassem

Xhu & Dong
Ling

Madeleine & André
Koffi



Odile & David

Isabelle & Rachid

Marie & Claude

Ségolène & Chao

Laure & Charles

CHRISTIAN CLAVIER

CHANTAL LAUBY

V KINECH OD 19. KVĚTNA