

# metro



## Černého kontroverzní „spitfiry“ už zdobí Máj

Dvě plastiky **umělce Davida Černého** složené z trupů stíhaček Spitfire a motýlích křídel o víkendu připevnili dělníci po celodenních přípravách **na fasádu** známého pražského obchodního domu Máj. Podle Černého je dílo **poctou československým stíhacím pilotům**, kteří sloužili v britském letectvu. **Památkáři s ním ale mají problém.** **STRANA 7**

### 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 2

### 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 8, 9

### „Toužím na RfP uvítat Redhoty“

Michal Thomes dokázal z lokální akce vydupat mezinárodně uznávaný festival obřích rozměrů. Šéf festivalu Rock for People deníku Metro říká, že se letos chystá rekordní ročník. Tentokrát přijdou The Prodigy, The Offspring i Keanu Reeves.

STRANA 10

### 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 říkájí hráči nebo trenér Brian Priske?

STRANA 27

# Třicet let od premiéry kultovního Pulp Fiction

**Absurdní gangsterka je v mnoha směrech nesmrtelná.**

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: Historky z podsvětí, který měl premiéru 21. května 1994 na festivalu v Cannes a v němž vzdal Tarantino hold brakovým příběhům. A uspěl s ním u diváků i kritiky.

Pulp Fiction získal třeba Oscara za scénář. Absurdní gangsterka má status kultovního snímku. Některé scény, jako například svérázný výklad Vincenta hraného Johnem Travoltou o rozdílech mezi Evropou a Amerikou



John Travolta a Samuel L. Jackson v jedné z nejslavnějších scén filmu Pulp Fiction, který natočil světově mimořádně uznávaný režisér Quentin Tarantino (na snímku vpravo).

2x PROFIMEDIA

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 nesouvisející příběhy vyprávěl Tarantino napřeskáčku, a divák si tak až zpětně mohl všechno dát dohroma-

dy. Jen málokomu se to ovšem podařilo napoprvé – Pulp Fiction je zkrátka potřeba vidět několikrát. Na jednu věc ale ani opakované zhlédnutí filmu nedá odpověď: co je zlatě zářící věc v kuffíku, kterého se Vincent s Julesem odmítají vzdát během přepadení restaurace. A nikdy to neprozradil ani Tarantino. Tenhle samouk z videopůjčovny, který nikdy nestudoval školy, ale filmem byl posedlý odma-

lička, 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 brutálností, přívalem sprostých slov nebo cynismem postav, které byly do té doby spíš doménou bečkových kriminálů a gangsterských filmů. Tarantino je ale uvedl do hollywoodského mainstreamu. **ČTK**

INZERCE



**Portmonka**  
ZJEDNODUŠ SI NAKUPOVÁNÍ

**VŠECHNY  
LETÁKY POD  
PALCEM**



Download on the  
App Store



GET IT ON  
Google Play

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



PRO ZÍSKÁNÍ  
APLIKACE  
NASKENUJTE  
QR KÓD

## Na návštěvě u Hrabala

O víkendu se konal festival Hrabalovo Kersko, který připomněl život i dílo spisovatele Bohumila Hrabala. A právě v sobotu začaly i prohlídky spisovatelovy chaty. Zájem byl obrovský. Chatu před časem koupil od rodiny Hrabalova přítele Středočeský kraj. Ten ji nechal opravit a vybavit tak, aby atmosféra navozovala pocit, že spisovatel, od jehož narození letos uplynulo 110 let, teprve před chvílí odešel. **ČTK**



# Tisíce ilegálních reklam u silnic

**Před sedmi lety měly zmizet, dál ale vydělávají.**

Ředitelství silnic a dálnic (ŘSD) stále eviduje u dálnic a silnic I. třídy zhruba 3350 nelegálních billboardů. Z blíz-

kosti komunikací přitom měly zmizet už před sedmi lety, místo toho stále vznikají nové. V pořadu Otázky Václava Moravce to uvedl šéf ŘSD Radek Mátl. „Od zavedení zákazu v zákoně o pozemních komunikacích bylo odstraněno přes 5000 billboardů,“ řekl Mátl. Proces odstraňování byl

ale podle něj zdouhavý a pro-  
vázely jej obstrukce majitelů. Zrychlení a zjednodušení odstraňování reklam má přinést novela zákona, která platí od letošního ledna. ŘSD začne odstraňovat billboardy, které ohrožují bezpečnost silničního provozu. V létě pak přijde na řadu velká „čistka“. **ČTK**

### DROBNÉ PRO MĚSTA, MILIONY PRO FIRMY

Ilegální reklamou se dlouhodobě zabývá iniciativa Přidej se a strhni to. Poukazuje třeba i na to, že řada měst pronajímá své pozemky provozovatelům reklam za hubičku.

- Známým případem je digi billboard na pražské Florenci. Praha 8 místo pronajímá za 50 tisíc ročně, firma za rok získá z reklamy miliony. **MET**

INZERCE

**Centrum Paraple letos slaví 30 let. Oslavte je s námi!**



**25. KVĚTNA 2024 • OD 13:00 DO 19:00  
MALEŠICKÝ PARK, PRAHA 10**



**HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ BÁRY POLÁKOVÉ  
ZÁVODY NA 100 M | ORIENTAČNÍ BĚH  
DĚTSKÉ AKTIVITY | A DALŠÍ...**



Pomáháme najít cestu dál  
Již 30 let

**WWW.BEHPROPARAPLE.CZ**

INZERCE

**ŽALUZIE  
ROLETY****DODACÍ LHŮTA 2-3 dny**SÍTĚ PROTI HMYZU  
MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVY**Nabízíme 50% slevu  
z ceny montáže****ZÁRUKA 5 LET****tel.: 728 863 201**

ŽALUZIE SUCHÝ

**www.zaluzie-suchy.cz**

# POCHOD PRAHA-PRČÍ

**Běž do Prčice!**

Mačkám chytré hodinky, je přesně 5.55. Startuju. Ukrajuju první z 94 tisíc kroků, přecházím Otíkovu lávku na Hájích, kopíruju trasu, kterou si v roce 1966 usmyslel inženýr Karel Kulle. Původně měl v merku Postoloprty, ale pak ho jistá dáma „poslala do Prčic“, a bylo hotovo. Nesmrtelnost pochodu, dlouhému 75 kilometrů, přinesl v 70. letech Ivan Mládek. Jeho song Praha-Prčice záhy zmnohonásobil počet pochodníků. V sobotu, když jsem vyrazil i já, Prčici neudolalo 22 tisíc borců. Třeba poznamenat, že nejnáročnější, tou „mou“ trasou, vykročilo jen tisíc odvážlivců. Zbytek šel po zkrácených verzích. Příznávám, prvních 20 kilometrů to byla nuda, přituhovat začalo až kolem 40. kilometru, kdy musíte „přemluvit“ hlavu. To mi šlo vlastně snadno, protože jsem musel tuhle reportáž dojít až do konce, tedy do Prčice (nikoli Prčic!), kousek od skiareálu Monínec.



## Mládí vpřed! Slavný pochod obsadili teenageři

**Ionty a vitaminy**

Zasloužili pochodníci žehrají, že luční i lesní pěšinky čím dál víc ustupují bezpohlavní cyklostezkám. Přesto cestou do Prčice natrefíte na vábně temný hvozd z Kamenice do Týnce, před Neveklovem se octnete v druhém Českém ráji a to nejlepší čeká nakonec. Procházíte krajinou, kterou Rudolf Hrušínský obdivuje ve Vesničce mé střediskové, pak vystoupáte úplně nahoru a oněměle se kocháte krásnými panoramaty. Až se mi chtělo s dědou Homolkou říct: „Já bych sem nahnal ty lidi všechny a povinně!“ K tomu připočtete, že podél celé trasy jsou jako korálky rozestry improvizované kiosky a občerstvovny. Troufám si tvrdit, že zapřísaňlých abstinentů byste mnoho nenapočítali. Ono ustat 14 hodin na nohou a přitom vystoupat 1300 metrů, to si žádá nějaké ionty a vitaminy.

JURIS REAL

### Ihned vykoupíme,

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

Volejte  
zdarma **800 22 33 88**[www.prodejtojinak.cz](http://www.prodejtojinak.cz)

metro

Klub skalničkářů Praha vás zve na

**VELKOU KVĚTNOVOU VÝSTAVU****8. 5. - 24. 5. 2024,**

otevřenou denně 9 - 18 hod.,

zahradka u Faustova domu, Praha Karlovo nám., Moráň.

**PRODEJ SKALNIČEK A PORADENSKÁ SLUŽBA.**[www.skalnickari.cz](http://www.skalnickari.cz)

facebook Klub skalničkářů Praha

# CE, LÍBIL SE MI NEJVÍCE

## Hodiny na věži

Posledních deset kilometrů bylo nejpohnějších. Po celodenním dešti se ukázalo slunce, krásně nasvícené kopce jsem si užíval s Michaelem, Olomoučkem, který do Prahy na Prčici přijel vlakem se třemi kamarády, spolužáky se strojárny. Po našem boku jako v transu stoupal do cíle hrozen asi třiceti pochodníků, dobrá polovina mohla mít maximálně 25 let. S Michaelem jsme se pěkně zakecali a já zíral, jak to má ve svých osmnácti srovnané v hlavě, bavili jsme se hlavně o politice a mezinárodní situaci. Kousek před cílem jsem se od svého hrozu trhnul, zapomněl na levou kyčel a pravé koleno a téměř tryskem jsem vlétl na přčícké náměstí. Dal jsem to! Hodiny na věži ukazovaly 20.44.

TEXT, FOTO: DAVID HALATKA



INZERCE

SOUTĚŽ

invia

Léto u moře  
a zima na safari?

Kupte zájezd a vyhraďte  
luxusní dovolenou  
v Keni za 75 000 Kč

Pouze do 16. 6.

Vztahuje se na vybrané zájezdy. Podmínky soutěže na [invia.cz/soutez-keni](http://invia.cz/soutez-keni)

📍 Arkády  
Pankrác

📍 Westfield  
Chodov

📍 I. P. Pavlova  
(Bělehradská 122)

LÁZNĚ MŠENÉ  
1796

LÉTO V LÁZNÍCH MŠENÉ

Dopřejte si ten pravý letní relax a pohodu  
v malebném lázeňském resortu nedaleko Prahy.

NECHTE SE HÝČKAT

Vybírejte z našich služeb:

- ✓ Komfortní ubytování
- ✓ Výborná kuchyně
- ✓ Léčebné a wellness procedury
- ✓ Venkovní aktivity v ceně pobytu
- ✓ Bohatý kulturní program v ceně pobytu

Nabídka lázeňských  
pobytů a služeb na

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

Tel.: 416 866 007

E-mail: [lazne@msene.cz](mailto:lazne@msene.cz)

# Tancuj, tancuj, vykrúcaj! Děti teď zkusí rozhýbat i-Dance apka

Ještě v devadesátých letech museli při náboru do hokejových žáků posílat nadbytečné děti domů nebo do jiných sportů. Teď jsou rádi, když někdo přijde.

Počet dětí v organizovaném sportu klesá, na nedostatek budoucích šampionů si nenáříkají jen hokejové kluby. Jde o situaci napříč všemi sporty.

## Od mobilů přes mobily. Za pokus to stojí

Děti vysedávají stále víc u počítačů nebo hledí do displejů svých mobilů. Paradoxně přes počítače a mobily chtějí nyní s pomocí speciálně vyvinuté aplikace přitáhnout nehýbající se děti k pohybu.

„Nemůžeme se divit, že neubývá jen adeptů na organizovaný sport, ale celkově se snižuje počet dětí, které se alespoň nějak hýbou,“ říká Zdeněk Ertl, předseda Sdružení sportovních svazů. To zastřešuje čtyřicet organizací, jako jsou vodáci, parkuristi, ale i tanečníci nebo potápěči a braně-technické sporty. Dohromady to představuje půl milionu členů.

Především přes ně chce sdružení nyní dostat k nejmladším generacím projekt i-Dance Challenge, který využívá uvedenou aplikaci. „Chceme přes naše členy totiž oslovit i ty děti, které se nehýbou, které nenavštěvují sportovní zařízení,“ zdůrazňuje Ertl.

## Předvíhují hvězdy StarDance

Aplikace s pomocí umělé inteligence zaznamená do videa pohyb tanečníka na sedmácti bodech jeho těla a vyhodno-

tí a oboduje taneční kreaci. Každý z uživatelů aplikace si může pro předcvičování vybrat ze tří profesionálních tanečnicků. Videá totiž nahráli tři účastníci soutěže StarDance – Kateřina Bartuněk Hrstková, Adriana Mašková (vítězka 11. řady) a Jakub Mazúch.

Aplikace vyhodnotí vystoupení a podle toho buď otevře další cvičební kreaci, nebo nabídne reparát. Těch může být několik. Tak se lze postupně probíjet až k devátému cvičení a několik set nejlepších cvičících se pak v listopadu utká ve finále v Praze.

## Kluci se do tanečních dvakrát nehnou

„Tanec je po chůzi druhým nejpřirozenějším druhem pohybu, chceme do soutěže zapojit jak školy, tak osobnosti z kultury,“ plánuje Petrana Slámová z Českého tanečního svazu. Alespoň drobný příliv nových adeptů na tancová-

## PRO RADOST

# 14

Překvapivě jen tolik procent dětí od 8 do 12 let sportuje proto, aby soutěžilo. Ten zbytek ke sportu táhne spíš společnost kamarádů, zážitky a dobrý pocit z pohybu. Někdy je naopak od pohybu odradí přílišný důraz na vítězství a výkonnost.

začlení i ti, kteří si pak vyberou jiný druh pohybu, nikomu ze „stardancistů“ by to nevadilo.

## Děti sedí doma, ztrácejí pružnost těla

Podle posledních dotazníkových průzkumů Sdružení sportovních svazů v několika tisících rodinách totiž vyplývá, že v letech 2011 až 2023 se z organizovaného sportu „ztratilo“ šest procent dětí ve věku do 15 let. Podrobnější údaje přiznávají, že ze zhruba jednoho a půl milionu dětí uvedené věkové skupiny za poslední tři roky vypadlo asi 150 tisíc jedinců, kteří se nehýbají vůbec. „Výrazně přibylo rodičů, kteří se nezajímají o pohyb svých dětí, minimálně s nimi sportují. Ukazuje se, že děti ztrácejí pružnost, pořádně se neohnou, i jednoduché cvičení jim dělá problémy,“ připomíná Zdeněk Ertl.

PAVEL HRABICA

INZERCE



## Dny pěstounství červen 2024

Děkujeme všem, kteří vytváří pro děti nové domovy.

Zajímá Vás téma pěstounství?

Dny otevřených dveří | Přednášky | Infostánky | Workshopy

Program



[dnypestounstvi.praha.eu](http://dnypestounstvi.praha.eu)



PRAHA  
PRAHA  
PRAHA  
PRAHA

# 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 obchodáku.

Než však jeden z nich mohl přes střechu Máje vystoupit, 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 laněch jeřábu u země. Show přišla až k večeru. To se plastika vznesla nad střechu OD Máj.



INZERCE

„Miluji, když má moje pokožka bronzový nádech“

Značka 

**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



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, 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.

- Technicistní 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**

# CESTY

# 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 nejpůvodnější 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 velkorysě 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

**Pomáhá tajemství švýcarských oftalmologů**  
**ZAOSTŘIT 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, mýlíte se. Pokud si myslíte, že nosit brýle ve vašem věku je normální, jste na omylu.**

**P**řední 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 skeptický 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 zázrak, 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 kutit 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.**

**Nedělejte nic. Nechávejte, aby vám prohlubující se zraková vada dál ničila život**

**Zavoláte na horkou linku: 555 441 810**  
a získáte 1 pár optiregeneračních brýlí v hodnotě **1139 Kč zcela ZDARMA!**

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

**KDY** pondělí 27. 5. a úterý 28. 5. 2024 od 10 do 17 h.

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

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

**ZLATO:** zubní zlato i (nečištěné) šperky mince a zlomkové

**STŘÍBRO:** přibory, tabatěrky a technické stříbro

**ŠPERKY:** granátové a brilantové šperky

**HODINKY:** náramkové, kapesní až do roku 1990

**200 Kč**  
z vykoupeného předmětu při předložení vydání.

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



# 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 nejpůvodnějších 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 ostrově 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 rozhlase.

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 Irsku přišel pravděpodobně s Kelty a jeho původní úloha ve spo-



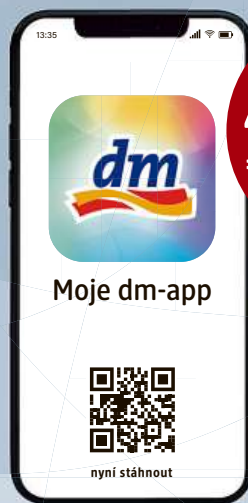
Irský vlkodav je skutečně pořádný kus psa, který v kohoutku měří okolo 85 centimetrů.

PROFIMEDIA

INZERCE

„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 poštovního koženou meléčnou výšvu die 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



ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

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 vyhynutí 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 nebo jim tyto vynalézaví tvorové utekli.

Jejich obliba v zemi je připisována televiznímu animovanému seriálu ze 70. let Araiguma Rasukaru (rošťák mýval), který vedl ke zvýšenému dovozu mývalů severních do Japonska. Mývalové severní by neměli být zaměňováni za tanuki – psyky mývalovité neboli mývalovce kuní –, původní japonský druh malé šelmy z čeledi psovitých, která se vyskytuje nejen v přírodě, ale i v japonském folklóru, a oby-

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**

# FRAJER

## „Sním o Redhotech“

Michal Thomes dokázal z lokální akce vydupat mezinárodně uznávaný festival obřích rozměrů. Šéf festivalu Rock for People deníku Metro říká, že se letos chystá rekordní ročník. Od 12. do 15. června proběhne v Hradci Králové už 29. ročník, přijedou The Prodigy, The Offspring i Keanu Reeves.

### Užíváte si vůbec svůj festival jako návštěvník?

Už několik let se snažím, aby se můj podíl na exekuci festivalu minimalizoval, a já jsem měl spíše roli dozorovou a společenskou... Úplně na sto procent se mi to ještě nedaří, ale postupuje to! Pomáhá mi v tom zkušený a spolehlivý tým, takže mám možnost vidět mnohem více vystoupení než v minulosti.

### Máte za sebou velmi úspěšný loňský ročník v čele s Muse, Slipknot a dalšími světovými hvězdami, na co se můžeme těšit letos?

Letos naše pozvání přijaly punkrockové legendy The Offspring, čerství držitelé Brit Awards Bring Me The Horizon, které řadíme do kategorie novodobý headliner, miláček generace Z Yungblud nebo jedna z největších elektronických kapel všech dob The Prodigy. Fanoušci se mohou těšit i na rockerku Avril Lavigne, frontmana kapely Slipknot Coreyho Taylora v sólovém projektu, Parkway Drive, Pendulum nebo poslední českou festivalovou show Sum 41, kteří končí svoji koncertní činnost. Výjimečným hostem bude i hollywoodská hvězda Keanu Reeves, který přijede s kapelou Dogstar, kde hraje na baskytaru.

### Vejdou se tam všichni?

Novinkou je zvětšení naší druhé stage, která se rozměry přibližuje té hlavní a v české premiéře ji u nás představí náš dodavatel techniky T Servis jako největší domácí hudební stage. Návštěvníci festivalu tak uvidí rovnou dvě největší pódia, která jsou v Česku k dispozici.

### Poslední dva ročníky vás vynesly mezi špičku evropských festivalů, dostali jste se do top 10 v prestižních European Festival Awards, co to pro vás znamená?

Mám z toho upřímnou radost! Těší mě, že Česká republika s Rock for People i jako malá země se skromným trhem dokáže konkurovat velkým evropským festivalům. První pocovidový ročník



Michal Thomes založil festival Rock for People v roce 1995 se svým kamarádem Petrem Fořtem. Konal se v Českém Brodě. MAFRA

s Green Day nás velmi posunul a byli jsme poprvé vyprodán. Od té doby si kvalitu držíme a troufám si říci, že každým rokem posouváme. Nyní podle trendů prodeje opět aspirujeme na největší ročník, některé kategorie vstupenek jsou již beznadějně vyprodané, jako Comfy+, páteční jednodenní regular i VIP nebo například i kompletně celé glampingové ubytování.

### Berete inspiraci jinde v Evropě? Je něco, čeho byste chtěli dosáhnout, co vám chybí?

Ano, tým Rock for People po celý rok sbírá zkušenosti na velkých i showcasových festivalech a konferencích nejen v Evropě, ale po celém světě. Zde se inspirujeme, ale i vybíráme ze stovek koncertů to nejlepší, co bychom našim fanouškům mohli z noviněk ukázat. Loni jsme například také vyrazili společně na festival Lowlands, který je nám dramaturgicky i areálově blízký. Každým rokem posouváme laťku výš a zdokonalujeme areál, jak co se týká vybavení a logistiky, tak po vizuální stránce. To se odráží i v důvěře našich fanoušků,

kteří už nás berou jako záruku kvality. Jejich základna, která si koupí vstupenky automaticky se spuštěním projeje, aniž by věděla, které kapely u nás hrají, se stále zvětšuje. Samozřejmě takovou nejvyšší metou je vyprodat festival do několika minut po spuštění prodeje, kterou se mohou pyšnit legendární festivaly v zahraničí, jako například Glastonbury.

### Příští rok oslavíte 30 let. Jak se za tu dobu změnil festivalový návštěvník?

Návštěvníci se za ta léta změnilí hodně, stejně tak jako náš festival se v čase neuvěřitelně posunul. Lidé jsou náročnější na pohodlí a komfort. Dneska už se u nás na Rock for People vyspíte v luxusním vybaveném stanu, osprchujete se teplou vodou, máte k dispozici keramické záchody a jídlo si dáte z porcelánového talíře. Na své si přijdou i vegetariáni, vegani a gastro výběr by mohl konkurovat kdejakému food festivalu například i bezlepkovou nabídkou. Novinkou bude i nealko bar, kdy vnímáme, že oblíbená nealkoholických nápojů zejména u mladých roste,

a chceme jim tak nabídnout kvalitní a chuťově skvělou alternativu. Pokud festival nedokáže udržet krok s potřebami návštěvníků, neobstojí v konkurenci, standardy se zkrátka posouvají.

### Rock for People se koná v hradeckém Parku 360, který máte celoročně v dlouhodobém pronájmu, jaké z toho plynou výhody?

Určitě je to pro nás důležité z hlediska budování a rozšiřování areálu, které probíhá celý rok, a nemáme svázané ruce. Vznikl pro nás i nový business koncept – unikátní areál, který je skvělým místem pro firemní teambuildingy či jiné akce, konalo se zde například skautské jamboree či studentský Majáles, ale i koncerty světových hvězd.

### V Parku 360 pořádáte na konci července i dva koncerty Eda Sheerana. Jak se vám podařilo dostat takovou megastar do Hradce?

Velká německá agentura, se kterou koncerty spolupřádáme, je společně s námi součástí festivalové asociace Yourrope, takže se známe. Svou roli také sehrálo i to, že v minulém roce byla na Rock for People promotérka z agentury, která zastupuje Eda Sheerana. Moc se jí tam líbilo, takže management Eda Sheerana mohl čerpat i z její osobní zkušenosti. A v neposlední řadě bylo také důležité, že poslední ročníky Rock for People byly úspěšné a od kapel jako Green Day, Slipknot nebo Muse jsme dostali velmi dobré reference.

### A tradiční otázka – jaký je váš vysněný line-up?

Vždy je to o nějakém kompromisu mezi vysněným line-upem a realitou, kterou tvoří dostupnost kapel pro daný ročník. Vybíráme tedy z omezeného množství interpretů, kteří v tomto roce zrovna pojedou turné a zároveň se jim hodí termín našeho festivalu. Jedno ze svých velkých přání jsem si splnil už v roce 2022 s kapelou Green Day, kterou jsme původně měli booknutou již před covidem. Mezi mé další vysněné kapely na Rock for People patří třeba Red Hot Chili Peppers nebo System Of A Down, kteří ale bohužel aktuálně nekoncertují. Ještě před pár lety by to pro mě bylo úplně sci-fi, ale teď když jsme zvládli skvěle zajistit takové hvězdy jako Muse a Slipknot, už věřím, že se mé sny jednou stanou skutečností. PETR HOLEČEK

### HVĚZDY ROCK FOR PEOPLE



Legenda punkrocku The Offspring



Dogstar s basákem Keanu Reevesem



Mezi další hvězdy se řadí i kultovní The Prodigy  
3x WIKIMÉDIA

# 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.



## ZDRAVÍ

## PROBIOTIKA SKLADUJ

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 radce.

#### Pohlídejte si CFU v denní dávce

CFU je zkratka pro „colony-forming units“. Přestože název může znít trochu šroubovaně, 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

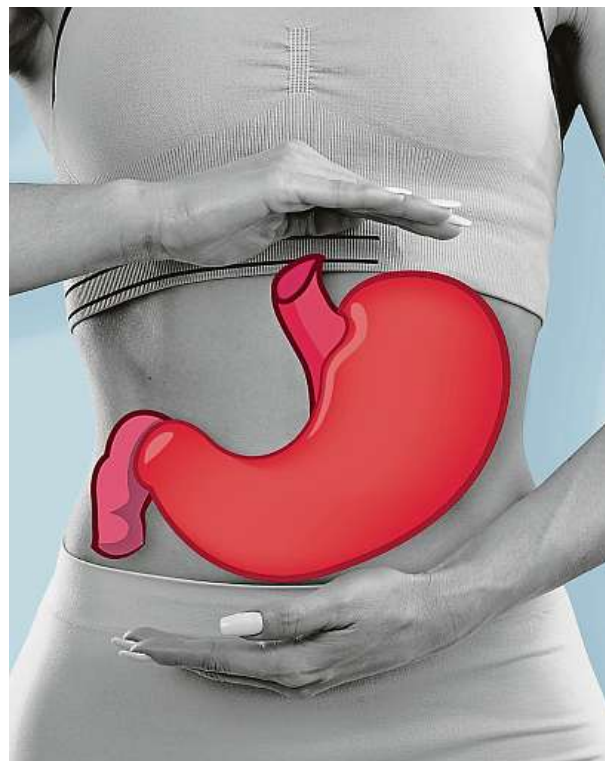
Výběr vhodných probiotik je velmi komplexní problematika. Pro každého z nás jsou vhodné jiné kmeny v závislosti na tom, které nám chybí,

ale hlavně jaké zdravotní problémy 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 vystávají 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,



Pojmy probiotika a prebiotika se často pletou. Co tedy znamenají? Prebiotika jsou zjednodušeně řečeno vláknina a cukry, které pomáhají probiotikům obsahujícím značné množství živých bakterií (laktobacilů) s očistou střev.

PROFIMEDIA

ve většině případů mohla zůstat v létě ve skladu s plechovou střešou. „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 prodá-

váme 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

#### 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



# TE RADĚJI V LEDNICI



Radek Netušil

HARMONELO

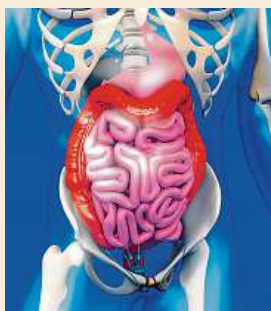
vyřešený jejich průchod žaludkem. Právě v žaludku totiž panuje extrémně kyselé pH, které bakterie může snadno pozabíjet.

„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 nejčastější kámen úrazu,“ poukazuje Netušil. Výrobci často používají obyčejnou želatinovou kapsli nebo HPMC kapsli bez enterosolventní úpravy. Tím však své produkty částečně znehodnocují. „Doporučuji

## „BREBERKY“ V NAŠICH STŘEVĚCH

Při představě, že v našich střevěch žije zhruba 500 druhů mikrobů, vám možná stoupají hrůzou vlasy na hlavě. Velmi ovšem záleží na tom, o jaký druh bakterií se jedná a kolik se jich v našem organismu nachází.

- Pro udržení správné střevní rovnováhy je tedy důležité, aby prospěšných bakterií bylo v našem těle více než těch škodlivých. Nejčastěji používaná probiotika se dělí do čtyř skupin – laktobacily, grampozitivní koky, bifidobakterie a kvasinky. Mezi nejběžnější patří asi *Bifidobacterium bifidum*, *Streptococcus thermophilus* nebo *Lactobacillus acidophilus* či *rhamnosus*.
- Právě tyto bakterie by v našich střevěch měly zaujímat vyšší postavení. Zpočátku našeho života je střevní mikroflóra tvořena probiotic-



PROFIMEDIA

kými kulturami získanými z mateřského mléka. I z toho důvodu je kojení tolik důležité. U plně kojených dětí je mikroflóra tvořena až z 95 procent užitečnými kmeny.

- S věkem a stylem života počet prospěšných bakterií ve střevěch klesá. Probiotika se v takovém případě stávají hlavními bojovníky proti šíření škodlivých mikroorganismů v těle. **IDNES.cz**

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**

## KRÁTCE

Kvůli plastice málem přišla o zadek

Modelka a influencerkyně Angela Babiczová chtěla svůj vzhled ještě víc zdokonalit a rozhodla se pro plastiku zadku. Zvolila silikonovou výplň, ale kvůli operaci o něj málem přišla. Infekce jí totiž zadek „rozežrala“ a zohydila. Několik měsíců po operaci přitom vše probíhalo hladce. Jizvy se zahojily, implantáty vypadaly dobře a už nic nenasvědčovalo tomu, že by to mělo být jinak. Pak se jí však na zadnici udělal velký rudý flek, lékaři jí nasadili antibiotika, ale nakonec kvůli bolestem skončila v nemocnici. V implantátu se totiž rozjela infekce. Lékaři jí varovali, že může přijít o veškerou tkáň na zadku, obávali se otravy. Nakonec musela podstoupit další operaci, po které jí zůstaly veliké jizvy. **MET, IDNES.cz**

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 TESCOMA s.r.o.



**Kdo nepípá,  
není Čech.**

 **smarty.cz**



5 KARET  
V BALÍČKU

PRVNÍ  
OVÉ

## PRAHA



## Pražské jaro zacílilo i na „náctileté“

V areálu Anežského kláštera v Praze se včera uskutečnil první rodinný den v historii Mezinárodního hudebního festivalu Pražské jaro (MHFP) s názvem SpringTEEN. Program složený z koncertů a kreativních workshopů je určen zejména náctiletým. Na koncertech zazní klasika, jazz, rock, pop či elektronická hudba, workshopy nabídnou výrobu hudebních nástrojů ze zeleniny, hru na bicí nástroje nebo kreativní práci s technologiemi a AI a vše završí projekce s živou hudbou. V sobotu v rámci MHFP vystoupil ve Smetanově síni Obecního domu italský orchestr Národní akademie Svaté Cecílie pod taktovkou dirigenta Jakuba Hrůši (na snímku) a rusko-amerického pianisty Kirilla Gersteina.

ČTK

## Asijská sršeň už dorazila na hranici Prahy

Po dalším nálezů sršně asijské na hranicích Středočeského kraje jsou včelaři obezřetní. Nežádoucí hmyz by se v nákladu kamionu opět mohl dostat až na hranice hlavního města.

První výskyt byl zaznamenán loni v říjnu v Plzni, letos na jaře pak v Hrádku u Rokycan. Mezitím ale několik jedinců u nás nepůvodní sršně asijské odhalili v Rudné u Prahy. Sršeň asijská přitom nepředstavuje s výjimkou alergií riziko ani tak pro člověka, jako pro různé druhy hmyzu včetně včel medonosných. Sršně se jimi totiž živí. Pokud „podezřelou“ sršeň zahlédnete, obraťte se na specialisty. „Podezření na výskyt sršně asijské mohou hlásit nejlépe rovnou s fotografií na e-mail invaznidruhy@nature.cz nebo přes aplikaci Nahlaš sršeň. Hlášení, kterých se již sešlo několik stovek, následně prověřujeme. Přímé pozorování je pro nás nejlepší pomocník,“ řekl Tomáš Görne, který má v AOPK monitoring sršně na starosti.

IDNES.cz

## INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

## Knihy a časopisy

# VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) zaPlatíme odvezeme

## Celá ČR

tel. 604 11 44 66  
e-mail: arco@antikvariety.cz

## Auto-moto - poptávka

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

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

## Práce - nabídka

• Státní podnik hledá bezpečnostní pracovníky pro Prahu, 12hod. směny. Čistý TR, občanství ČR. Certifikát strážný výhodou. Tel.: 736528900, 737598554.

• Přijmeme spolehlivou toaletářku na obsluhu toalet - Praha 6, stanice metra "A" Dejvická. Vhodné pro důchodkyně, tel. 777065670.

• ERGON a.s., Papírenská 1, Praha 6 přijme na HPP vrátěho/ou. Denní/ noční směny, víkendy. Vhodné pro poživatelé SD. Nástup ihned. Tel.: 727 947 533.

## Nemovitosti - poptávka

## KOUPIM CHATU

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

## KOUPIM DŮM NEBO POZEMEK

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

## POPTÁVKA CHATA HORY

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

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

## Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

737 352 730

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

## Byty - poptávka

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

## KOUPIM BYT V PRAZE

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

## BYT/ DŮM POPTÁVKA

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

• Ihned koupím Váš BYT. Umožním dožítí seniorům, slušné jednání. Uhradím dluhy a právní servis. Děkuji J. Jurdová, tel.: 725805115

• Pro zaměstnance ambasad a konzulátů hledáme menší i větší byty k pronájmu v Praze. Tel.: 723047669

## Hobby - poptávka

• Koupím nářadí - staré, použité, nové a knihy. Tel.734126889

## Hobby - nabídka

• Matteo Bocelli koncert Praha 23.6.2024. Originální Ticketportal vstupenky. Místa vedle sebe. Jediný koncert v ČR! Tel. 774951095

## Služby - nabídka

• Vyklizení bytů, domů, sklepů, půd...Spolehlivě, levně. Vstřícné, solidní jednání. Od-kup sběratelských předmětů možný. Fa Kotek, tel. 731114068

## Vybavení domácnosti

**ŽALUZIE ROLETY**  
USPORA ENERGIÍ  
SÍTĚ PROTI HMYZU  
VOLEJTE IHNEDE NEJNIŽŠÍ CENY  
777 038 001  
www.gato.cz  
Prodej, montáž a servis žaluzií a rolet

## Pronájmy - poptávka

• Hledám pronájem pro 2os - pár bez zvířete. Nábytek nerozhoduje, dlouhodobě, dobrý stav. Podmínkou blízkost MHD. Děkuji. RK nevolat. Tel.: 605845088



**PREMIUM KUPÓÓÓÓÓN**

**KNIHY DOBROVSKÝ**

**Sleva 100 Kč při nákupu nad 499 Kč**

**PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI**

Portmonka

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE [WWW.ELKUPON.CZ](http://WWW.ELKUPON.CZ)



# BAUHAUS<sup>®</sup>



**Když myslíte na zahradu,  
slyšíte BAUHAUS**

Váš specialista pro dílnu, dům a zahradu.

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

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

# 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 zkroutené 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.**

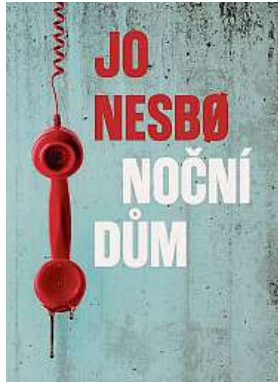
Doporučujeme si pospíšit a zavolat na číslo:

**588 118 829**

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

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

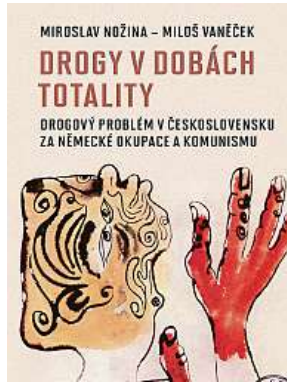
# Knihy, které stojí za to



Knihy Noční dům vyjde na 399 Korun. 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 Korun. ACADEMIA

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

### Eduard Krainer: Operative: Pravidlo tří zdrojů

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



Operative: Pravidlo tří zdrojů stojí 398 Korun. 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 zpracovává drogový problém v Československu od roku 1938 do roku 1989, kdy u nás byly



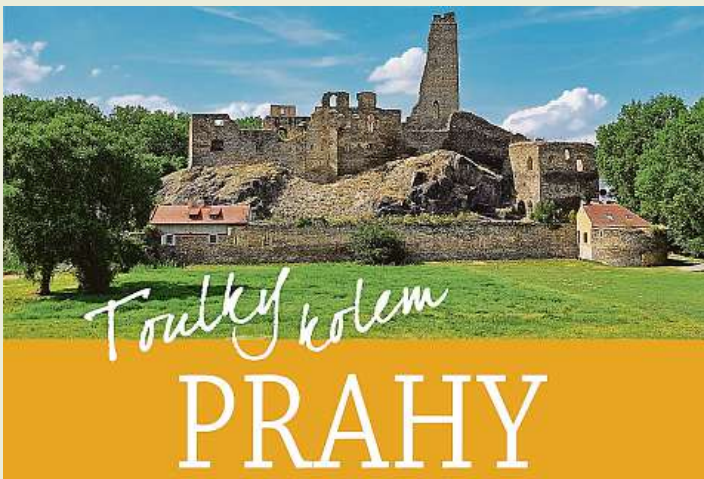
Za komiks Batman: V žaru smrti zaplatíte 409 Korun. CREW

u moci totalitní režimy – vláda 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 mc-carthismu a úsvitem sexuální revoluce. MET

## JANA JŮZLOVÁ: TOULKY KOLEM PRAHY



Liberecká rodačka Jana Jůzlová je také autorkou knih Toulky mezi Labem a Sázavou (2023), Toulky Pojizeřím (2021), Toulky Polabím (2019). EUROMEDIA GROUP

Kolem dokola našeho hlavního města, na jeho okrajích i jen malý kousek za nimi najdeme překvapivé množství historických i přírodních zajímavostí. Průhonický park, keltské oppidum Závist či Klánovický les zná téměř každý, ale co třeba vrch Řivnáč, zámek Ctěnice, rozhlednu Doubravku anebo údolí Radotinského potoka? Kniha Jany Jůzlové za 299 korun vám pomůže spoustu kouzelných míst objevit a prozkoumat.

- Ukázka z knihy: Průhonicemi napříč prochází červená turistická značka. Pokud bychom se po ní vydali na sever, půjdeme podél Botiče, projdeme dálnici a Dendrologickou zahradu. Projdeme Křeslice a u Dobré vody se

setkáme se zelenou značkou, po níž jsme šli výpravu z Uhřetěvsi za koniklecí. Dál můžeme pokračovat do Petrovic a podél Hostivařské přehrady. Celková délka z Průhonic na hráz Hostivařské přehrady je 8,5 kilometru. Vydáme-li se po červené na opačnou stranu, můžeme dojít až k prameni Botiče. Nejprve musíme obejít Průhonický park, u Zdiměřic si lze prohlédnout malou kapli z 19. století, projdeme Osnici, za kterou opět klesneme do údolí. U rozcestníku Údolí Botiče – rozcestí červenou značku opustíme a pokračujeme po žluté přes Olešky, Radějovice a Čenětice, za kterými leží pramenná louka Botiče. Celkem je to z Průhonic 12 kilometrů. MET

INZERCE

## LEVNÉ KNIHY

# 3 + 1 ZDARMA



PŘI JEDNORÁZOVÉM NÁKUPU VŠECH ČTYŘ TITULŮ VÝŠE, ZÍSKÁTE SLEVVU 99 Kč. AKCE PLATÍ V SÍTI KAMENNÝCH PRODEJEN LEVNÉ KNIHY A.S. DO 30. 5. 2024 NEBO DO VYPRODÁNÍ ZÁSOB. SLEVVY SE NESČÍTÁJÍ.



VODIČKOVA 19 | TYLOVO NÁMĚSTÍ | METRO BUDĚJOVICKÁ  
NOVO PLAZA | ANDĚL - ŠTEFÁNÍKOVA 5 | DEJVICKÁ 31  
OC ŠESTKA | STROSSMAYEROVO NÁMĚSTÍ | ZENKLOVA 22  
CENTRUM KRAKOV | GLOBUS ČAKOVICE | NC EDEN

VÍCE INFORMACÍ NA WWW.LEVNEKNIHY.CZ

# 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 bíbec? 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 odnese. 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, respektive našemu původnímu Jasonovi nezbyvá nic jiného, než podniknout cestu spletitých „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 ne-



přítelem. Před sebou samým. A minimálně v prvních třech dosud odvysílaných epizodách jde o podívanou, která bohužel 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 představovačku a nástin zápletky, druhá část je plná zbytečných vysvětlůvaček a romantické vaty, aby nám tvůrci na konci vytřeli zrak více-



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

méně šokujícím zvratem. A trojka? Tady si už podrobnosti raději nechám pro sebe. Ale zábavné to moc není.

## „Neotřelé“ sci-fi

Komorněji pojatý sci-fi žánr je v seriálech i filmech obecně na vzestupu. A já mám z toho upřímnou radost. Při sledování trampot vysokéhoškolského učitele fyziky Jasona, 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 dost. Tempo vyprávění je utahané, chování postav minimálně nepříliš uvěřitelné, ne-li přímo de\*ilní. Navíc nemá divák při sledování seriálu jiného lákadla než naděje, že mu tvůrci brzy zodpoví nastolené otázky.

Tvůrci seriálu na to zkrátka zatím nejdu 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 tempem a slabým scénářem. Jedinou 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

## HOKEJ TÁHNE

# 1,8

Nejsledovanějším pátečním televizním pořadem byl zápas českých hokejových reprezentantů s Rakouskem. Sledovalo jej téměř 1,8 milionu diváků. ZDROJ: MEDIAGURU

## Případ pro Matáska, vášnivého rybáře

Po seriálovém hitu *Vedlejší produkt*, který se dočkal v předchozích týdnech chvály i na stránkách deníku *Metro*, zařazuje Česká televize do vysílání další populární krimi sérii. Prostřednictvím repríz se totiž vrací *Případy pro – kriminální série adaptující detektivní knížky Hany Proškové*.

Trampoty Viktora Preise coby kriminalisty Vašátka, kterému pomáhá jeho sekundant, malíř a vášnivý rybář Horác v podání Davida Matáska, začaly vznikat již v roce 2013. A právě tuhle sérii Česká televize vrací již tuto nedě-

li na obrazovky. První díl nese název *Případ pro rybáře*. Internetoví diskutéři si již nyní dělají legraci z toho, že bude na obrazovkách tuzemských televizních stanic již brzy „přematáskováno“.

Diváci totiž budou moci koukat na tohoto českého herce hned třikrát týdně. Televize Prima totiž nadále ve středu a v sobotu uvádí další oblíbený krimi seriál s názvem *Polda*.

V něm je však Matáskova role jiná. Nehraje tu sekundanta, nýbrž hlavního vyšetřovatele ze staré školy Michala Břízu.

JAR

## 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 příchutích eukalyptu, peprmintu, 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](http://Batstore.cz) a v rámci sítě vybraných trafik a čerpacích stanic.



## 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 získejte 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.

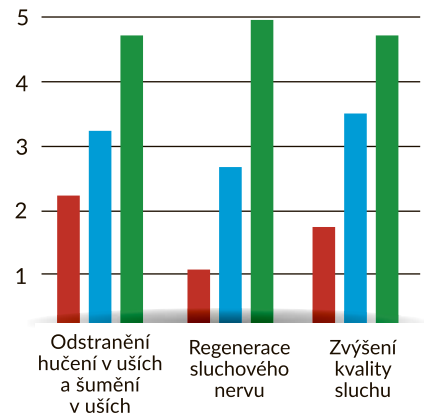
## Údaje potvrzené studii

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 získejte 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.

# PLAY

## 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 úspěšné. 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 panoramata 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.



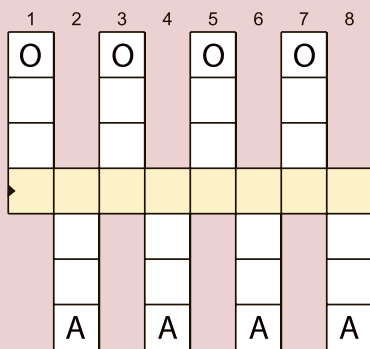
PETR KUKAL  
OKRESNÍ BÁSNÍK

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

LUŠTĚNKA: CHALOUPKA  
ŘEŠENÍ SUDOKU:

### LUŠTĚNKA

- plod ořešáku
- motorová vozidla
- dravý pták
- části domů
- citosl. ohrazení (těž oho)
- část chodidla
- protiklad
- knihy na fotografie



## @mojemetro



„Ráda kreslím a ráda jezdím metrem – zvláště linkou A –, a tak jsem si říkala, že zkusím poslat obrázek do metrotagu. Jen bych prosila, abyste mě když tak otiskli anonymně, kdyby to bylo možné. S přáním hezkého dne, Tereza Nováčková.“ To jsou doprovodná slova autorky, která se samozřejmě jmenuje úplně jinak.

## #METROTAG

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



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.**

**J**ak 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 rozhodoval 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 utěsňování 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 unikala, 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 utěsňují 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.

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			



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: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



- 20.10 Stíny v mlze II (7/12)**  
Čarovná noc. Krimiseriál (ČR, 2023). Hrají: P. Špalková, J. Vyoralík, 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, nekraď, 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**  
Komedie (It., 1982). Manžel dává před radovánkami přednost dostihům. Hrají: M. Vittorio, 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



### Starožitnosti

## VYKOUPIME KNIHY

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

Bibliofilie  
a cenné  
knihy  
oceníme  
každou  
zvlášť.

Telefon:  
**773 735 939**

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

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

## STAROŽITNÍK KOUPI:

obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, mince a bankovky, šperky a klenoty, kapesní a náramkové hodinky, sošky

Výkupy jezdím celý týden včetně sobot i nedělí. Děkuji za nabídky. Volejte po celý den  
Tel.: 702 401 621

### Práce - nabídka

• ZŠ Vybíralova Praha 9 přijme učitele pro 1. i 2. stupeň (zejména chemie) a asistenta pedagoga. Pokud máte o práci zájem, zašlete své CV na: reditel@zsvybiralova.cz.

• Hledáme pracovníky na úklid osobních vlaků na HPP. Směnný provoz, Praha 4. Tel.: 603301309.

• NABÍZÍME 176,60-210 Kč/HOD za pultový prodej lahudek/dopek pečiva. Směny dle Vašich možností s nástupem ihned. Tel.: 222534534, www.creditzech.cz

• Akreditovaná BA přijme pracovníky ostrahy v Praze: Luka, Stodůlky, Chodov. Mzda od 120 Kč/hod. čistého. Otevíráme více pozic. Tel.: 720823732.

• Československá akademie obchodní, Praha 2, Resslerova 5, přijme recepční/ho na částečný úvazek 28 hodin týdně, střídavě směny ranní/odpolední. Nástup dohodou. Stručný životopis zašlete na emailovou adresu mrazkova@cao.cz. Blíže informace na tel. 224922228.

## PRÁCE V OBLASTI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY



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

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



**VOLEJTE ZDARMA**  
**800 108 111**  
nabor@abasco.cz



## ADESTRA security, spol. s r. o.

Přijme nové kolegy na pozici:

### STRÁŽNÝ/SECURITY

Nabízíme:

- Mzda 130 – 170 Kč/hod.
- Možnost ubytování
- Náborový příspěvek
- Možnost záloh

Požadujeme:

- Certifikát strážný výhodou
- Spolehlivost

Kontakt:  
tel.: 775 718 509  
e-mail: personalni@adestra.cz  
www.adestra.cz

### M2C

## OSTRAHA OC A ADMIN. BUDOV PRAHA

Mzda až **1 900 Kč**  
za směnu.

800 111 112

prace@m2c.eu

Bezpečnostní agentura přijme:

### zaměstnance včetně OZP

pro ostrahu objektů v Praze  
bez možnosti ubytování

Požadujeme: trestní bezúhonnost

Nabízíme: dobré mzdové podmínky

Info: po-čt 9.00-15.00 hod.  
Tel.: 222 780 671, 737 337 088

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce referenta/referentky DO PRAVNÍCH PŘESTUPKŮ. Blíže informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 29.05.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Mgr. Ripa, DiS., tel. 220 189 761.

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

### SPŠS, škola hl. m. Prahy, Betlémská 4/287, Praha 1,

hledá do dynamicky se rozvíjející školy s nárůstem žáků, kolegy a kolegyně, loajální, spolehlivé a prouřstové učitele/ky na plné i částečné úvazky. Nástup od 1.9.2024

- učitel/ka matematiky
  - učitel/ka programování
  - učitel/ka praktické výuky
  - učitel/ka AGJ a španělštiny
  - učitel/ka odborných předmětů
- (technické vybavení budov - TVB, stavba a provoz strojů - SPŠ, technické kreslení - TK, mechatronika - MEC, automatizace - AUT, základy techniky - ZKT, strojírenská technologie - STT, CAD) a

KUCHARĚ/KUCHARĚKU  
s nástupem ihned.

Své CV zašlete na  
reditel@betlemska.cz

### STAŇTE SE DÁRCEM KREVŇÍ PLAZMY

900 Kč\* za každý odběr → 1 800 Kč\* měsíčně → 23 400 Kč\* za rok

- Pomůžete zachránit lidské životy
- Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu
- Občerstvení zdarma a zajímavé dárky

### METRO HRADČANSKÁ

\*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.

unica plasma | www.unicaplasma.cz | Tel.: 733 474 770

• ZŠ a MŠ Antonína Čermáka, Praha 6 hledá učitelky do MŠ Antonína Čermáka a asistenty/ky pedagoga do ZŠ. Zájemci mohou volat na číslo 224311116 nebo psát na e-mail: skola@zscermaka.cz

• Nemáte uplatnění ve svém oboru, nebo hledáte změnu a chcete si vydělat až 35.000 Kč čistého měsíčně v místě Vašeho bydliště? Poďte pracovat k naší bezpečnostní službě jako pracovníci ostrahy. Info na tel. 800100286, 724596648

• Hledáme nové kolegy na pozici **BEZPEČNOSTNÍ PRACOVNÍK, security** v Praze. Nenáročná práce na HPP či DPP. Požadujeme spolehlivost, fyzickou odolnost a čistý TR. Finanční bonusy. Volejte p. Svitáka - 604889979

## SHÁNÍTE STABILNÍ PRÁCI? HLEDÁME POPELÁŘE, ŘIDIČE sk. B, MANIPULAČNÍ DĚLNÍKY

JAKÉ BENEFITY DOSTANEŠ:  
5 TÝDNŮ DOVOLENÉ, MHD ZDARMA,  
STRAVENKY, MULTISPORT KARTA,  
FLEXI PASSY, PRÉMIE, příspěvek  
na PENZIJNÍ POJIŠTĚNÍ atd ...

NAJDETE NÁS NA:  
704 657 974  
705 809 151  
www.psas.jobs.cz

PRÁŽSKÉ SLUŽBY, a.s.  
Pod Šancemi 444/1, Praha 9

## EUROPAPIER - BOHEMIA EUROPAPIER Velkoobchod s papírem

### SKLADNÍK

- Praha 10, přátelský kolektiv
- Nástupní mzda 31.000 Kč včetně odměny
- Možnost plně hrazených přesčasů
- 13. mzda + další mimořádné odměny
- Flexipassy 1.500 Kč/kvartálně
- Stravenky 180 Kč, 5 týdnů dovolené
- Průkaz na VZV/retrak zdarma
- Další atraktivní benefity

Martin Čukalovský - tel.: 727 931 214  
m.cukalovsky@europapier.cz | www.europapier.cz  
K Pěrovně 1384/13, Praha 10 – Hostivař

Přijmeme nové kolegy na pozice:

## STRÁŽNÝ, RECEPČNÍ

NABÍZÍME:

- pravidelná výplata
- týdenní zálohy
- možnost ubytování
- osobní ohodnocení
- firemní oblečení

POŽADUJEME:

- spolehlivost
- příjemné vystupování
- čistý RT
- certifikát strážného výhodou

Kontakt:  
tel.: 608 232 044

• Módní ateliér v centru Prahy hledá zkušenou STRÍHAČKU / MODELÁŘKU střihů na ŽL, pracovní poměr možný. Dobrý finanční ohodnocení. Tel: 605257191.

• Parkoviště Tuhoměřice: Hledáme 3 osoby od 1.6. na obsluhu jezdvové brány. Jedná se o 12 hod směny (3xdení, 3xnoční, 3xvolno). Plat 135,-Kč / hod čistého. Vyplácíme týdně. Tel: 734513843

• Gymnázium Budějovická přijme hlavní kuchařku do šj. Praze v oboru, plný úvazek, dobrý kolektiv, nástup od 26.8.2024.  
sona.fikova@gybu.cz, 227053142.

Přijmeme invalidní důchodce na pozice

## RECEPCE A OSTRACHA

- mzda od 125 Kč/hod.
- náborový bonus 10.000Kč, výplata denně

Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)  
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

• Přijmeme invalidní důchodce na recepcce. Poloviční úvazek, plat 12.400 Kč čistého. Tel. 737209797

• Hledáme spolehlivé strážné na ostrahu administrativní budovy v Praze. Dobrý kolektiv a férové jednání. V případě zájmu volejte na tel. 607293296

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

• Přijmeme prodavačku na 4 hodiny denně do butik v Praze 1. Výhodné pracovní podmínky. Tel. 603526895

• Přijmeme IHNEDE na HPP pracovní na úklid VŠ koleji v P-4. Prac. doba 7 - 15.30 hod. Občasné vikendy na 3-4 hod. Plat 22.500 - 31.500 Kč. T. 774771103

• Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola a Gymnázium Praha 1 Alšovo nábřeží 6 přijme kvalifikovaného učitele, kombinace Tělesná výchova, Matematika, Fyzika, IKT. Úvazek celý nebo částečný. Nástup září 2024. CV zašlete na pohlova@szspraaha1.cz

• Školní jídelna ZŠ na Praze 6 přijme vedoucí školní kuchyně se zkušenostmi z oboru na hlavní pracovní poměr. Kontakt: M. Níková tel. 725527892.

• ÚKLID 24 přijme muže i ženy na úklidové práce v Praze. Osobně: Po-Pá 7:30 -10:00 hod., Křenova 15, P6-Petřiny.

• Pohodové VYBALOVÁNÍ ZBOŽÍ-směny denní/noční, 165-214,50 Kč/hod dle směny a lokality. Online rezervace, zálohy, prodejny Praha a okolí. T.: 222534534

• Čistírna koberců přijme zaměstnance (i důchodce) na příjem zakázek + jednoduchou administrativní činnost na zkrácený úvazek. Praha 3. Tel. 603518242

• ZŠ Praha 6 přijme kuchařku a pomocnou kuchařku na plný úvazek. Nástup 19.08. 2024, kontakt: pani Vaisová tel.: 737489160, 220511299.

• 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

### Hobby - nabídka

## SBĚRATELSKÝ KABINET

Michelská 12A, Praha 4, Michle  
VYKOUPIME IHNEDE ZA HOTOVÉ

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

## VÝKUP KNIH!!! 2 000 Kč ZA KAŽDÝCH 10 KNIH, KTERÉ OD VÁS VYKOUPIME

Cenné knihy ohodnotíme zvlášť.  
Vykoupíme také POHLEDNICE A MAPY!

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.  
Návštěvy u nás až po tel. domluvě.  
Likvidujeme též celé pozůstalosti.  
Tel.: 602 229 348  
sberatelskykabinet@post.cz

## Český tým posílí Zacha i Pastrňák

Potvrzeno, očekávané posily z NHL David Pastrňák s Pavlem Zachou doplní český výběr na domácím hokejovém šampionátu. Útočníci Bostonu prošli zdravotními prohlídkami a klub je pustil. K týmu se připojí dnes. Mohli by tak naskočit už do závěrečného skupinového klání s Kanadou, které je na programu v úterý. Síla českého národního týmu, který měl včera a má i dnes volný den, tak roste. Papírově se teď jistě zařadí mezi nevyraznější medailové adepty. 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**



ČTK

INZERCE

**Svijany**  
český rodinný pivovar  
1564

**CHLAZENÉ V PLECHOVCE,  
ČEPOVANÉ V HOSPODĚ**

*Se Svijany budete správný fanoušek!*

450

**Svijany**  
český rodinný pivovar  
1564

PREMIUM

WWW.PIVOVARSVIJANY.CZ

## 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 nejvíce 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 parták 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.

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

Tohle je zápas, které si celé Česko vysnilo, proti našim se představí esa 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 projevilo i v kurzech, kolébka hokeje je v kurzu 1.81 favoritem. Také sázkaři se přiklá-



ní 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 gólmáni. 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.

## 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 centrální střelec základní části Auston Matthews z Toronta (514).

## Edmonton udržel naději

Obránce Filip Hronek asistoval u jediného gólu Vancouveru při prohře 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

**Spartané 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 hattricku 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	0:1
Pardubice-Karviná	4:0
Budějovice-Jablonec	2:2
Zlín-Bohemians	1:2

*O přímém sestupujícím se rozhodne v závěrečném dějství nadstavby. Jistotu záchrany mají Pardubice.*

čet bodů a sedmadvacet výher hovoří samy za sebe. (...) Nikdo z nás si obhajobu neprozhl, 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 náročné 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 spartánští 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.

Některí 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 záznamů policejní těžkooděnci použili proti fanouškům pepřový sprej, což odnesli i další lidé v davu včetně dětí. Před stadionem je ošetřovali záchranníci.

„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

4

Manchester City je opět anglickým fotbalovým mistrem. Počtvrté za sebou. V závěrečném 38. kole porazil West Ham 3:1. **MET**

INZERCE

# FORTUNA

ti přeje

VSAĎ SI 5\*

# BET&GET

na **ifortuna.cz**

**FORTUNA**

Stáhnout v

App Store

ROZJEDTE TO


Google Play

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.



# SVEZTE SE PRAHOU VE VELKÉM STYLU.



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



## JÍZDU VÁM MŮŽEME ZPESTŘIT HUDEBNÍ PRODUKČÍ ČI CATERINGEM.

CENA OD 4 900 KČ/HOD.



Kontakty: [obchod@dpp.cz](mailto:obchod@dpp.cz)  
Bližší informace o pronájmech jízd  
tramvají se dozvíte na: [www.dpp.cz/jizdytram](http://www.dpp.cz/jizdytram)



Dopravní podnik  
hlavního města Prahy