

metro



Černého kontroverzní „spitfiry“ už zdobí Máj

Dvě plastiky **umělce Davida Černého** složené z trupů stíhaček Spitfire a motýlích křídel začali o víkendu dělníci po celodenních přípravách **připevňovat na fasádu** pražského obchodního domu Máj. Podle Černého je dílo **poctou československým stíhacím pilotům**, kteří sloužili v britském letectvu. **Památkáři s ním ale mají problém.** **STRANA 5**

Irsko je spojené nejen s whiskey

Země s velkou historií, neopakovatelnou atmosférou, nezaměnitelnou krajinou a přívětivostí místního obyvatelstva. Co všechno dala světu? Třeba folklorní tance, oslavy sv. Patrika, neobvyklou kávu i psa o velikosti malého koně.

STRANY 2, 3

Kultovní Pulp Fiction slaví

Americký režisér Quentin Tarantino začátkem 90. let minulého století vnesl do tehdejší hollywoodské produkce svěží vítr. Do pozice hvězdy první velikosti jej vynesl film Pulp Fiction: Historky z podsvětí, který měl premiéru 21. května 1994.

STRANA 4

Knihy, které stojí za to

Nevíte, jakou knihu si pořídit na jarní večery? Co třeba novinku krále severské krimi Joa Nesboho? Jeho Noční dům vypráví o 14letém Richardovi, kterému se lépe smůla na paty. A chcete-li se dozvědět něco o fenoménu drog v české historii, i pro vás máme tip.

STRANA 9

Sparta obhájila fotbalový titul

Po dlouhých 23 letech se pražské Spartě podařilo obhájit titul fotbalového ligového mistra. Po sobotním vítězství v Boleslavi už jí v posledním kolem nemůže největší rival Slavia v tabulce předejít. Co na úspěch říkají hráči nebo trenér Brian Priske?

STRANA 16

IRSKO. CO VŠECHNO PŘIN

Země s velkou historií, neopakovatelnou atmosférou, nezaměnitelnou krajinou a přívětivostí místního obyvatelstva. To je jen několik málo charakteristických frází pro stát, který na mapě najdeme na jednom z britských ostrovů - Irsko.

Irská republika má za sebou historii protkanou dramatickými momenty a její národ je na svou minulost náležitě hrdý. Slavný národ dal světu mnoho proslulých a ikonických fenoménů. Jaké to jsou? Přečtěte si v následujícím přehledu.

Tanec a hudba

Jedna z nejvíce signifikantních věcí pro Irsko je místní folklor a místní tance. Tradiční setové tance jako Step dancing, céilí a seán nos si získaly popularitu nejen na britských ostrovech, ale téměř po celém světě, a to díky své živelnosti a schopnosti vtáhnout diváka do atmosféry. Mezi nejpoblárnější soubory patří Riverdance nebo

Lord Of The Dance. S taneční tradicí souvisí také místní hudba, která nezapře svůj keltský původ. Tato hudba pocházející z venkova, našla místo ve velkých a slavných koncertních sálech světových metropolí.

Irská whiskey

Na co jsou Irové náležitě pyšní a považují to za svůj národní pohled, je irská whiskey. Po celé zemi najdeme místa, kde v sudech zraje alkoholický nápoj, který si vychutnávají lidé po celém světě. Pomyslným hlavním městem irské whiskey je malé vnitrozemní městečko Tullamore, jež je typickou ukázkou tradičního života irského malého města a sounáležitosti místních.



Whiskey se v městečku Tullamore vyrábí už dvě staletí.

TDW

Město o téměř patnácti tisících obyvatel je ukázkou tradičních hodnot Irska, kde se místní navzájem podporují. Od roku 1829 zde destilují slavnou Tullamore D.E.W. Whiskey zde začal připravovat Daniel Edmund Williams a zřejmě si těžko v začátcích dokázal představit, kam až se jeho whiskey dostane. Destilérka prošla nedávno obří rekonstrukcí a je zde vybudované velkorysé návštěvnické centrum. Tam se uchylují farnoušci slavného nápoje

ze všech koutů planety. Místo, kam určitě stojí za to zavítat.

Den svatého Patrika

Sedmnáctého března patří každoročně nejen v Irsku patronovi této země, svatému Patrikovi. Tento státní svátek se z ostrova rozšířil do dalších zemí a největší oblibu lze zaznamenat v USA, ale i Evropě. Irsko se v Den svatého Patrika obarví do zelena, města uzavřou svá centra a započne celodenní veselí. Misionář Patrik působil v Irsku před více

INZERCE



Portmonka
ZJEDNODUŠ SI NAKUPOVÁNÍ

VŠECHNY
LETÁKY POD
PALCEM

Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play

www.mojeportmonka.cz



PRO ZÍSKÁNÍ
APLIKACE
NASKENUJTE
QR KÓD

ESLA TATO MALÁ ZEMĚ SVĚTU?

než patnácti sty lety, na dalším symbolu země, jetelovém trojlístku, vysvětloval místním svatou trojicí. V den jeho úmrtí si lidé po celé zemi připomínají jeho odkaz. Jedná se o jeden z nejpobulárnějších státních svátků země.

Irská káva

Úplně stejně jako k Itálii patří příprava tradičního espressa, pro Iry je příznačná jejich irská káva. Příprava tohoto nápoje se rozšířila po celém světě. Vznik nápoje se datuje k roku 1943 a přístavnímu městu Foynes. Podle dostupných informací nápoj vznikl víceméně náhodně. V místní kavárně přivítala zdejší obsluha cestující letecké společnosti Pan Am, kteří museli kvůli špatnému počasí zůstat v Irsku o trochu déle, než plánovali. Protože chtěl kavárník své hosty něčím povzbudit, nalil jim do kávy tradiční irskou whiskey. Nový fenomén byl na světě.

Nápoj se nejdříve rozšířil do Spojených států, konkrétně do San Franciska. A co vše patří do nefalšované irské kávy? Jde o klasickou filtrovanou kávu, irskou whiskey, třtinový cukr, třicetiprocentní smetanu na povrchu nápoje.

Irština

Ihned potom, co přiletíte na letiště v Dublinu, všimnete si zvláštních nápisů na informačních tabulích. Pod anglickými popisky se totiž v závorkách objevují zcela jiné nápisy. Jde o tradiční irštinu, která je sice v rámci používání na ostrovech v menšině, ale je pořád úředním jazykem. Takzvaná irská gaelština nemá s angličtinou nic společného, a pokud jazyk neznáte, nebudete rozumět prakticky ničemu. Irská vláda se v posledních letech snaží tento tradiční jazyk podporovat, jak se dá. Objevuje se tedy ve škol-

ních osnovách, slyšet je ve státní televizi a rozhlasu.

Pro cestovatele, kteří zavítají například do oblasti Gaeltacht, vzniká však problém v komunikaci. Jedná se totiž o místa, kde je místními jazyk používán nejvíce a celosvětově známou angličtinu zde prakticky nepoužívají. Zajímavostí je, že v irštině neexistují samostatné výrazy pro ano a ne.

Irský vlkodav

Irský vlkodav patří mezi nejvyšší psí plemena. Do Irska přišel pravděpodobně s Kelty a jeho původní úloha ve spo-



Irský vlkodav je skutečně pořádný kus psa, který v kohoutku měří okolo 85 centimetrů.

PROFIMEDIA

INZERCE

Značka

Miluji, když má moje pokožka bronzový nádech⁶⁶

SUNDANCE
Teint
samoopalovací pěna
200 ml

149 Kč

74,50 Kč za 100 ml

DLOUHODOBÁ CENA
od 04.02.2022 149 Kč

SUNDANCE
rukavice pro snadné a rovnoměrné nanášení samoopalovacích prostředků
1 ks

109 Kč

DLOUHODOBÁ CENA
od 24.02.2022 109 Kč

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Moje dm-app
dm.cz

lečnosti byla chytání a zabíjení vlků, o čemž napovídá jeho jméno. V Irsku je dodnes toto plemeno velmi rozšířené, a i když jeho historie, a možná občas i vzhled, dokáže vyvolat respekt, jedná se o velmi přátelské a přítulné mazlíčky.

V minulosti to ale rasa neměla v Irsku jednoduché. Kvůli vyhnutí vlků o plemeno přestal být zájem, a dokonce se v jednu dobu jednalo o nedostatkové zboží na poli poptávky o psy. V roce 1860 se ale kapitán George Graham zasadil o obnovu chovatelství této ušlechtilé rasy. První irský vlkodav se na území Československa dostal až v roce 1975. Od té doby zde má mnoho fanoušků a chovatelskou základnu. **MET**

ZAJÍMAVOSTI

Povrch Irska je převážně nížinatý, zejména pak v centrálních oblastech.

- Hornatiny se vyskytují v blízkosti pobřeží. Nejvyšším vrcholem je Carrauntoohil s 1041 m n. m. v pohoří Macgillycuddy's Reeks. **MET**

Z mazlíčků jsou škůdci. Tokio bojuje s mývaly

Japonské hlavní město už vyhrálo bitvu, která měla za cíl dostat pod kontrolu populaci obřích, hladových vran. Nyní se ale tokijské úřady pustily do mnohem tvrdšího oríšku: do další zvířecí hrozby v podobě mývalů severních, napsal zpravodajský server The Guardian.

Počet mývalů odchycených každý rok v Tokiu se během posledního desetiletí zvýšil pětinašobně, uvádějí zprávy médií. Výskyt mývalů vyvolává obavy ze škod, které tato zvířata páchají na místním

ekosystému. Městské úřady v západním Tokiu proto nechaly rozmístit pasti a zavedly horké linky pro obyvatele, kteří si všimnou škod na plodinách nebo uvidí, jak se jim medvědíček mýval krade do domu. Tito všežravci nejsou v Japonsku původním druhem. Patří mezi 156 invazivních živočichů, mezi nimiž je například i okounek černý, ohniví mravenci či kajmanky dravé. Populace mývalů se v zemi rozrostla z jedinců, kteří byli původně chováni jako domácí mazlíčci a jejich

majitelé se jich snažili zbavit v západním Tokiu proto nechaly rozmístit pasti a zavedly horké linky pro obyvatele, kteří si všimnou škod na plodinách nebo uvidí, jak se jim medvědíček mýval krade do domu. Tito všežravci nejsou v Japonsku původním druhem. Patří mezi 156 invazivních živočichů, mezi nimiž je například i okounek černý, ohniví mravenci či kajmanky dravé. Populace mývalů se v zemi rozrostla z jedinců, kteří byli původně chováni jako domácí mazlíčci a jejich

majitelé se jich snažili zbavit v západním Tokiu proto nechaly rozmístit pasti a zavedly horké linky pro obyvatele, kteří si všimnou škod na plodinách nebo uvidí, jak se jim medvědíček mýval krade do domu. Tito všežravci nejsou v Japonsku původním druhem. Patří mezi 156 invazivních živočichů, mezi nimiž je například i okounek černý, ohniví mravenci či kajmanky dravé. Populace mývalů se v zemi rozrostla z jedinců, kteří byli původně chováni jako domácí mazlíčci a jejich

vatelé věří, že nosí štěstí. Invazivní mývalové žijí převážně v kopcovitých oblastech na západním okraji Tokia, kde způsobují značné škody na úrodě.

Místní úřady se potýkají s těžkým úkolem udržet počet mývalů pod kontrolou: tato zvířata se nejen rychle množí, už jsou jich tisíce, ale také se rychle přizpůsobují neznámému prostředí.

Šíření těchto zvířat se odráží ve spoušti, kterou způsobují ve venkovských oblastech, kde ve fiskálním roce

2022 napáchali škody za 450 milionů jenů (65,7 milionu korun), uvedlo ministerstvo zemědělství a dodalo, že nejčastějším cílem bylo ovoce a zelenina a hospodářská zvířata. Zdá se, že dosud zavedená opatření měla jen malý účinek. „Naše pasti jsou občas rozbité, protože i mývalové zoufale touží po životě. Ve skutečnosti se jich chytí jen zlomek, takže nejsme schopni postihnout jejich celkový výskyt,“ řekl novinářům jeden z tokijských úředníků. **ČTK**

Třicet let od premiéry kultovního Pulp Fiction

Nesmrtelná absurdní gangsterka.

Americký režisér Quentin Tarantino proslul jako drsný a černohumorný vypravěč, který začátkem 90. let minulého století vnesl do tehdejší hollywoodské produkce svěží vítr. Do pozice hvězdy první velikosti jej vynesl film Pulp Fiction: Historiky z podsvětí, který měl premiéru 21. května 1994 na festivalu v Cannes a v němž vzdal Tarantino hold brakovým příběhům.

Pulp Fiction získal třeba Oscara za scénář. Absurdní gangsterka má status kultovního snímku. Některé scény, jako například svérázný výklad Vincenta hraného Johnem Travoltou o rozdílích mezi Evropou a Amerikou nebo biblické kázání pronášené dalším zabijákem Julesem v podání Samuela L. Jacksona,

se zařadily do zlatého fondu filmových „hlášek“. Výrazný podíl na tom, že se Tarantinův film stal jedním z mezníků kinematografie, měla ovšem i jeho netradiční forma. Navzájem propletené, navenek nesusouvisející příběhy vyprávěl Tarantino napřeskáčku, a divák si tak až zpětně mohl

všechno dát dohromady. Jen málokomu se to ovšem podařilo napoprvé – Pulp Fiction je zkrátka potřeba vidět několikrát. Na jednu věc ale ani opakovaně zhlédnutí filmu nedá odpověď: co je zlatě zářící věc v kuffíku, kterého se Vincent s Julesem od-

mítají vzdát během přepadení restaurace. A nikdy to neprozradil ani Tarantino. Tenhle samouk z videopůjčovny, který nikdy nestudoval školy, ale filmem byl posedlý odmalíčka, přivedl na plátno sympatické mizery už svou celovečerní prvotinou Gauneři z roku 1992. A v Pulp Fiction v tom

pokračoval, dobová kritika ovšem měla trochu problémy vyrovnat se s brutalitou, přívalem sprostých slov nebo cynismem postav, které byly do té doby spíš doménou běčkových kriminálek a gangsterských filmů. Tarantino je ale uvedl do hollywoodského mainstreamu. **ČTK**



John Travolta a Samuel L. Jackson v jedné z nejslavnějších scén filmu Pulp Fiction, který natočil jeden z nejuznávanějších režisérů na světě – Quentin Tarantino. PROFIMEDIA

INZERCE

Pomáhá tajemství švýcarských oftalmologů **ZAOSTŘÍT ZRAK** na krátko a do dálky lépe než laserová operace?

Pokud trpíte krátkozrakostí nebo dalekozrakostí a myslíte si, že jste odsouzeni k neustálému prohlubování vady, mylíte se. Pokud si myslíte, že nosit brýle ve vašem věku je normální, jste na omylu.

Přední odborník na regeneraci očí odhaluje tajemství nechirurgického zlepšení zraku. „Většina zrakových vad je způsobena ztuhlými a degenerovanými svaly, které řídí pohyb čoček. Metoda vědců ze Švýcarska spočívá v nenáročném stimulaci svalů pro intenzivní regeneraci. Studie prokázaly, že zlepšil zrak tisícům lidí, kteří byli tradičními specialisty odsouzeni k nebezpečným laserovým operacím“.

Zde je důvod, proč prof. Hochstein dostává nespočet díky z různých částí světa od lidí, kteří už dávno ztratili naději na ostré a jasné vidění a zlepšili si zrak používáním optiregeneračních brýlí.

„Zpravidla jsem skeptická ale když jsem viděla výsledky výzkumu optiregeneračních brýlí, rozhodla jsem se to zkusit. Z odborného tisku je známo, že pravidelná stimulace svalů oční bulvy zlepšuje ostrost vidění na blízko a dálku. Po 4 týdnech jejich používání jsem začala číst nejmenší tisk z oftalmologické tabulky. Někdo říká, že je to zážrak, já říkám, že je to věda“.

- Jiřina D., 53 L, Praha, optický technik

„Strávím hodiny před počítačem, což mi způsobilo syndrom suchého oka, pálení, bolesti očí a hlavy. Díky pravidelnému používání optiregeneračních brýlí bolest nadobro zmizela a můj zrak se zlepšil“.

- Kristína R., 37 L, Ostrava, účetní

„Více než 30 let jsem měl zhoršující se krátkozrakost. O účinnosti této metody mě přesvědčil až experiment na vlastní kůži. Za pouhý 1 měsíc se mi zlepšil zrak o 3 dioptrie. Teď můžu kuitit i se slabým světlem garážové lampy“.

- Petr R., 61 let, Olomouc, elektrikář



Objevte a uvidíte, jak rychle zlepšíte váš ZRAK!

Již dnes stojíte před důležitou volbou, která může změnit váš život: **NEBO**

ZDARMA PROMO AKCE PRO PRVNÍCH 20 čtenářů tohoto čísla.

Neděláte nic. Necháváte, aby vám prohlubující se zraková vada dál ničila život.

Zavolejte na horkou linku:

555 441 810

a získáte 1 pár optiregeneračních brýlí v hodnotě ~~1139 Kč~~ zcela **ZDARMA!**

V případě obsazené linky volejte, dokud se nedovoláte. Provoz horké linky: Po-pá 8:00-20:00, so-ne 9:00-18:00.



reiterman

OBCHODNÍ CENTRUM - Seifertova 4, Jihlava

OTEVÍRACÍ DOBA:
Po-Pá 8.00-18.00 / So 8.00-12.00
Platnost akce do 12.6. a do vyprodání zásob.

AKCE KVĚTEN

Roundup Express 6h - 1,2 l
rozprašovač



Flexi 280 ml koncentrát
249 399

249 399

TRVALE NÍZKÁ CENA



Ucho vepřové sušené

Cena při odběru po 10 ks s kartou **VIP**

Cena bez karty **VIP**
21⁹⁰ /ks 35

19⁹⁰ 35

Stínící tkanina šedá š. 1,5 m
150g/m², 1m



100 cm
39 59
180 cm
54⁹⁰ 75

49 69

AKCE



BROS prášek 250 g
proti mravcům

89⁹⁰ 129

Vítr se zklidnil a motýl vzlétl

Deset hodin čekání. Pětiapůltunovému motýlovi hrozil nekoordinovaný let.

Praha v sobotu zažila nečekanou podívanou. Lidé, kteří mířili k Národní třídě vstoupit do běžně nepřístupných domů a užít si výjimečné výhledy na město z jejich střech v rámci Open House Praha, měli skvělou příležitost svůj program ještě zpestřit. Pokud byli trpěliví, mohli vidět i let motýla, který váží pět a půl tuny, nad střechou zrekonstruovaného obchodního domu Máj. Jeho autorem je umělec David Černý, který několik desítek let vytváří díla, jež budí velkou pozornost. A nejinak tomu je i u dvou motýlů, kteří zamířili na fasádu legendárního pražského obchodníku.

Než však jeden z nich mohl přes střechu Máje vystoupat, aby se dostal na místo svého přistání ve Spálené ulici, trvalo to přibližně deset hodin. Dělníci a horolezci nemohli s obří plastikou hnout ani o centimetr. Kvůli porvům větru. „Má teď devět metrů za vteřinu, potřebujeme alespoň pět,“ řekl jeden z mužů s vysílačkou a lanem, které drželo motýla-letadlo bezpečně u země. Hrozilo totiž, že dílo nad střechou obchodního domu by jeho kolegové nemuseli kvůli porvům větru udržet.

Dílo dvou motýlů, které mají trup letadla Spitfire, jejichž křídla mávají a svítí, přineslo kritiku. Například od Národního památkového ústavu. Kritici tvrdí, že Černý okupuje veřejný prostor za soukromé peníze. Sám umělec ale taková slova odmítá. Tvrdí, že Prahu nelze konzervovat, město má přijímat další nové umění. **MAREK PEŠKA**



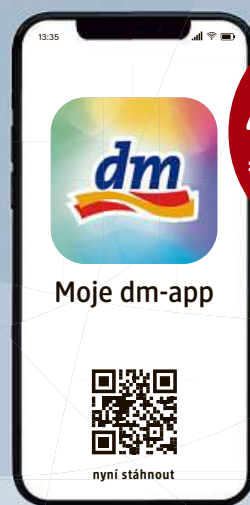
Několik hodin visel motýl Davida Černého na lanec jeřábu u země. Show přišla až k večeru. To se plastika vznesla nad střechu OD Máj.



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*

* 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. Sběrání a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, včetně obalů, na poštovní koženou 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 JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI



Motýl se odrazil z fasád protějšního domu. Práci horolezců, kteří obří objekt poutali na fasádu z lan, pozoroval i Černý. 5x METRO

IDE O SYMBOL, TVRDÍ ČERNÝ. PODLE PAMÁTKÁŘŮ MU IDE JEN O HUMBUK, NIKOLI O UMĚNÍ

Podobná řešení – umělecká díla umístěná na fasádách městských objektů, jsou k vidění také v dalších evropských a světových metropolích, jako je Londýn, Madrid, Melbourne, New York, Paříž, Berlín, Dublin, Portland a mnohé další. A také v českých městech – kromě Prahy například v Olomouci či Brně.

- Motýli s trupem slavného letadla Spitfire podle majitele obchodního domu Máj oslavují československé stíhací piloty, hrdiny, kteří během 2. světové

války sloužili u operačních perutí RAF. V chodníku před Májem je vsazeno 359 drobných siluet stíhacích letounů vytvořených z dlažebních kostek, protože stíhačů bylo právě 359.

- „Motýli symbolizují mír, války. Spitfire je symbolem zbraně, války. Mezi mírem a válkou je tenká hranice a aktuální dění ve světě tento apel ještě umocňuje,“ vysvětluje Martin Klán, člen správní rady společnosti AMADEUS Real Estate, která budovu, jež se znovu otevře

24. června, vlastní od roku 2019.

- Techničtí pojetí trupu motýla coby trupu letounu odpovídá původní koncepci stavby OD Máj, která bývá označována za českého zástupce stylu high-tech. Stroze technickou podobu trupu zjemňují motýlí křídla organických tvarů a vnášejí do výrazu domu připomínku jeho názvu – Máj. Máj, čas lásky, čas rozkvetu nového života. Motýli symbolicky dosedají na po rekonstrukci svěží obchodní dům.

- Proti dílu vystupuje například Klub za starou Prahu nebo Národní památkový ústav. Ten s návrhem nesouhlasil, ovšem pražský magistrát ho povolil, a to na jeden rok. „V případě Máje nejde o žádné výtvarné umění, nýbrž o reklamní poustače, jejichž prozaická funkce je maskována vzcnými frázemi,“ píše v komentáři pro server iDNES.cz historik umění Jakub Potůček. A dodává: „V případě Davida Černého o žádné umění nejde už dávno. A v případě Máje to platí

dvojnásob. Developer potřebuje reklamu na nový obchodák a David Černý zase humbuk, protože jeho produkty už kromě turistů nikoho nezajímají.“

- „Malá stíhačka s obratným pilotem dokáže zažehnout oheň bitvy, která nakonec smete i velkého agresora. Butterfly Effect – efekt motýlího křídla – je teorie, která říká, že mávnutí křídlem může spustit řetězec na sebe navazujících událostí, které způsobí uragán na opačné straně planety,“ říká David Černý. **MET**

Probiotika patří do chladu

Ve střevním mikrobiomu se nachází až 80 procent imunity. Probiotika jsou tak stále vyhledávanějším zbožím, a to nejen jako kompenzace antibiotické léčby, ale i pro dlouhodobé užívání.

Výrobků, které mají podpořit náš střevní mikrobiom, je na pultech obchodů nepřehledné množství. Jenže jak se v nich vyznat a na co si dát při jejich výběru pozor? Pomůže vám následující rádce.

Pohlíďte si CFU v denní dávce

CFU je zkratka pro „colony-forming units“. Přestože název může znít trochu šroubované, udává prostě a jednoduše počet živých bakterií v denní dávce. Obvykle se tato hodnota pohybuje v jednotkách až desítkách miliard CFU. „Trochu zjednodušeně se dá říct, že silnější probiotika (více CFU v denní dávce) budou pravděpodobně lepší. Velmi kvalitní výrobky obsahují okolo 30 až 50 miliard CFU v denní dávce, vyšší koncentrace už nedává příliš smysl,“ vysvětluje Radek Netušil, který se specializuje na oblast mikrobiomu a je vedoucím výzkumu laboratoří společnosti Harmonelo.

Nejistější volbu představují probiotika na míru

Výběr vhodných probiotik je velmi komplexní problematika. Pro každého z nás jsou vhodné jiné kmeny v závislosti na tom, které nám chybí, ale hlavně jaké zdravotní pro-

blémy nás trápí. „Navíc v určitých případech mohou nevhodně zvolená probiotika být spíše na škodu. Typickým příkladem jsou lidé s histaminovou intolerancí. Některé probiotické kmeny totiž produkují histamin,“ upozorňuje Radek Netušil. Specifické problémy vyvstávají i v případě lidí s diagnózou SIBO – tedy se syndromem bakteriálního přerůstání tenkého střeva.

„Pro běžného člověka je složitější se v této problematice vyznat. My proto nabízíme službu výroby probiotik na míru. V rámci ní analyzujeme střevní mikrobiom zákazníka, shromáždíme také údaje o jeho zdravotním stavu a na základě těchto údajů připravíme probiotický mix přímo pro něj,“ popisuje odborník.

Probiotika patří do lednice

Probiotikům vadí jak horko, tak i vlhkost. Při pokojové, nebo dokonce vyšší teplotě dochází k výraznému poklesu životaschopnosti bakterií. V případě výrobků zakoupených v kamenném obchodě zákazník netuší, jak s nimi bylo do té doby zacházeno. V lepším případě byla probiotika několik týdnů nebo měsíců vystavena pokojové teplotě, v horším případě mohla zůstat v létě ve skladu s ple-



Radek Netušil, odborník na problematiku probiotik HARMONELO

chovou střechem. „Myslím si, že by bylo vhodné se zamyslet nad způsobem prodeje probiotik. Z 99 % se prodávají normálně ‚z regálu‘. Přitom je to jednoznačně produkt, který patří do lednice. My z tohoto důvodu naše živé probiotické produkty prodáváme pouze ‚napřímo‘, abychom měli pod kontrolou celou jejich cestu až k zákazníkovi,“ dodává šéf výzkumného týmu společnosti Harmonelo.

Kapsle musí chránit

Aby živé probiotické bakterie v pořádku dorazily tam, kam mají, musí mít výrobce vyřešený jejich průchod žaludkem. Právě v žaludku totiž panuje extrémně kyselé pH, které bakterie může snadno pozabíjet. „Výrobce by

proto měl použít buď tzv. enterosolventní kapsli, která ochrání bakterie při průchodu žaludkem a rozpustí se až ve střevě, nebo nějaký způsob ochranného obalení přímo bakterií. Bohužel toto bývá nejběžnější kámen úrazu,“ poukazuje Netušil. Výrobci často používají obyčejnou želatinovou kapsli nebo HPMC kapsli bez enterosolventní úpravy. Tím však své produkty částečně znehodnocují. „Doporučuji tedy hledat na obalu výrobku nějakou zmínku o tom, jak výrobce vyřešil ‚doručení‘ bakterií do střev,“ radí.

Jeden kmen většinou nestačí

Na trhu se dají sehnat výrobky, které obsahují pouze jeden jediný kmen, ale také probiotika s třiceti kmeny. Podle Netušila lepší výsledky pravděpodobněji dosáhnou produkty, v nichž je použito větší množství probiotických kmenů. Zvláště pokud vyžadujeme komplexnější účinek, jako je podpora imunity, trávení, zažívání a podobně. Avšak v určitých případech i jeden kmen může být zcela dostatečný.

„Pokud zvolíte probiotika za nějakým zcela specifickým účelem, může být malé množství kmenů dostačující. Dokonce i když bude použit jen jeden kvalitní kmen, v adekvátním množství, s podloženými účinky a bude cílit na tu oblast zdraví, kterou uživatel vyhledává, může být takový produkt užitečný,“ dodává. MET

KDO S TÍM ZAČAL

59

Termin „probiotika“ poprvé použili vědci Lilly a Stillwell před 59 lety, v roce 1965. MET

INZERCE

Kaisha hledá domov

 @billboardy_pomahaji



INSPIRACE PRO VAŠE ZDRAVÍ

SUCHÁ A DRSNÁ POKOŽKA? Konopka vše napraví!



Suchou pokožku poznáte na první pohled – nevypadá zdravě a na dotyk působí jako drsný papír. Navíc je doprovázena šupinatěním a nepříjemným pnutím, v extrémních případech i tvorbou prasklin. Se suchou pokožkou na ruce, chodidlech či jiných částech těla se můžete potýkat nejen v zimních měsících. Co ale s tím?

Konopná mast **Konopka** obsahuje pouze přírodní složky. V jejím složení s certifikací CPK bio hraje hlavní roli 50 % konopného oleje doplněného o bambucké máslo, sójový olej, včelí vosk a šalvěj. Konopka vytváří na povrchu pokožky prodyšnou ochrannou vrstvu, která brání jejímu vysušování a vzniku prasklin. Je kompatibilní s kožními lipidy, a proto hloubkově hydratuje a obnovuje přirozenou kožní bariéru. Zároveň Konopka oslabenou pokožku regeneruje a zklidňuje, právě proto je vhodná i pro atopiky a lupenkáře. Nespoléhejte se na vazelínu či jiné přípravky vyráběné z ropy, pouze Konopka kůži opravdu rozumí.



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

OPĚT IDEÁLNÍ FIGURA

Chytře na redukční dietu!

Toužíte dosáhnout ideálních křivek, ale přesto se odmítáte vzdát všech svých neřestí? Zkuste to tentokrát jinak. Prozradíme vám efektivní a osvědčený recept, jak dosáhnout své vysněné postavy.

Přiblížte se ke svému cíli díky přípravku **UniLakt skořice**. Obsažená rozpustná vláknina na sebe váže vodu, tím v trávicím traktu nabobtná a navodí pocit sytosti, a proto je nepostradatelná při redukčních dietách. Tento jedinečný doplněk stravy navíc obsahuje probiotickou kulturu, nerozpustnou vlákninu a řasu chlorellu, které napomáhají k upravení trávení a zažívání. Dále i skořici, jež podporuje odbourávání tuků a rovněž usnadňuje trávení. UniLakt žádejte v lékárnách či zdravých výživách.



CHYTRÉ HUBNUTÍ



V PODOBĚ TABLET NEBO SYPKÉ SMĚSI!



INKONTINENCE?

Stud stranou!

Nechtený únik moči je problémem mnoha zralých žen, s jehož příchodem se většinou vytrácí chuť do života. A přitom vzdát se svých oblíbených aktivit, zážitků, sportování a třeba i sexu není vůbec nutné.

Odborné prameny tvrdí, že s nechtěným únikem moči se za svůj život setká většina žen. Až čtvrtina z nich se s inkontinencí potýká ve věku od 40 do 65 let. Právě proto byl pro ženy v menopauze i po ní vyvinut nehormonální přípravek **IVE InkontinStop**. Tento doplněk stravy obsahuje EFLA – extrakt ze semen tykve obecné, který napomáhá udržet standardní počet návštěv WC a pozitivně působí na močový měchýř. Zároveň také napomáhá omezovat únik moči a nutkavou potřebu častého močení. K dostání v lékárnách.

NOHY bez křečových žil, otoků a bolesti

S otoky nohou, bolestí nebo křečovými žilami se potýká většina žen. Neschovávejte své nohy v kalhotách a dlouhých sukničkách a oslňte opět své okolí krásnými nohama. Máme pro vás léty ověřené řešení s lékárnou!

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.



ROZDÁVÁME

ZDARMA

130 kusů



korejských ortokorektorů **Hallu Divider**,
NAROVNÁVAJÍCÍ VBOČENÉ PALCE!



TOTO JE VAŠE JEDINÁ ŠANCE ZÍSKAT HO **ZDARMA!**

Pokud jste se narodili před rokem 1995 a

- ✦ trpíte kvůli vbočeným palcům,
- ✦ bolest a otoky chodidel Vám znesnadňují chůzi,
- ✦ máte puchýře, mozoly a odřeniny na nohou,
- ✦ stydíte se za své křivé prsty,
- ✦ výběr pohodlné obuvi je pro vás skutečnou výzvou...



...získejte superpohodlný korejský ortokorektor na vbočené palce Hallu Divider pro domácí použití, který neinvazivně odstraňuje deformity chodidla.

Není to vtip – 130 kusů nejnovějšího modelu korejského ortokorektoru **Hallu Divider** je již zabaleno k odeslání v našem skladě! Každý, kdo rychle zavolá, získá tento inovativní ortokorektor **ZDARMA**. Rozdáme je podle zásady „kdo dřív přijde, ten dřív mele“ každému, kdo zavolá do **20.05.2024**. Termín narození stačí potvrdit ústně po telefonu.

Tyto inteligentní ortokorektory jsou nejnovější generací **neinvazivního systému, který zvrátí deformity chodidel**. Automaticky a bezbolestně odstraňuje vbočené palce bez ohledu na jejich závažnost. Jedinečný kineziologický design s bezpečnými tlakovými body nutí zkroucené prsty k návratu do normální polohy. Navíc odlehčuje metatarzal a podporuje vazy, díky čemuž se prsty přestávají překrývat a kosti se postupně narovnávají. Konstrukce využívá **dynamický polštář, který dodatečně tlumí a chrání před oděrkami, mozoly a ranami**. Korektory jsou vyrobeny ze speciálního **fyzio-medicínského materiálu**, který hasí záněty a navíc podporuje regenerační proces chodidla.

Abychom se zbavili vbočeného palce, stačí nasadit na chodidla ortokorektory a **nosit je alespoň 5 hodin denně**. Na rozdíl od pevných, plastových rovnátek a ortéz jsou velmi pohodlné, neomezují v pohybu a nepřekáží při každodenním fungování. Pružný a vzdušný materiál zabraňuje tření a pocení nohou. Ortokorektor lze nosit v jakékoli obuvi a pantoflích. K dispozici je verze pro levou a pravou nohu.

Proč **ROZDÁVÁME** nové ortokorektory Hallu Divider na vbočené palce?

Důvod je prostý. Máme skladem ortokorektory v hromadném balení, které si objednala jedna z ortopedických ambulancí. K transakci ale nakonec nedošlo, protože zhotovitel odstoupil. Vzhledem k nedostatku samostatných originálních obalů pro každý z produktů je nemůžeme nabídnout k prodeji jednotlivému zákazníkovi. Ortokorektory proto – z rozhodnutí vedení společnosti – dostanou ochotní lidé zdarma ve fóliových a kartonových náhradních obalech.

Tuto příležitost můžete využít pouze do 20.05.2024

Nové korejské ortokorektory **Hallu Divider na vbočené palce** nebudou dostupné v obchodech ani v lékárnách. **ROZHODUJE POŘADÍ PŘIHLÁŠEK.**

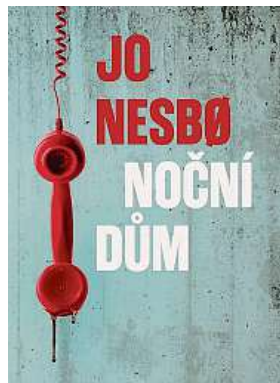
Doporučujeme si pospíšit a zavolat na číslo:

588 118 829

abyste to stihli, než dojdou zásoby **ZDARMA.**

POZNÁMKA: limit je 1 bezplatný ortokorektor pro vbočené palce pro volajícího.

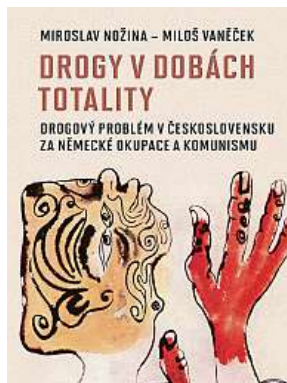
Knihy, které stojí za to



Knihy Noční dům vyjde na 399 Kč. ALBATROS

Jo Nesbo: Noční dům

Král severského krimi v novém žánru. Čtrnáctiletému Richardovi, který se po tragických událostech přistěhoval k tetě a strýci do městečka Ballantyne, se smůla lepí na paty. Když přemluví spolužáka Toma, aby z telefonní budky někomu náhodně zavolal a vystřelil si z něj, sluchátko vzápětí kamaráda sežere. Richardovi nikdo nevěří a po zmizení dalšího spolužáka



Drogy v dobách totality pořídíte za 685 Kč. ACADEMIA

ho čeká pobyt v nápravném zařízení. Jak dokáže, co se doopravdy stalo? A není náhodou všechno úplně jinak?

Eduard Krainer: Operative: Pravidlo tři zdrojů

Špionážní thriller odehrávající se na Středním východě a v České republice. Kriminalista z brněnské policejní expozitury David Prokop nemá moc důvodů věřit místním kurdským obchodníkům, kte-



Operative: Pravidlo tří zdrojů stojí 398 Kč. JOTA

ří často jednají ve svém zájmu. Vypadá to však, že by si díky nim mohl došlápnout na nebezpečného čečenského fundamentalistu, který míří z válkou zmítaného Kavkazu do Čech.

Miroslav Nožina, Miloš Vaněček: Drogy v dobách totality

Knihy komplexně zpracovávají drogový problém v Československu od roku 1938 do roku 1989, kdy u nás byly



Za komiks Batman: V žaru smrti zaplatíte 409 Kč. CREW

u moci totalitní režimy – vlada protektorátu Čechy a Morava, kontrolovaná německými okupanty, a poté komunistický režim.

Howard Chaykin: Batman: V žaru smrti

Příběh ze světa netopýřího muže se tentokrát odehrává v alternativním vesmíru roku 1961. Mezi dekadou McCarthyismu a úsvitem sexuální revoluce. MET

INZERCE

20% SLEVA NA VŠE*



Nádobí
DELIGHT

PRO LEPŠÍ
VAŘENÍ I NÁLADU
TÝDEN S TESCOU
13.–27. 5. 2024

tescoma®

*Sleva platí při nákupu nad 699 Kč, nevztahuje se na již zlevněné položky a dárkové poukazy. Slevy nelze sčítat. Akce Týden s TESCOU probíhá v obchodní síti provozované společností TESCO MA s.r.o.

POP CORN

Paralelní světy, závist a Schrödinger v praxi

Seriálové zpracování sci-fi romantického bestselleru Temná hmota od Apple TV+ málo překvapuje.

Štve vás manželka? Děti pořád jen pyskují? Šéf je biblec? Nevadí. Stačí, když si promyslíte, které vaše životní rozhodnutí vás do tohoto neutěšeného životního bodu přivedlo, a máte vyhráno. Tedy pokud jste geniální vědec ve sci-fi seriálu s romantickými prvky, který objeví cestování mezi paralelními dimenzemi. Příhody Jasona Dessena (Joel Edgerton), fiktivního hrdiny knížky a nyní i stejnojmenné seriálové adaptace Temná hmota, jsou zhruba o tom. Až na to, že tuhle okolnost ústřední hrdina pořádně odne-



se. Unese jej totiž jistý muž a uvrhne jej do alternativní verze jeho života. Aby se později ukázalo, že ten dotyčný není nikým jiným než Jasonem samotným. Respektive jeho podstatně cyničtější a mnohem mnohem zlověstnější verzí.

Hlavnímu hrdinovi, resp. našemu původnímu Jasonovi nezbyvá nic jiného, než podniknout cestu spleť „svých“ alternativních životů, které mohl prožít, ale neprožil. Musí tak učinit proto, aby našel svůj původní svět, svou pravou rodinu a zachránil ji před nejhroživějším nepřítelem. Před sebou samým. A minimálně v prvních třech dosud odvysíláných epizodách jde o zajímavou podívanou, která však trpí řadou neduhů.

Dark a Dva světy

Motiv paralelních vesmírů není na obrazovkách zdaleka nepoužívaným motivem. Právě naopak. Když v Temné hmotě (tuším, že v prvním díle) hlavní hrdina promlouvá ke studentům o Schrödingerově kočce, tedy fyzikálním myšlenkovém experimentu, jenž ilustruje paradox kvantové superpozice dvou stavů na příkladu živé a zároveň mrtvé kočky, musel jsem se nahlas zasmát. Kdybych měl odhadnout, kolikrát se tenhle provařený motiv za poslední měsíce a roky ve mnou viděných a slyšených audiovizuálních dílech objevil, asi bych to nespočítal.

Možná i proto Temná hmota tak trochu klame tělem. Na první pohled se tváří jako mix sci-fi seriálu Dark od Netflixu či Dvou světů (Counterpart) z produkce HBO, ve skutečnosti je však ještě malinko něčím jiným. V první epizodě si odbydeme představaovačku a nástin zápletky, druhá část je plná zbytečných vysvětlovaček a romantické vaty, aby nám tvůrci na konci vytřeli zrak víceméně šokujícím zvratem. A trojka? Tady si už podrobnosti raději nechám pro sebe. Ale zábavně to moc není.

„Neotřelé“ sci-fi

Komorněji pojatý sci-fi žánr je v seriálech i filmech obecně na vzestupu. A já mám



Profesor fyziky Jason Dessen (Joel Edgerton) je unesen a přijde o vše, co má rád. Jennifer Connelly hraje jeho femme fatale. APPLE TV+

z toho upřímnou radost. Při sledování trampot vysokoskolského učitele fyziky Jasona Dessena, jehož ambicióznější já z jiné dimenze mu chce ukrást jeho „lepší“ život s manželkou Danielou (Jennifer Connelly), jsem měl ale bohužel dosud dojem, že mi seriál nedává tolik, kolik by měl. Tempo vyprávění je utahané, chování postav minimálně nepříliš uvěřitelné, ne-li přímo de*ilní. Navíc nemá divák při sledování seriálu jiného lákadla než naději, že mu tvůrci brzy zodpovědí nastolené otázky. To se sice postupně děje, ale je otázku, zda to stačí.

Netradiční love story?

Kniha Temná hmota spisovatele Blakea Crouche, která v tuzemsku vyšla už v roce 2017, je světový bestseller. Podle dobových kritik jde o pecku, která sice potěší milovníky sci-fi i netradičních love story, víc než o neotřelý příběh však jde hlavně o chytré zpracování zamotanin.

V ní se čtenář na ploše plných sto stran nejprve pere hlavně s ústředním motivem a zároveň tajemstvím celého příběhu, které jsem vám odhalil hned v úvodu tohoto textu. A tvůrci seriálu divákům hned v první epizodě. Kniha má ale zároveň tu výhodu, že po oné sté stránce nabere děj spád, což uklidňaný čtenář i díky autorově nezvyklé stylistice kvituje s povděkem.

Tvůrci seriálu na to zatím nejdou příliš originálně. A bohužel musím po třech dílech konstatovat, že by mu nějaký ten originálnější autorský „touch“ jedině slušel. Takhle jde jen o další sci-fi jednohubku s problematickým tem-

pem a slabým scénářem. Jednou zbraní tvůrců je tedy těch několik málo skvělých herců, kteří budou s velkou pravděpodobností hrát více postav se stejnou tváří.

Sci-fi seriál má mít celkem devět dílů, viděli jsme tedy již třetinu první série. A ta příliš neoslňuje. Jak by řekl Jára Cimrman, nenabízí nám dosud tohle dílo příliš málo, Antone Pavloviči?



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosovsky@metro.cz

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

Práce - nabídka

- Autokemp v J. Čechách přijme na sezonu kuchaře(ku), pomocnou sílu do kuchyně a pracovníky na úklidové práce a údržbu. Ubytování a strava zajištěna. Email: olgaholcova@seznam.cz, tel. 602464901

Auto-moto - poptávka

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

Nemovitosti - poptávka

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

737 352 730

Ostatní

- Srdčně zveme na přednášku "Přinos křesťanství pro výchovu dětí" dne 30.5. v 18.00 ve Freskovém sále Staré radnice Brno. Přednese historik W. Bynum. Pořádají Křesťane-brno-vin.cz. Vstup zdarma.



Intenzivní v každém smyslu

Oblíbené nikotinové sáčky VELO se nedávno představily v nové podobě. Výrazná barevná identita celého portfolia se spotřebitelům odhalovala postupně v průběhu jara. Jako poslední se představují nikotinové sáčky s nejvyšší intenzitou v řadě Sensation. Záleží na výběru každého, zda dá přednost hřejivému, chladivému, nebo brnícímu zážitku v příchuťech eukalyptu, peppermintu, skořice či pomeranče. Nová balení jsou opatřena bezpečnostním „V-lock“ mechanismem, který brání snadnému otevření krabičky dětmi. Kompletní řada variant nikotinových sáčků VELO je výhradně dospělým uživatelům k dispozici prostřednictvím e-shopu Batstore.cz a v rámci sítě vybraných trafik a čerpacích stanic.

BAUHAUS[®]



**Když myslíte na zahradu,
slyšíte BAUHAUS**

Váš specialista pro dílnu, dům a zahradu.

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

www.bauhaus.cz

PLAY

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

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

Průkaz

Protože v termínu eurovoleb nebudu doma, pojal jsem úmysl požádat o voličský průkaz. Žádání mělo několik etap: nejprve jsem městský úřad požádal, aby na web vyvěsil podmínky; čtyři týdny před volbami mi to nepřišlo úplně úspěšně. Když se tak stalo, stáhl jsem si žádost a odebral se na úřad komunikovat se stroji. První stroj mi vydal pořadový lístek a další mi ukázal, kam s ním jít. Třetí stroj střídavě promítal panorama-ta a čísla lidí, co jsou na řadě. Na chodbě pod ním to vypadalo jako v čekárně u doktora: na zdi sice nevisel průřez ledvinou,

Osaměl jsem. Čas se líně vlekl a ze stropu se začali spouštět pavouci.

obsazenost všech lavic i tísnivá atmosféra ale byly stejné. Zato rychlost provozu byla třeba s kožním nesrovnatelná: za deset minut bylo všech devět lidí přede mnou odbaveno. V čekárně jsem osaměl; čas se líně vlekl a ze stropu se začali spouštět pavouci. Po půlhodině jsem opatrně nahlédl do prosklené kanceláře, kde jsem měl svou žádost vznést, a shledal ji liduprázdnou. Vrátil jsem se tedy ke stroji na lístky a zažádal si o občanský průkaz, řidičský průkaz, cestovní pas, o popelnici a o sociální dávky, v naději, že do některé obsazené kanceláře budu povolán a zkusím tam požádat o voličský průkaz. Při posledním lístku však na obrazovce náhle naskočilo mé číslo, to první a původní. Vrhel jsem se do dveří a vychrlil své žádosti. Občanku a pas budu mít za měsíc, řidičák za tři týdny, popelnici za týden a od příštího měsíce mi přiznali příspěvek na péči. Do EU to za mě holt hodí Hanka.

PETR KUKAL
OKRESNÍ BÁSNÍK



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	STŘEDA	ČTVRTEK
21/25 °C	20/24 °C	17/21 °C	18/22 °C

Teplotní rekordy: ↓ -0,7 °C (1876) ↑ 30,7 °C (2022) Bio: ❤️❤️❤️

ČT1



- 20.10 Stíny v mlze II (7/12)**
Čarovná noc. Krimiseriál (ČR, 2023). Hrají: P. Špalková, J. Vyorálek, D. Švehlík, J. Plesl, P. Batěk
- 21.15 Reportéři ČT**
Kauzy a reportáže
- 22.00 Plné hnízdo v Karlovarském kraji 2**
Umýt, utřít, uklidit. Nelži, nekrad, nepodváděj
- 22.25 Marie Antoinetta (7/8)**
- 23.15 Vigil (6/6)**
- 00.15 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou**

ČT2



- 20.00 Boj o oheň**
Dobrodružné drama (Fr./Kan., 1981). Kdo měl oheň, měl i život. Hrají: E. McGill, R. Perlman, R. Dawn Chongová, F.-O. Bonnet. Režie J.-J. Annaud
- 21.45 Žárlivé tango**
Komédie (It., 1982). Manžel dává před radovánkami přednost dostihům. Hrají: M. Vittiova, D. Abatantuono, P. Leroy, J. Tamburiová
- 23.30 Vůně ženy**
Drama (USA, 1992)
- 02.00 Ruiny: Historie současného válčení**

NOVA



- 20.20 Specialisté (223)**
Ježíš žije! Krimiseriál (ČR, 2024). Hrají: M. Dejdar, J. Hána, Z. Kajnarová, V. Vodochodský
- 21.25 Specialisté (8)**
Popáleniny. Krimiseriál (ČR, 2017)
- 22.30 Víkend**
Příběhy štěstí, proher a objevů
- 23.10 Kriminálka Las Vegas V (7)**
Formality. Krimiseriál (USA, 2004). Hrají: W. L. Petersen, G. Dourdan, G. Eads, J. Foxová
- 00.05 Kriminálka Miami VI (9, 10)**

PRIMA



- 20.15 Lež na pláži (8)**
Nový začátek. Seriál (ČR, 2024). Hrají: S. Nováková, M. Trnavský, J. V. Prachařová, R. A. Prachařová
- 21.30 Česko na grilu**
Rozpálené grily, slunce nad hlavou, ale i napětí a pořádná dávka emocí, to je nová ročníková soutěžní reality show Česko na grilu
- 22.50 Tátové na tahu (12)**
Komedialní seriál (ČR, 2018). Hrají: Š. Benoni, A. Geislerová, K. Dobrý, E. Josefíková
- 00.00 Receptář prima nápadů**

ÓČKO



- 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**
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
- 0.00 Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Naléhavé oznámení

Pískání v uších vás přivádí k šílenství, zdravotnictví vám odmítá pomoci a soukromě si to nemůžete dovolit?

Program „1000plus“ byl uspořádán právě pro vás.

Získejte přípravek na obnovení silného sluchu za 24 hodin za 0 Kč.

Upozornění: 1 osoba si může vyzvednout 1 balení přípravků

Respektujte prosím pravidla programu

Nový lékařský program pro osoby s poruchou sluchu

Konečně byl spuštěn program, na který tolik Čechů čekalo. Od dnešního dne si každý občan České republiky může ZDARMA vyzvednout balení regenerátoru sluchu 94 %. Náhrada je poskytována do konce roku 2023 nebo do vyprodání zásob.

Pokud:

1. Zaznamenali jste zhoršení sluchu
2. Hrozí vám ztráta sluchu nebo hluchota
3. Trpíte tinnitem a hučením v uších.

Zapojte se do programu a získáte 100% úhradu za inovativní přípravu. Vzhledem k obrovskému zájmu o program prosíme všechny, kteří chtějí získat bezplatnou přípravu, aby nás kontaktovali na uvedeném čísle:

538 755 637

„V USA stojí 250 dolarů, v České republice toto opatření pořídíte za 0 Kč.“

Tvůrce přípravku na jeho účinky:

Účinné látky obsažené v přípravku působí proti sluchové přecitlivělosti a zvyšují intenzitu reálných zvuků, čímž snižují nežádoucí šelest až o 96 %. Neexistuje žádná sluchová vada, kterou by inovativní přípravek nedokázal zregenerovat, a neexistuje člověk, který by se s jeho pomocí nedokázal zbavit ztráty sluchu. Je to jen otázka času - některým se špičková kvalita sluchu vrátí již během prvního dne, jiní zaznamenají zlepšení sluchu a zvýšení rozsahu slyšení po pěti až sedmi dnech.

Prof. Charles Davis

„Průlom v ORL“ ve vaší lékárnice

Když se vám zhorší sluch, brání vám to normálně fungovat a komunikovat s blízkými. Máte pocit, že se k vám rodina chová jako k invalidovi, takže se cítíte jako páté kolo u vozu. Co kdyby existovala metoda, která by dokázala účinně zostrit váš sluch a zesílit všechny zvuky tak, abyste zřetelně slyšeli rozhovor ostatních lidí i za zavřenými dveřmi ve vedlejší místnosti? Přemýšlejte, jaký by mohl být váš život, kdybyste se jednou provždy zbavili otravného a zbytečného hučení v uších a místo toho slyšeli čistý a příjemný zvuk. Na českém trhu se právě objevil zlepšovač sluchu vytvořený renomovanými vědci, který vám již od první aplikace pomůže slyšet jasněji, hlasitěji a ostřeji bez jakéhokoli studu či rozpaků.

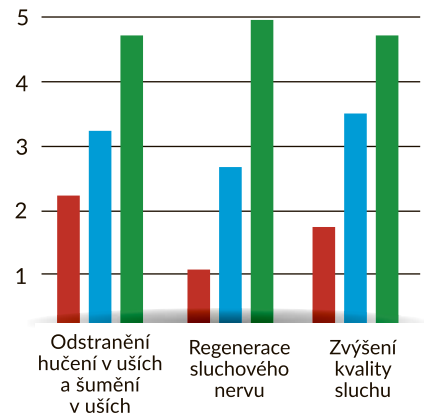
Údaje potvrzené studii

■ 1 den ■ 5 den ■ 7 den

Odstranění hučení v uších a šumění v uších: výrobek komplexně odstraňuje přetrvávající praskání, sípání a pískání v uších.

Regenerace sluchového nervu: lék obnovuje sluch na buněčné úrovni, takže účinky léčby jsou stejně působivé jako trvalé.

Zvýšení kvality sluchu: Během pouhého 1 dne se kvalita sluchu může zvýšit až o polovinu a vnímané zvuky se stanou jasnými a ostrými.



Vyhnete se tak stání ve frontách a utrácení 100 Kč měsíčně.

Dotyčný program poskytuje podporu všem osobám v nepříznivé finanční situaci. V dnešní době si soukromou péči může dovolit stále méně lidí a fronty u specialistů trvají i několik měsíců. Pokud máte problémy se sluchem, je tato informace určena právě vám. Stačí, když se do programu přihlásíte prostřednictvím speciální telefonní linky. Nemusíte uvádět své údaje ani podepisovat žádné dokumenty. Jde o to, aby co nejvíce lidí využilo speciální úhradu a nechalo si tak napravit sluch.

Plný a čistý rozsah zvuků - rozdíl pocítíte již po 1 dni

Zapojte se do programu „1000plus“ a získáte balíček přípravků za 0 Kč ihned.

538 755 637

Prvních 1000 lidí, kteří se ozvou do 03.06.2024, obdrží od výrobce 100% náhradu!

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

Nová metoda podporující kúru močových cest **může odstranit všechny poruchy!**

VYZKOUŠEJTE PRODUKT ZA 0 Kč!

ZBAVTE SE PROBLÉMŮ S MOČOVÝM MĚCHÝŘEM - RYCHLE! ÚČINNĚ A NENÁVRATNĚ!

Pokud musíte čím dál častěji běhat na záchod a uniká vám moč, vězte, že se něco děje. Něco špatného. Naštěstí byla vyvinuta kúra, díky které máte šanci utěsnit močový měchýř za několik dní a zcela zlepšit kvalitu života. Už ji využilo 145 tisíc Američanů a nyní je průlomová terapie dostupná také českým pacientům.

Jak ukazuje nejnovější výzkum, každá druhá žena nad 40 let bojuje s močovou inkontinencí. Tímto problémem stále častěji trpí také mladé ženy a muži. Až donedávna jedinou účinnou metodou boje s tímto onemocněním byl chirurgický zákrok, ale kvůli možným komplikacím se k tomu rozhodlo málokdo. Naštěstí došlo k obrovské změně – **byla vytvořena kúra, díky které za několik dní máte šanci:**

- ✓ utěsnit močové cesty a eliminovat problém úniku moči,
- ✓ několikrát zvýšit těsnost a pružnost močové trubice,
- ✓ významně posílit svaly pánevního dna,
- ✓ posílit buňky a tkáň odpovědné za močovou inkontinenci.

Autorem revoluční metody je odborník z univerzity v Chicagu. Jeho objev je skutečným průlomem v boji proti močové inkontinenci.

Tvůrce: „Moje kúra je první neinvazivní metodou utěšňování močového měchýře, která funguje extrémně rychle a **velmi efektivně**. Důležité je, že dokáže eliminovat každý stupeň onemocnění bez ohledu na jeho příčinu. Nezáleží na tom, zda je vaše močová inkontinence způsobena infekcí, nadváhou, neurologickým onemocněním, těhotenstvím nebo menopauzou. Každý má šanci úplně obnovit účinnost močových cest a navždy se zbavit tohoto trapného problému.“

Už rok mám problémy s močovým měchýřem. To bylo drama: moč mi uniká, když jsem kýchala, nebo dokonce bezdůvodně. Běhala jsem po ordinacích, ale tam navrhovali pouze operaci, kterou jsem opravdu nechtěla. Naštěstí mi sestřenice poslala tento prostředek z USA a po 2 týdnech moje utrpení konečně skončilo. Nyní mohu žít normálně a odejít z domu, aniž bych se bála, že se vrátím v mokřích kalhotách!

Monika, 49, Tachov

Odstraňte svůj problém dokonce za 14 dní

Inovativní metoda podporuje napínání tkání, které vytvářejí močové cesty. Díky tomu stěny močového měchýře znovu získávají pružnost, což zabraňuje nežádoucímu úniku moči. Použitím této nové kúry můžete prodloužit dobu mezi prvním pocitem tlaku na močový měchýř a nutností použít toaletu až o 3,5 h! Konečně budete moct získat kontrolu nad močením a získat zpět sebevědomí, které jste ztratil kvůli vašemu trapnému problému. Budete mít šanci vyhnout se riskantní operaci a přestat utrácet své těžce vydělané peníze za metody, které vám nepomáhají.

Tvůrce: „Úspěch Uri Care Complex je založen na inovativní kombinaci bioaktivních látek s vitamíny a přísadami rostlinného původu, které přirozeně posilují močové cesty a utěšňují močový měchýř. Jak ukazují testy, které jsem provedl na 653 osobách, 98% osob už po 24 hodinách od prvního užití 2krát méně často navště-

vovalo toaletu. Pak to bylo jen lepší – po 7 dnech kúry testování byli schopni zadržovat moč 7krát déle než dříve, po 10 dnech jejich problémy se zvýšenou citlivostí močového měchýře skončily a po 14 dnech kúry byl problém s močovou inkontinencí trvale eliminován v 100%“.

Pokud se rozhodnete pro podstoupení kúry Uri Care Complex, můžete:

- ✓ za několik dní znovu získat plnou kontrolu nad močovým měchýřem;
- ✓ významně snížit pocit tlaku na močový měchýř;
- ✓ trvale odstranit problém nežádoucího úniku moči;
- ✓ několikrát zvýšit imunitu buněk a zvýšit ochranu před infekcemi a záněty;
- ✓ vyhnout se obtížné a nejisté operaci a ušetřit peníze.

Zbavte se pocitu hanby a získejte novou kvalitu života

U lidí testujících Uri Care Complex, byly také pozorovány další pozitivní účinky, včetně imunizace proti jakýmkoliv infekcím močových cest, odstranění nepříjemného pálení a svědění a u mužů zlepšení mechanismu potence. Všichni, kteří využili kúru, která eliminuje problém močové inkontinence, souhlasí s tím, že se jejich životy změnilo o 180 stupňů.

Nemocný močový měchýř

Zmenšuje se a snižuje kapacitu, což způsobuje neustálý pocit tlaku a vede k inkontinenci a dalším problémům.

Po 14 dnech kúry

Zdravý močový měchýř obnovuje svou plnou kapacitu, díky čemuž mizí trapná onemocnění a pacient má šanci získat zpět kontrolu nad frekvencí močení.

Jsem starší muž a zdá se mi normální, že mi občas uniká moč. Děti mě však poslaly k odborníkovi, který mi řekl, že pokud nepodstoupím operaci, mohu dostat infekci, což je velmi nebezpečné. Nepřesvědčili mě i když dcera na tom trvala. Nakonec kamarád syna přivezl tento prostředek z USA a konečně mám klid. Bez toalety mohu vydržet déle než moje vnoučata a už nemusím tak často prát. Jsem rád, že jsem našel tuto metodu, protože můj život je nyní mnohem lepší.

Karel, 82, Brno

Až donedávna byla kúra dostupná pouze ve Spojených státech, tvůrce se ale kvůli svému českému původu a sentimentálnímu vztahu k této zemi rozhodl uvést ji také na český trh. Díky telefonickému prodeji snížil náklady a vyhnul se prostředníkům.

Takže pokud chcete jednou provždy zbavit se problému s močovým měchýřem, máte plně zuby úniku moči a chcete odcházet z domu bez strachu a hanby, nutně zavolejte na níže uvedené číslo. Pozor! Na první volající čekají balení ZDARMA, proto neodkládejte telefonát.

I VY SE NAVŽDY

MŮŽETE ZBAVIT PROBLÉMŮ

S MOČOVÝM MĚCHÝŘEM

POZOR! Prvních 130 lidí, kteří si objednají náš přípravek do 20.05.2024, obdrží balení produktu **ZDARMA!** Rozhoduje pořadí přihlášek.



ZAVOLEJTE:

411 444 440

Po – Pá 8–20 hod., So – Ne 9–18 hod.

Češi mají volný den

Zatímco čeští hokejisté po sobotní výhře nad Británií 4:1 mají dnes druhý den po sobě volno před úterním střetem s Kanadou o konečné umístění před čtvrtfinále a čekají na příjezd bostonského hvězdného dua Pastrňák-Zacha, v pražské skupině A světového šampionátu hrálo včera odpoledne a večer Norsko s Rakouskem a dosud skvěle hrající Švýcarsko změnilo síly s Kanadou. V „běčku“ diváky čekal zápas USA-Kazachstán (na snímku) a Slovensko-Lotyško. Utkání se dohrávala po uzávěrci tohoto vydání deníku Metro. Dnes je na programu ve skupině A souboj Finsko-Dánsko (19.20) a ještě předtím jeden z klíčových duelů o záchranu v elitní skupině MS mezi Británií a Norskem (16.20). V ostravské skupině B Švédsko narazí na Francii (16.20) a Kazachstán vyzve Polsko (20.20). **MET**



INZERCE

Fortuna.

S Kanadou to bude play-off hokej

Základní část hokejového šampionátu se blíží ke konci, na další tři otázky nám odpověděl expert Fortuny Roman Kovařík.

Do konce základní části zbývá odehrát deset utkání, které z nich jsou sázkařsky nejatraktivnější?

Dnes se nejvíc sází na duely favoritů tedy Švédska s Francií a Finska s Dánskem. Hrají se hlavně vyšší počty branek v utkání, střelci a kanadské body. V kurzu je především finský mladík Oliver Kapanen, který bojuje o korunu nejlepšího střelce, kanadské body sbírá i jeho parťák z týmu a jmenovec, obránce Oliwier Kaski. Z úterního programu je to pak duel Švédska se Slovenskem, kde se věří Tre kronor a samozřejmě i zápas českého týmu.



ni na stranu zámožské velmoci, na Kanadu jde přes 80 % tiketů.

Kdo by byl nejlepším soupeřem pro případné čtvrtfinále?

Nejpikantnější by byl duel se Slovenskem, rivalita na ledě, rivalita v hledišti, na federálního bratra se nám historicky daří, to by byl asi ideální scénář. Američané mají na jména jednoznačně lepší tým, ale mužstvu chybí kvalitní gólmani. V brankovišti by měli mít Češi navrch, tady by to mohlo být hodně vyrovnané. Důležité bude vyhnout se Švédsku, které je neskutečně nadupané, s Tre kronor by se patrně jednalo o konečnou. Všechny ostatní soupeře musíme porazit, zejména v domácím prostředí.

Už zítra je na programu velezápas Česko - Kanada, jak utkání dopadne?

Tohle je zápas, které si celé Česko vysnilo, proti našim se představi esá jako Bedard, Tavares nebo Cozens, a tomu bude odpovídat atmosféra. Čeští hráči budou v hlavě nastavení na vítězství, před nadcházejícím čtvrtfinále se dá očekávat už play-off hokej. To je bohužel špatná zpráva, naplno totiž začne hrát i reprezentace javorového listu, což se projeví i v kurzech, kolébka hokeje je v kurzu 1.81 favoritem. Také sázkaři se příklá-

Svijany
český rodinný pivovar
1864

**CHLAZENÉ V PLECHOVCE,
ČEPOVANÉ V HOSPODĚ**

Se Svijany budete správný fanoušek!

450

Svijany
český rodinný pivovar
1864

PREMIUM

WWW.PIVOVARSVIJANY.CZ

KRÁTCE

Další trofej pro Barkova

Kapitán hokejistů Floridy Aleksander Barkov byl podruhé zvolen nejlepe bránícím útočníkem NHL. Selkeovu trofej získal osmadvacetiletý finský hráč znovu po třech letech. Od hlasujících novinářů Barkov obdržel 1817 bodů. Druhý skončil Jordan Staal z Caroliny (539 bodů) a třetí byl další center a nejlepší střelec základní části Auston Matthews z Toronta (514).

Edmonton udržel naději

Obránce Filip Hronek asistoval u jediného gólu Vancouveru při prohrě 1:5 v Edmontonu. Oilers srovnali stav série 2. kola play-off NHL na 3:3. Rozhodující duel se hraje v noci na úterý.

Usyk je mistrem v těžké váze

Ukrajinský boxer Oleksandr Usyk je po čtvrtstoletí prvním absolutním mistrem světa v těžké váze. V dramatickém titulovém zápasu v Rijádu mezi dosud neporaženými soupeři porazil Usyk na body Brita Tysona Furyho a sjednotil mistrovské pásy čtyř hlavních organizací. **ČTK**

„Vzpomínky na celý život,“ shodují se hráči Sparty

Sparťané obhájili mistrovský titul, když v předposledním nadstavbovém kole přejeli 5:0 Mladou Boleslav.

O tom, že pražská Sparta nedá svému sešivanému rivalovi naději v podobě vlastní ztráty, rozhodl v sobotu odpoledne hned úvodní poločas duelu v Mladé Boleslavi. Letenští po něm díky hatricku Jana Kuchty vedli už 3:0 a o vítězi zápasu i celého ročníku Fortuna ligy nebylo pochyb. Co zaznělo po zápase?

Brian Priske, trenér Sparty:

„Jsme nejlepším týmem v republice, na titul jsme dosáhli díky lepšímu fotbalu a byli jsme dominantnější. Ten po-

VÍKENDOVÉ VÝSLEDKY

Boleslav-Sparta	0:5
Slovácko-Slavia	1:2
Plzeň-Baník	1:1

Teplíce-Hradec	
Pardubice-Karviná	
Budějovice-Jablonec	
Zlín-Bohemians	

Čtyři nedělní zápasy skupiny o Evropu a skupiny o záchranu se dohrály po uzavěře tohoto vydání deníku Metro.

čet bodů a sedmadvacet výher hovoří samy za sebe. (...) Nikdo z nás si obhajobu neprožil, je to něco úžasného. Něco, na co jsme strašně hrdí, je to navíc po dlouhých třidvaceti letech. Teď se pokusíme zvítězit ve finále poháru.“

Ladislav Krejčí, kapitán Sparty:

„Oba tituly jsou neskutečné. Právě pro tohle fotbal děláte.



Trenér Sparty Brian Priske s kapitánem letenských Ladislavem Krejčím při oslavách titulu po zápase s Mladou Boleslaví **ČTK**

Rozdíl mezi nimi? Cítil jsem teď z kluků větší zkušenost, chuť a jistotu. Když porovnáme loňský titulový zápas na Slovácku a tady, je to jasná odpověď, jak jsme byli připraveni nyní.“

Jindřich Trpišovský, kouč nakonec v tabulce druhé Slavie:

„Druhé místo je samozřejmě neúspěch, zklamání. Jste

ve Slavii, ve velkém klubu. Musíte zvládat každý zápas a vyhrávat. Co jsem tady, třikrát jsme vyhráli a pak jsme byli třikrát druzí.“

Martin Vítík, obránce Sparty:

„Fotbal hraju proto, abych byl úspěšnej. Slavit trofeje s klukama z téhle kabiny je něco neskutečného. Odnášíme si z toho vzpomínky až do konce života.“

Jan Kuchta, střelec čtyř gólů v zápase s Boleslaví:

„Přál jsem si to, ale že to vyšlo takhle, je bomba. Měl jsem tady celou rodinu, kamarády, k tomu blízko odsud bydlím. Jsme rádi, že máme ligový titul, a teď půjdeme ještě po poháru. Ve středu se můžeme zapsat do historie, to je naše motivace. Zase za námi přijede spousta fanoušků a my jim chceme udělat radost.“ **MET, ČTK, iDNES.cz**

Oslavy ve stínu těžkooděnců

Zatímco před rokem sparťanští fanoušci zaplavili hrací plochu v Uherském Hradišti a užívali si bezprostřední radost s hráči a členy realizačního týmu, tentokrát od sebe obě slavící skupiny v Mladé Boleslavi oddělovala hradba policejních těžkooděnců.

Někteří fanoušci křičí: „Zkazili jste nám bezprostřed-

ní mistrovské oslavy!“ Policie se však brání, že jednala pouze na výzvu domácího klubu. Několik lidí podezřívá z výtržnictví. Podle dostupných záběrů policejní těžkooděnci použili proti fanouškům pepřový sprej, což odnesli i další lidé v davu včetně dětí. Před stadionem je ošetřovali záchránáři.

„Aktuálně se všechno vyhodnocuje. Čekáme na data od bezpečnostní agentury a policie. V každém případě šlo o ochranu majetku, bezpečnost fanoušků a především samotných aktérů utkání,“ poznamenal v neděli odpoledne pro iDNES.cz mluvčí domácího mladoboleslavského klubu Jiří Koros. **iDNES.cz**

ČÍSLO DNE

83

Krátce před 83. narozeninami zemřel v sobotu v Kostarce bývalý čs. fotbalový reprezentant a hráč pražské Sparty Ivan Mráz. **ČTK**

INZERCE

FORTUNA

ti přeje

VSAĎ SI 5*

BET&GET

na **ifortuna.cz**

Stáhnout v

ROZJĚDTE TO

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

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