

metro

Čeští fotbalisté do 21 let mají na ME těžkou skupinu. Trenér Jan Suchopárek ale věří, že lze postoupit. **STRANA 24**



Karel IV., Mácha nebo Bezděz budou z písku

Bývalá tělocvična v areálu zámku v Doksech u **Máchova jezera** se mění v galerii. Sochy zde tvoří Tomáš Dostál, k vidění budou **od 1. července**.

INZERCE

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme
(pro více než 300 ks)
zaPlatíme
odvezeme

Celá ČR

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

Stačí platit

Komiksová autorka Štěpánka Jislová přišla s novým nápadem. Dílo Supro: Hrdinové na dluh pojednává o tom, že lze výjimečné schopnosti koupit. Více prozradí v rozhovoru. **STRANY 6-7**

Začíná seriál

Každou středu se budete celé léto moct těšit na rozhovory s pořadateli děl festivalů. Premiérový díl seriálu je s Davidem Gaydečkou, který stojí za Metronomem Prague. Líčí, proč je výhodné mít akci v Praze. **STRANA 18**

INZERCE

Cenově dostupné byty jsou zpět!

Výhledy Barrandov II

Bydlení s výjimečným výhledem
za nejlepší ceny

EKOSPOL®

www.ekospol.cz
tel.: 233 372 021

S GARANCÍ
NEJNIŽŠÍ
CENY



Lékaři řeší, proč rakovina plic trápí víc i nekuřáky

Odpůrci elektromobilů argumentují, že každé takové bezemisní auto má svůj „opravdový“ výfuk v nějaké tepelné elektrárně.

Prevence. Prevence. Prevence. Lékaři specializující se na léčbu nádorových onemocnění se napříč republikou shodují, že pozitivní roli v problematice hrají média.

Politik chválí média

Protože například z průzkumu mezi třemi tisícovkami pacientů a těmi, kteří navštívili v posledních letech Všeobecnou fakultní nemocnici (VFN) v Praze, vyplynulo, že preventivní prohlídky absolvují jen někteří a navíc značná část na ně začala chodit až

poté, co se o nich dozvěděli z novin, internetových zpravodajů nebo televize a rádií. „V tomto směru je role novinářů nezastupitelná a dalo by se říci, že rozhodující,“ připouští Vlastimil Válek, ministr zdravotnictví. Přestože na něm média často nenechají niť suchou.

Prevence rakoviny je pro české zdravotnictví, stát i zdravotní pojišťovny násobně levnější než následná léčba. „Průzkum mezi pacienty naší nemocnice ukázal, že nejčastěji využívají preventivní prohlídky, které se zaměřují i na odhalení rakoviny, lidé mezi čtyřiceti a padesáti lety, ale i z této skupiny je to necelých třicet procent,“ konstatuje David Cibula, který je současně přednostou gynekologicko-porodnické kliniky ve známém Apolináři.

Jako specialista na porodnictví může mít Cibula radost alespoň z toho, že na pra-

videlné gynekologické prohlídky nechodí je osm procent žen. „Absolutně vedou preventivní návštěvy u zubáře, to si značná většina lidí hlídá, škoda že to neplatí i u screeningu rakoviny,“ podotýká David Cibula.

Ženy se vyrovnávají mužům

V české populaci se ze zlobných onemocnění vyskytuje nejvíce rakovina kůže, ta tvoří přes osmdesát procent těchto chorob. Mortalita je u tohoto typu ale podstatně menší než u plicních nádorů. Na ty ročně zemře mezi pěti až šesti tisíci obyvateli Česka. „Mírně klesají onemocnění a úmrtí u mužů, mírně stoupají u žen,“ říká Luboš Petruželka, přednosta onkologické kliniky VFN.

Ženy se podle poznatků lékařů stále ještě snaží v kuřácké „módě“ dohnat mužskou část populace. „Na co zatím nemáme spolehlivé vysvětle-

ní, je lehce přibývajících rakovin plic u nekuřáků,“ poukazuje Petruželka.

Ve městech dýcháme auta

Může za to vzrůstající automobilový provoz. Doprava tvoří v Česku jen patnáct procent škodlivých emisí. Jenže působí hlavně v uzavřených městech. V nich žije sedmdesát procent populace, ta je vystavena vysokému náporu škodlivin. Vysoká elektrifikace osobních aut i MHD ve městech by produkci škodlivin hodně omezila. I přesto, že část elektřiny je z elektráren vypouštějících do ovzduší emise. Kritici elektroaut zdůrazňují, že jejich jízda vlastně není bezemisní.

Podle posledních údajů magistrátu z roku 2019 se jen v Praze podílela automobilová doprava na celkových emisích tuhých znečišťujících látek téměř devadesáti procenty.

PAVEL HRABICA

INZERCE

AMBER



PLASMA

ABRAKADABRA!

Staňte se superhrdinou.

Darujte krevní plazmu a získejte dárek.

800 Kč

ZA KAŽDÝ ODBĚR
finanční náhrada

+



www.amberplasma.com

➤ V Hůrkách 2145/1, Praha - Butovice ◀

OBŘÍ OPLATKA

13

Do České knihy rekordů míří obří Tatranka. Váží 13 kilogramů. Maxi oplatka odpovídá 240 kusům běžných Tatraneček. **ČTK**



Když Brnem táhli mamuti

Lidi a zvířata doby ledové Zdeňka Buriana vystavuje brněnský Pavilon Anthropos. Jde o 200 olejomalb, které před 50 lety přímo od autora koupilo Moravské zemské muzeum. Výstava se jmenuje Když Brnem táhli mamuti. **ČTK**



Legendární umělec Brian Eno svou hudbou zklidní Pražany

Klid. To přinese hudba slavného muzikanta na novou výstavu.

V Galerii Rudolfinum (GR) se až do 23. září koná zajímavá výstava NAVE. S ní se po roce do této galerie se svou tvorbou vrací český umělec žijící

ve Spojených státech Jiří Přihoda. Ten tvoří na pomezí sochařství, objektu a architektury. Ke své tvorbě využívá také hudby, v minulosti ke svým objektům použil části hudby z filmové série Star Wars nebo velkofilmu Titanic. I jeho nová výstava je doplněna hudbou. A ne jen tak „občejnou“. Do výstavy se zapojila muzikantská legen-

da Brian Eno! Britský umělec a producent připravil svou ambientní hudbu, která představuje ticho a klid.

Hudebník, producent, výtvarník a aktivista Brian Eno se poprvé mezinárodně proslavil na počátku 70. let jako zakládající člen britské skupiny Roxy Music, poté následovala řada jeho sólových alb a spoluprací. Jako producent

se podílel na albech skupin Talking Heads, U2, James a Coldplay. Dlouhý seznam jeho spoluprací zahrnuje nahrávky s dalšími velkými postavami světové hudby Davidem Bowiem, Johnem Caleem nebo Davidem Byrneem. Letos v říjnu bude oceněn Zlatým lvem za celoživotní dílo na Benátském bienále Musica a v Teatro la Fenice. **MAP**



Přihodova tvorba, která se v Praze představila loni v létě. **GR**

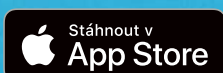
INZERCE

KUPÓNY PRO VÁS

ŠETŘETE **NEJVÍC** NA TOM, CO MÁTE **NEJRADEJÍ**



Každý týden pro vás v aplikaci Můj Albert na míru vybíráme několik produktů z letáku, které mají akční cenu. Vy k nim můžete díky kupónům získat ještě něco navíc. Kredity, které pak vyměníte za slevu na cokoliv.



Čeští archeologové vyrazili na plavbu ve vydlabaném člunu

Členové experimentální archeologické expedice chtějí přispět k poznání o šíření raných zemědělských kultur ve Středomoří.

„Pokusíme se přeplout Egejské moře z východu na západ,“ řekl ještě předtím, než spolu se svými kolegy vyrazil z Hradce Králové do Řeka, archeolog a organizátor expedice Radomír Tichý.

Výprava českých archeologů by měla přispět k poznání o šíření raných zemědělských kultur ve Středomoří. Navazuje na námořní výpravy hradeckých archeologů ve vydlabaných člunech z let 1995, 1998 a 2019, z nichž dvě byly v Egejském moři. Téměř tři tuny vážící člun je



Experimentální archeologové z Archeoparku Věstary na Králověhradecku vyrazili po Egejském moři. Plavidlo vydlabané z jednoho kusu kmene vyplulo z ostrova Samos u pobřeží Turecka.

RADOMÍR TICHÝ

z jednoho kusu kmene. Má délku 11,5 metru, široký je až 120 centimetrů. Členové expedice jej v Česku vyzkoušeli v rámci vodáckého dne na rybníku Biříčka na okraji Hradce Králové. „Stabilita člunu nás překvapila. Všechny udivilo, jak rychle se člun z plavebního okruhu vrátil,

když v něm pádlovali jen laičkové,“ řekl Tichý. Členové výpravy, která má celkem 25 lidí, do Řeka odcestovali v pátek 16. června letcky, jejich čluny do Řeka odvezly kamiony.

Trasa Monoxylonu IV by měla být dlouhá kolem 530 kilometrů. Bude mít

17 úseků mezi ostrovy. Češi vyrazili z řeckého ostrova Samos u pobřeží Turecka, míří přes ostrov Mélos s významným zdrojem obsidiánu a dále do Řeka na poloostrov Peloponés do Argolického zálivu s významnou archeologickou lokalitou, jeskyní Franchthi z období neolitu.

Mezi ostrovy bude vzdálenost až 50 kilometrů. Při rychlosti pět kilometrů za hodinu to bude znamenat až deset hodin pádlování.

Archeologové si chtějí především ověřit, za jakých podmínek lze Egejské moře překonat. Při plavbě budou také zkoušet přepravu nákladu, který v minulosti mohla tvořit i zvířata. Náklad budou simulovat pytle se šterkem. Předlouhou expedičního plavidla bylo 8000 let staré neolitické plavidlo s plochým dnem, objevené v roce 1994 v jezeře Bracciano u Říma.

Člun archeologové vyrobili z kmene vyvráceného dubu, který zhruba 300 let rostl v lesích v oboře Mochove u Opočna na Rychnovsku. Na otesání kmene a výrobě člunu členové expedice pracovali loni od dubna do září. Zhruba ze třetiny jej opracovali replikami neolitických kamenných nástrojů. **ČTK**

INZERCE

Superbrands 2023
HVĚZDY MEZI ZNAČKAMI ČR

AWARDED
Superbrands
CZECH REPUBLIC'S CHOICE
2023

POMÁHAJÍ

20

Ve sbírce Český den proti rakovině, která se konala v květnu, se sešlo přes 20 milionů korun. Lidé mohli kupovat žluté kytičky, posílat dárcovské SMS nebo přispět na sbírkovém účtu. V den sbírky, 10. května, nabízelo 900 000 žlutých kytíček se světle modrou stužkou více než 14 200 dobrovolníků. MET

KRÁTCE

Češi chtějí eutanazii

Naprostá většina Čechů je pro svobodu rozhodování o interrupcích a eutanazii, tedy dobrovolném ukončení života nevléčitelně nemocného člověka. Jsou pro její uzákonění. Vyplývá to z průzkumu Centra pro výzkum veřejného mínění Akademie věd ČR. Češi jsou benevolentní k prosti-tuci, dvě pětiny lidí by ji uzákonyli jako živnost.

Obhajoba nebude

Slovenská prezidentka Zuzana Čaputová se příští rok nebude ucházet o znovuzvolení. Řekla to novinářům a uvedla, že by už neměla dostatek sil na další funkční období. Hlavou slovenského státu se stala po vítězství v přímé volbě v roce 2019 a její pětiletý mandát skončí v polovině června 2024. Předtím ve vysoké politice nepůsobila. Čaputová je nejpobulárnějším politikem v zemi. ČTK



Králové vinylů míří k 80 milionům

Gramofonové desky jsou už několik let trendy. Jejich největší výrobce – česká firma z Loděnice – letos očekává rekord.

Společnost GZ Media plánuje, že letos vyrobí kolem 80 milionů gramofonových desek, meziročně o pětinu více. Za růstem produkce je hlavně zvýšená výrobní kapacita v amerických závodech. „Situace na trhu s gramofonovými deskami se postupně stabilizuje a dochází k vyrovnání nabídky s poptávkou. Na trhu je dostatečná kapacita a více se projevuje konkurenční boj,“ říká generální ředitel firmy Michal Štěrba.

Firma, která je světovou jedničkou ve výrobě vinylů,

PRVNÍ ELPÍČKO PŘED 75 LETY

Jehlu do drážky gramofonové desky pokládají lidé od konce 19. století, opravdový rozmach ale zaznamenala až s příchodem vinylových elpíček.

- Za jejich vznikem stojí společnost Columbia Records, která před 75 lety, 21. června 1948, představila formát vinylového LP alba (Long Play).

- Výroba vinylů se ve světě sice na začátku 90. let minulého století zhroutila,

na trhu je válcovaly Compact discy, poté MP3 přehrávače.

- Firma GZ Media nepříznivou dobu ustála, byť spousta strojů musela rozprodát.

- Gramofonové desky jsou opět populární a nyní na nich firma ze středočeské Loděnice staví své podnikání. Ve světě podobných výrobců už moc není.

- Loňské tržby firmy byly rekordní – v přepočtu zhruba 7,9 miliardy korun.

má hlavní výrobní závod v Loděnici na Berounsku a další provozy v Soběslavi, Hýskově a Příbrami. Dceřině společnosti má i v Kanadě, Francii a ve Spojených státech, kde

zažívá velký růst. „V USA se nám daří, postupně navyšujeme kapacitu. Již nyní jsme největším výrobcem desek v severní Americe,“ uvedl Štěrba. ČTK



ZK PROFIMEDIA

Dostane karlovarskou cenu

Mezinárodní filmový festival Karlovy Vary oznámil dalšího hosta ze zahraničí. Cenu prezidenta festivalu dostane americká herečka Robin Wrightová, známá především jako Jenny z filmu Forrest Gump. Za tuto roli byla nominována na Zlatý glóbus. Mezi hosty 57. ročníku festivalu bude například herec Russell Crowe, který dostane Křišťálový glóbus za mimořádný umělecký přínos světové kinematografii. Přijede i skotský herec, režisér a producent Ewan McGregor a švédská herečka a producentka, držitelka Oscara Alicia Vikanderová. ČTK

INZERCE

Hyundai BAYON a TUCSON.

Inhned k odběru v AutoPalace Butovice.

Již od

2 065 Kč včetně DPH
měsíčně při financování



Neváhejte a pořiďte si nové SUV BAYON nebo TUCSON se zvýhodněním až 95 000 Kč. Oba modely máme skladem. Využít můžete i financování od Hyundai FINANCE s nízkou měsíční splátkou. Navíc získáte zimní pneumatiky zdarma a další příslušenství pouze za 1/2 ceny. Více informací získáte od našich prodejců.

AutoPalace®

HYUNDAI

5 Záruka

5 Hyundai Assistance

Název produktu Hyundai VARIANT. Uvedené pravidelné měsíční splátky kalkulovány na model BAYON 1.2i Play v hodnotě 419 990 Kč vč. DPH. Akontace ve výši 70 % ceny vozu ve výši 293 993 Kč, počet splátek 24. Poslední nerovnoměrná splátka ve výši 106 050 Kč. Hovorijní a zákonné pojištění již zahrnuto ve splátce. Kombinovaná spotřeba: 5,2-5,7l/100 km, emise CO₂: 118-129 g/km. Fotografie je ilustrativní.

AKCE

AKCE, KAM SE PODÍVÁTE



Rossini
Prosecco
Frizzante D.O.C.
0,75 l
1 l = 199,87 Kč
při koupi 1 ks 149,90
▼ 89,90 Kč

KUPETE 2
ZAPLAŤTE 1

1+1

74⁹⁵

1 ks při koupi 2 ks



+1
NÁLEPKA
NAVÍC
PŘI KOUPI
4 KS

Jogobella
150 g
více druhů
100 g = 6,60 Kč

-34%

SUPER
CENA

990

14⁹⁰

▼ Nejnižší cena za posledních 30 dní.

BILLA

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 21. 6. do úterý 27. 6. 2023.

BÝT SUPER?

Zapomeňte na fádňáky, kde se jenom střídají obrázky. Ke skupině nastupujících českých komiksových autorek a autorů Generace 2.0 patří i Štěpánka Jislová a z její tvorby se tají dech. Mimo komiksové a ilustrativní práce se věnuje herním konceptům, stripům, obálkám knih, návrhům potisků oblečení a tetování. Často jde o témata, která míří hlouběji pod povrch až do skrytých záhybů lidské duše. Ve třinácti letech trpěla silnými depresemi a kreslení pro ni byla cesta ven a terapie.

Před několika lety zaujala autobiografickým komiksem Jak jsem se zabíla, byla u zrodu české pobočky Laydeez Do Comics, organizace, která představuje veřejnosti komiksové autorky. V roce 2020 dostala Muriela za nejlepší komiksovou knihu Bez vlasů. Nedávno vydala s výtvarníky Martinou Fischmeister a Viktorem Svobodou novinku Supro: Hrdinové na dluh. Ta nabízí nový pohled na superhrdiny. Výjimečné schopnosti ve smyšleném světě Supro může mít každý, kdo za to zaplatí.

V komiksu Supro je znát inspirace Strážci od Alana Moora, malinkou paralelu jsem našel i v komiksech Sunstone, kdy dívky žijící spolu mají podobné role: úspěšná a „ta v pozadí“ – znáte ten příběh?

Znám, sérii jsem nijak detailně nelistovala, nicméně na seznamu četby to mám. Spadá to do jiného žánru než Hrdinové na dluh, ale erotický komiks je něco, co mě zajímá. Vidím to jako velkou výzvu pro autory: vytvořit něco smyslného, z čeho díky dobrému příběhu nebude hned podpultovka v papírové tašce kvůli ochraně mládeže.

Vaše hlavní hrdinky mají lesbickou sexuální orientaci, což opět boří tradiční role. Je to nyní v komiksech běžný jev, nebo je to stále vnímáno jako něco výjimečného?

Ono se možná na první pohled může zdát, že to hned na sebe bere formu agitky a že se to teď na diváka nebo čtenáře valí odevšad. Ale realita je taková, že to jsou pořád spíš menší, nezávislé projekty, které se nebojí někomu menšinového obsadit do popředí. Firmy od nadnárodních společností, jako je Disney, pod které spadá i filmový Marvel, se sice každý měsíc chlubí, jak přichází s prvním teplým hrdinou, ale dávají jim akorát tolik místa, kolik jde bez problémů vystříhnout pro kopii vyslanou na čínský trh. Proto myslím, že má smysl psát různorodé hrdiny a hrdinky co nejvíce různorodě, bez oněch agitky, které nás poučují, jak je v pořádku být jiný. Svět Supra a životy Idy a Evelíny se netočí kolem sexuální orientace. V romantické lince příběhu se může najít každý, kdo kdy cítil, že úspěch může mezi partnery stavět zeď.

Svět Supro, ve kterém si můžete aktivovat superhrdinské geny, je hezký nápad – kde jste k němu přišla?

Jsem velký fanoušek dystopií, a když jsem přemýšlela, jaký typ příběhu



„Firmy od nadnárodních společností, jako je Disney, pod které spadá i filmový Marvel, se sice každý měsíc chlubí, jak přichází s prvním teplým hrdinou, ale dávají mu akorát tolik místa, kolik jde bez problémů vystříhnout pro kopii vyslanou na čínský trh.“

ŠTĚPÁNKA JISLOVÁ, VÝTVARNICE

o superhrdinech by mě bavil, hned mě napadlo něco ve stylu Hladových her, zejména bohatstvím zkaženého Kapitola. Od toho byl už jen krůček ke světu, který se sice tváří rovnostářsky a v každém podporuje touhu, či až právo být speciální, ale místo toho, aby se o to člověk zasloužil cílevědomostí, disciplínou či dobrosrdečností, jde si to koupit jako housky na krámě. Akorát podstatně draž!

Kdy se můžeme těšit na pokračování příběhu?

Pokud náš příběh čtenáře dostatečně osloví, rádi se do pokračování pustíme třeba hned! Nicméně původní komiks trvá nakreslit skoro rok, a jelikož bychom neradi, aby nám u toho kreslíř a koloristka umřeli hladem, je třeba jim práci zaplatit. Tím chci říct, že výroba komiksu, do které samozřejmě spadá i práce nakladatelství Crew nebo samotný tisk, není levná záležitost. Proto musíme teď nějakou dobu počkat, zdali bude o pokračování zájem. Trajektorie osudů postav mám rozvrhnuté i to, kam by se příběh měl dál vyvíjet. Budu moc ráda, když dostaneme příležitost se do toho pustit.

ZAPLAŤTE SI!

Jak konkrétně probíhá psaní scénáře pro komiks? Představuji si to tak, že ho celý nakreslíte, ale po svém. Podle scénáře pak kreslí ilustrátor?

Jsem toho názoru, že rozvržení panelů a jejich souslednost, tedy storyboard, je tak důležitá část vizuální stránky komiksu, že se do toho kreslíři snažím příliš nemluvit. Moje scénáře mají podobu textového souboru, kde je popsána scéna, emoce postav a jejich činy, prokládané dialogy. Sem tam pro referenci přiložím fotku filmového záběru, z jehož atmosféry vycházím, či třeba ukázky módního stylu té které postavy. Je to o důvěře, ale i komunikaci mezi mnou, kreslířem Viktorem a koloristkou Martinou, každý přinášíme to, co umíme nejlíp, ale bez všestranné spolupráce bychom to daleko nedotáhli.

Jakou roli v tom hraje lettering, tedy typografická pravidla, a proč je tak důležitý?

Ideální lettering je jako CGI, tedy tvorba speciálních efektů, ve filmu. Pokud je dobře udělaný, ani si ho nevšimnete, ale když je špatný, může vám rychle zkazit celý příběh. Proto je důležité, aby písmo bylo přehledné a nasázené v bublinách do kompaktních odstavců. Aby se vizuálně hodilo ke stylu kresby a dodržovalo základní typografická pravidla, například aby na konci řádku nezůstávaly osamocené předložky.

Ve své tvorbě jste se v minulosti zabývala tím, že jste pomáhala propojit světy výtvarna s duševními poruchami a tím je destigmatizovat. Chystáte něco dalšího v tomto ohledu?

Zrovna jednu takovou komiksovou knížku dodělávám. Pod názvem Srdcovka vyjde v září v nakladatelství Paseka a zabývá se vším možným, od devadesátkového vyrůstání na sídlišti přes genderové role až po psychologické teorie o tom, proč nás to táhne k určitým typům partnerů. Je to tragicko-komediální kniha o milost-



Knihu vydalo komiksově nakladatelství Crew. Má 160 stran. CREW

ných eskapádách, moderním randění, ale i o osamělosti a také sexuální násilí.

Říkáte, že kreslení je lék na depresi. Doporučila byste to mladým lidem, kteří jimi trpí? Jak začít?

Raději bych jim navrhla, ať najdou jakoukoli činnost, která v jejich životě může plnit obdobnou funkci. Ať už je to kreativní vyžití, nebo třeba sport. Jde o to, aby měli smysluplný způsob, jak trávit čas, jak lépe poznat sami sebe. Něco, v čem se lze zlepšovat a růst, ale bez stresu z hodnocení a konkurence. Pro mě má kresba přidáný rozměr toho, že jsem se skrz ni naučila vyjadřovat svoje myšlenkové postupy, strasti i radosti. Komiks mi pomohl tyto věci komunikovat s okolím, odstranil stud, který jsem si se sdílením spojovala, a to postavilo most mezi mě a lidi, kteří prošli podobnou zkušeností.



PETR HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz



Za novinkou Supro stojí vedle Štěpánky Jislové kreslíři Viktor Svoboda (Rychlé šipy a jejich užasná nová dobrodružství) a Martina Fischmeister (La Loba).

CREW



+1
NÁLEPKA
NAVÍC
SIGG

**Nestlé
Dětské
cereálie**
375 g
vybrané druhy
100 g = 21,31 Kč
↓ 79,90 Kč

-27%
**SUPER
CENA**
79⁹⁰
109⁹⁰



+1
NÁLEPKA
NAVÍC
SIGG

**Austria
Mozartkugeln**
148 g
100 g = 26,96 Kč
↓ 39,90 Kč

-45%
39⁹⁰
71⁹⁰



**Božkov
Vodka**
0,5 l

1 l = 219,80 Kč
↓ 109,90 Kč

-31%
109⁹⁰
159⁹⁰



+1
NÁLEPKA
NAVÍC
SIGG

**Lenor
Aviváž**
od 37 dávek
více druhů
1 dávka = od 1,63 Kč
při koupi 1 ks 139,90

-43%
**MULTIPACK
OD 2 KS**
79⁹⁰
1 ks

↓ Nejnižší cena za posledních 30 dní.

BILLA
PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 21. 6. do úterý 27. 6. 2023.

Byty v Kralupech nad Vltavou mají oproti Praze o pokoj navíc

Život v metropoli má nesporné výhody. Bydlení mimo ni ale také nepostrádá benefity. Třeba víc prostoru pro bydlení.

V novém projektu společnosti FINEP v Kralupech nad Vltavou dostanou klienti za své peníze ve srovnání s Prahou pokoj navíc. Zajímavá lokalita třicet minut vlakem od centra hlavního města a atraktivní cenovka. To jsou hlavní taháky nového developerského projektu, jehož výstavbu včera firma oficiálně zahájila.

Spoje do Prahy za rohem

Kralupská Rezidence u Vltavy vyrostе v bezprostřední blízkosti vlakového a autobusového nádraží a jen několik minut chůze od břehu řeky. V osmi domech nabídne 437 bytů o velikosti 1+kk až 4+kk. Ceny za 1+kk začínají již na 2,6 milionu korun. Podobné byty se aktuálně v Praze prodávají za ceny kolem pěti milionů korun.

„Trh s bydlením po měsících stagnace opět ožívá. Proto chceme nabídnout takové bydlení, které zákazníci vyhledávají,“ komentuje zahájení prodeje generální ředitel společnosti FINEP Tomáš Par-



V osmi bytových domech, v přímé blízkosti vlakového a autobusového nádraží s pravidelnými spoji na Prahu a do dalších směrů, vyrostе 437 bytových jednotek s byty o velikosti od 1+kk až po 4+kk. 2x FINEP

dubický. „V Kralupech nad Vltavou tak budou k dispozici za zajímavé ceny byty v atraktivní klidné lokalitě, navíc s dopravní dostupností srovnatelnou s mnoha pražskými čtvrtěmi.“

Bydlení již s novým DPH

Vládní konsolidační balíček slibuje od roku 2024 snížení DPH na bydlení z 15 na 12 procent. Společnost FINEP se proto rozhodla u bytů v Kralupech nad Vltavou upravit ceny tak, jako by no-

vela DPH byla už v platnosti. S pořízením bydlení tak zákazníci nemusí otálet, výhodněji nakoupí již nyní.

Společnost se vydala poprvé mimo Prahu

Společnost FINEP se v minulosti soustředila na výstavbu v hlavním městě. Toto je první developerský projekt za hranicemi Prahy. „Vždy jsme se snažili nabídnout bydlení v hranicích hlavního města a často jsme na rezidenční čtvrti proměňovali pražské

brownfieldy,“ komentuje Tomáš Pardubický. „Do Kralup vstupujeme po pečlivé analýze, ze které vyplývá, že je zde jednak vysoká poptávka, současně tady můžeme nabídnout zajímavou alternativu bydlení v hlavním městě. Dopravně dobře dostupná sídla ve Středočeském kraji se stávají pro mnohé zákazníky žádaným místem.“

Byty, obchody i služby

I v Kralupech nad Vltavou bude FINEP stavět podobným



Kralupy představují kvalitní bydlení v dosahu Prahy.

způsobem jako dosud v Praze. Celkem osm domů vytvoří celek, který kromě bydlení nabídne také obchody a služby umístěné v parterech. Součástí projektu je také školka a venkovní multifunkční sportoviště. Mezi domy vzniknou zelené dvorky nabízející prostor pro setkávání obyvatel, pro společné grilování nebo pro dětské hry.

Více informací je na internetovém webu projektu: <https://www.finep.cz/cs/kralupy-rezidence-u-vltavy/>. MET

INZERCE

**NOVÉ BYTY
OD 2,6 MIL.
U NÁS JIŽ S NIŽŠÍ DPH**

finep.cz



Kralupy n. Vlt.

FINEP

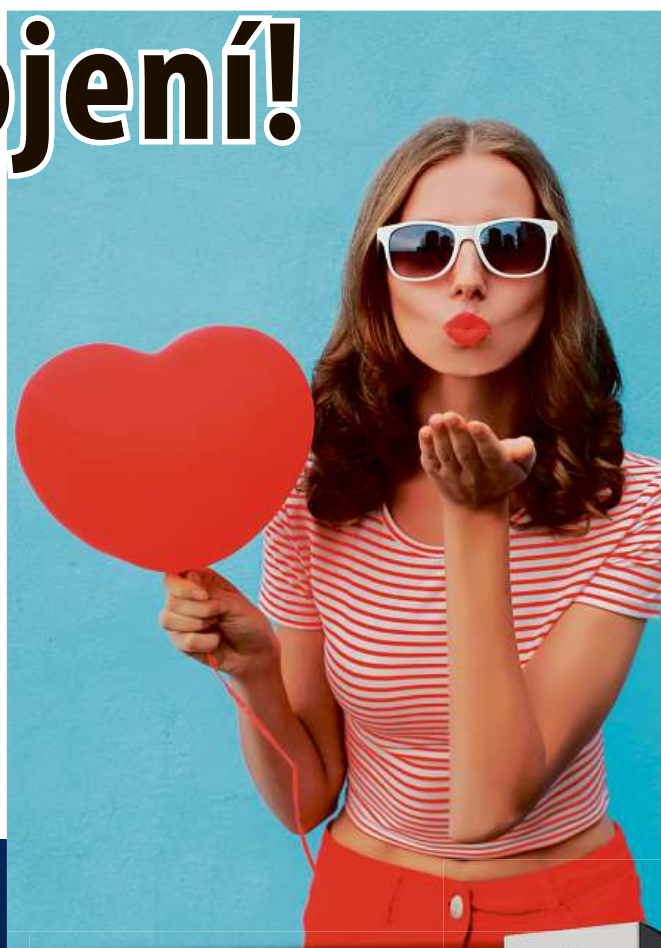
Bud'te spokojen!'

CHRAŇTE SVŮJ ZRAK silou borůvek

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

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

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



Husté složení, hustý výsledek

Nejste spokojeni se stavem svých vlasů? Znepokojuje vás jejich nadměrné vypadávání nebo řídnutí? Neklesejte na mysl, máme řešení.

Vsadte na **Vlasové hnojivo**, které obsahuje unikátní kombinaci látek potřebných pro správný růst a kvalitu vlasových buněk. Křemík, síra a vysoké dávky biotinu ve Vlasovém hnojivu zajišťují rychlou a účinnou redukci nadměrného vypadávání vlasů, podporují jejich růst a kvalitu. Ve složení tohoto doplňku stravy najdete množství aminokyselin, vitaminů a minerálů, které jsou klíčové pro stav vlasů a vlasové pokožky.

Vyzkoušejte také **Vlasové hnojivo ve formě šamponu či séra, kolagenový drink Pleťové hnojivo nebo sérum Řasové hnojivo**. K dostání v lékárnách a na www.VlasoveHnojivo.cz.



SKONCUJTE S OTOKY VE VTEŘINĚ s konopným sprejem!

Máte nohy těžké, nateklé a unavené? Hledáte rychlé řešení? Vsadte na pohotovostní sprej **Venosil** se snadnou aplikací a rychlým vstřebáváním!

Konopný sprej **Venosil** s chladivým efektem poskytuje okamžitou úlevu a osvěžení těžkým, oteklým a unaveným nohám. Konopí, rutin, kostival, arnika a boswellie zmírňují otoky i pocity těžkosti, chladivá máta nohy příjemně osvěží. Jediněčná forma spreje umožňuje aplikaci bez rozmazávání a vstřebávání během několika vteřin. Dopřejte svým nohám okamžité osvěžení, úlevu a sametovější vzhled pokožky.

Skončujte s otoky ve vteřině s konopným sprejem Venosil. K dostání v lékárnách a zdravých výživách také ve formě mazání.



Menopauza mě už netrápí

Užívat si života během menopauzy už nemusí být nedosažitelnou představou. Nepříjemné návaly horka, pocení, nespavost, podrážděnost a ztráta libida jsou už minulostí. **ELLI** vám pomůže proměnit sen o pohodovém životě plném radosti a zážitků ve skutečnost.

Klidný a pohodlný přechod můžete prožít díky doplňku stravy **Elli MenoOsteo FORTE**, který nabízí komplex důležitých látek včetně jetele lučního pro ženy v menopauze i po ní. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Přípravek obsahuje také vitaminy D3 a K2 a vápník, který je potřebný pro zdraví kostí. K dostání v lékárnách.

Zajděte si na další dobrotu z Francie

Na Národní v centru Quadrio otevře pekárnu a kavárnu francouzský Paul.

Nákupní a společenské centrum Quadrio v centru Prahy rozšiřuje svoje služby pro milovníky francouzského pečiva, výborné kávy a dalších delikates. Zítra otevře v Quadriu na Národní svoji pekárnu a kavárnu francouzský řetězec Paul.

„Nabízet návštěvníkům jen to nejlepší je naše priorita. Věříme, že vůně čerstvých croissantů, makronek, kávy a jiných francouzských dobrot bude příjemným zpestřením při nákupu a Paul se stane místem setkávání a odpočinku,“ říká Tomáš Daníček, centrum manažer z nákupního a společenského centra Quadrio.



Nákupní a společenské centrum Quadrio najdete v samotném centru české metropole.

QUADRIO

Paul otevře svoji vyhlášenou kavárnu a pekárnu v přízemí Quadria a návštěvníci se zítra mohou těšit na ochut-

návku minipečiva a makronek. Hostesky budou od rána rozdávat vouchery na výhodné nákupy v Paulovi. **MET**

KRÁTCE

Výhoda pro motorkáře

S blížícím se létem hlavní město připomíná, že ve vyhrazených pružích po celé metropoli mohou nově jezdit i řidiči motocyklů. Technická správa komunikací takto označila již většinu pruhů, ve zbylých se čeká na dokončení rekonstrukcí. Úprava se týká i taxi. Ta mohou pruhy používat, jen když vezou zákazníka.

Jak má vypadat Motolské údolí

Na výstavě MOTOL*KA představuje ateliér krajinářské architektury Terra Florida studii, která je součástí celkové proměny Motolského údolí. Výstava je přístupná do 15. září ve všední dny od 10 do 18 hodin ve výstavní síni Atelier ve Štefánikově ulici. Vstup je zdarma. **MET**

INZERCE







NOVÝ HUB PRO LETECKÝ A KOSMICKÝ VÝZKUM



TECHNOLOGIE | INOVACE | VÝZKUM

Výzkumný a zkušební letecký ústav v pražských Letňanech má s podporou evropských fondů novou budovu C3T. Ve středoevropském kontextu unikátní centrum pro rozvoj kosmonautiky a letectví se zaměřuje především na vývoj technologií pro bezpilotní leteckou dopravu nákladů i cestujících a vývoj kosmických družicových technologií.

 POSÍLENÍ VÝZKUMU, TECHNOLOGICKÉHO ROZVOJE A INOVACÍ	 2019-2022
 173 740 000 Kč	 VÝZKUMNÝ A ZKUŠEBNÍ LETECKÝ ÚSTAV, A.S.

penizeproprahu.cz



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – pól růstu ČR



„Mám trochu jinou politickou školu než kolegyně Udženija“

Zastupitelé druhé pražské městské části si na svém pondělním zasedání zvolili nového starostu. Alexandru Udženija, která na svůj post rezignovala, vysídila v čele Prahy 2 dosavadní místostarosta Jan Korseska. Nejde o žádnou velkou kontroverzi. S Udženijou Korseska dlouhodobě v radě zasedal a spolupracoval. Ve své gesci měl dlouhá léta na starosti oblast financí a tuto bude řídit i nadále.

„Chci pokračovat v práci, kterou zde před 25 lety započal legendární starosta Michal Basch, ostatně právě on se stal mým politickým vzorem. Byl to vzdělaný, vstřícný a optimistický komunální politik, kterého jsem si velice vážil. V politice jsem se proto i já vždy snažil o otevřený dialog se všemi. Rád bych byl právě tím starostou, za kterým budou lidé na radnici docházet s důvěrou,“ říká nově zvolený starosta Korseska. Deníku Metro poskytl rozhovor po svém zvolení jako prvnímu médiu.

Co máme ve vedení dvojky očekávat? Budete pokračovat v nastaveném kurzu?

Posledních deset let byly ve vedení Prahy 2 dvě politicky významné a výrazné ženy. Jana Černochová a poté Alexandra Udženija přinesly do komunální politiky svůj osobitý styl a získaly si velký respekt u občanů i u mne. Já jsem usedl v řadách zastupitelstva Prahy 2 již v roce 2000, mám trochu jinou politickou školu. Mým velkým vzorem byl starosta Michal Basch. Jednou, až budou obyvatelé vzpomínat na dobu mého starostování, bych byl rád, aby ji vnímali stejně pozitivně jako právě dobu starosty Michala Basche.

Byl jste zvolen hlasy nejen koalici, ale i některými opozičními zastupiteli. Jak proto svůj mandát vnímáte?

Vždy jsem ctěl názor všech a nebál se otevřeného dialogu. Předpokládám, že právě to kolegyně v zastupitelstvu oceňují. Máme před sebou spoustu témat k diskusi, ale

já z jednání nikoho vylučovat nebudu. Nikdy jsem to ani nedělal, naopak, v mé kanceláři budou vítáni všichni bez rozdílu. Můžeme mít odlišný názor, ale ve finále je důležité umět se dohodnout. Komunální politika má být i o možných kompromisech.

To je tedy váš přístup?

Zodpovědnost za řízení městské části s tak vysokým kreditem, jakou je Praha 2, ovšem přebírám se zdravým sebevědomím. Jako místostarosta jsem měl na starosti finance a investice a skrze městskou kasu prochází veškeré projekty a plány. Někdy musí mít proto člověk ostré lokty. Mně se ale povedlo finance dvojky chránit a rozvíjet, a díky tomu tak můžeme i v nejistých dobách nadále investovat a naši krásnou dvojku rozvíjet.

Jaké projekty máte v nejbližší době v plánu?

V průběhu léta pravidelně kontroluji výstavbu nového pavilonu Základní školy u svatého Štěpána. Druhá městská část má jedny z nejlepších základních škol v Praze a od září se budeme moci pyšnit také zcela novým pavilonem pro první třídy. Školství určitě i nadále zůstane jednou z našich priorit. Děti jsou naše budoucnost a na jejich kvalitním vzdělání by nám mělo záležet. Proto budeme i nadále investovat do zlepšování prostředí škol a hřišť.

Kolik máte z rozpočtu vyčleněno peněz na zeleně?

Naši obyvatelé si cení vysokého životního standardu dvojky a k tomu patří také bezpečnost, čistota a životní prostředí. Kdo navštívil zahraniční velkoměsta, těžko hledal v centru města tolik zeleně, jakou oplývá právě Praha 2. Na krásu našich parků a veřejných prostranství bylo například v letošním roce vyčleněno 85,6 milionu korun.

A co park U Hradeb? I deník Metro informoval před pár dny o tom, že právě zadáváte projekt na revitalizaci.

Vzniknout by zde v budoucnu měla sportovně-relaxační zóna s místem pro táborák, komunitní zahradou či obnovené venkovní sportoviště. Otázkou je také budova historické Kuželny, ta se stala centrem vášnivých diskuzí. Osobně budu rád, když toto místo bude do budoucna sloužit co nejširší skupině obyvatel, a proto je zapotřebí využít sousedský charakter místa spjatého s historií a jedinečnou lokalitou. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

„Teplota stoupá, ceny v dm klesají“

Na dm dlouhodobé ceny se mohou spolehnout

VŽDY VÝHODNĚ

Jar prostředek na nádobí s vůní citronu 900 ml

74⁹⁰ Kč
8,32 Kč za 100 ml

DLOUHODOBÁ CENA

od 08.03.2023	74,90 Kč
08.02.2023	84,90 Kč
01.09.2022	89,90 Kč

Značka dm

Saugstark & Sicher
3vrstvé kuchyňské role 280 útržků

34⁹⁰ Kč
0,12 Kč za 1 útržek

DLOUHODOBÁ CENA

od 15.06.2023	34,90 Kč
02.03.2023	39,90 Kč

Moje dm-app
dm.cz

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM ZDE NAKUPUJI

NOVÝ STAROSTA

Jan Korseska působí v komisi rady Prahy 2 od roku 1998. V roce 2000 se stal zastupitelem, kterým byl do roku 2006. Od roku 2009 je členem ODS a v roce 2014 se vrátil znovu do zastupitelstva městské části.

- Tentýž rok zasedl Korseska i v radě. Předsedá zastupitelskému klubu Společně pro Prahu 2 tvořenému stranami ODS a TOP 09, je předsedou místního sdružení, členem oblastní rady ODS a rady ODS Praha. **JAR**



Jan Korseska a Alexandra Udženija. Nový starosta absolvoval Střední průmyslovou školu strojní a studoval také management. 2x PRAHA 2



Na jarním festivalu trenážerového veslování v rámci projektu Česko vesluje si dvašedesátiletý Korseska zasportoval také.

Prohlédněte si medaili pro Stalina i starou Teslu

Výstava Padesátá léta bude k vidění do konce května příštího roku.

Jedno z nejménějších období našich dějin. Tak se dají označit 50. léta 20. století. Období politických procesů, justičních vražd, bezpráví a likvidace demokratických principů správy státu je tématem nové výstavy Národního muzea. Ta začíná dnes a potrvá do konce května příštího roku.

Výstava Padesátá léta představí návštěvníkům, období, kdy totalitní režim zasáhl do všech oblastí společenské struktury Československa, včetně ekonomiky, kultury, politiky či zahraničního ukotvení země. V muzeu je prezentován širší kontext 50. let, kdy se ústředním bodem stá-



Josif Vissarionovič Stalin byl v letech 1922–1952 generálním tajemníkem Komunistické strany Sovětského svazu. NÁRODNÍ MUZEUM

vá smrt dvou komunistických vůdců Josifa Vissarionoviče Stalina a Klementa Gottwalda. „Padesátá léta jdou cestou mnoha kontrastů utvářejících ucelený obraz doby prostřednictvím stěžejních událostí, jako jsou válečné dozvuky, měnová reforma, osu-

dy elit – proces s Miladou Horákovou a Josefem Toufarem, propagandistický filmový průmysl, dobový tisk s tématy korejské války, kolektivizace venkova či třetí odboj, ale také olympijské úspěchy Emila Zátopka či exilové a samizdatové materiály,“ upřes-

ňují organizátoři výstavy. Výstava se věnuje i proměně samostatného Československa ve vazala Sovětského svazu.

Expozice představuje předměty ze sbírek Muzea dělnického hnutí doplněné audiovizuálními prvky. Zájemci si mohou prohlédnout například druhý v Československu vyráběný televizor Tesla 4002A, hokejové rukavice Vladimíra Zábrodského, uniformu Sboru národní bezpečnosti z 50. let, poukázku z tábora nucených prací, bankovky nevydané v důsledku měnové reformy či šaty československé krasobruslařky Áji Vrzáňové z období před emigrací. Zajímavostí je i unikátní medaile věnovaná ministerstvem financí a státní mincovnou Stalinovi k jeho sedmdesátinám. Medaile byly vyrobeny jen dvě. Jednu obdržel Stalin a druhou má ve svých sbírkách Národní muzeum. MET

KRÁTCE

Vasilův Rubáš na Žižkově

Chytlavá melodie, nápadité a vtipné texty plné originálních spojení. To je Vasilův Rubáš. Folk-reggae-punkové duo zavítá zítra do hospody U Vystřeleného oka na Žižkově. Koncert začíná od 20 hodin. Kapela začala vystupovat na pražské scéně v roce 2003 a v současnosti patří ke stálým alternativních hudebních festivalů.

Lítačka na počkání

Až na sedmi vybraných prodejních místech dopravního podniku si cestující nově mohou na počkání nechat vystavit kartu Lítačka či získat novou v případě její ztráty. Doposud si ji mohli nechat expresně vyrobit pouze ve Škodově paláci v zákaznickém centru PID Lítačky. MET

INZERCE



HUNGARIAtour

SLOVINSKO

TERMÁLY AUTOBUSEM Moravske Toplice

15. 8.–22. 8. Hotel Termal****

13 500 Kč/osoba ve dvoulůžkovém pokoji
16 790 Kč/osoba v jednolůžkovém pokoji
Trasa: Praha – Benešov – Tábor – ČB – Třeboň

22. 8. – 29. 8. Hotel Termal****

13 500 Kč/osoba ve dvoulůžkovém pokoji
16 790 Kč/osoba v jednolůžkovém pokoji
Trasa: Praha – Humpolec – Jihlava – Brno

21. 12.–26. 12. Hotel Termal****

10 890 Kč/osoba ve dvoulůžkovém pokoji
13 390 Kč/osoba v jednolůžkovém pokoji
Trasa: Praha – Benešov – Humpolec – Jihlava – Velké Meziříčí – Brno
V ceně: 7x ubytování/5x ubytování (Vánoční pobyt) s polopenzí, vstup do termálních lázní TERME 3000, vstup do termálních hotelových lázní a sauny, doprava, delegát.

MOŘE AUTOBUSEM Portorož – NOVINKA

4. 10.–8. 10. Hotel Histron****

9 690 Kč/osoba ve dvoulůžkovém pokoji
11 690 Kč/osoba v jednolůžkovém pokoji
Trasa: Praha – Benešov – Tábor – ČB – Třeboň
V ceně: 4x ubytování s polopenzí, vstup do vodního parku TERMARIS (vč. světa sauny), doprava, delegát.

TERMÁLY VLASTNÍ DOPRAVOU SLEVA 8 % léto (1. 7.–31. 8.)

Termální lázně TERME 3000 (Moravské Toplice)
otevřeno 8.00–21.00 h, vstup v ceně!

Moravske Toplice (hotely Ajda****, Termal****, Livada*****)
Radenci (hotel Radin****)
Ptuj (hotel Primus****)

REZERVACE: Písek tel.: 737 332 565, Praha tel.: 736 485 865

www.hungariatour.cz info@hungariatour.cz

V Holešovicích bude nový park

V záplavové oblasti má hrát prim zeleň.

Plocha u Vltavy, která dlouho ležela ladem, se promění v nový park. V prostoru mezi holešovickým přístavem a mostem Barikádníků vznikne místo pro rekreaci, sport či komunitní a sousedské aktivity.

Do přípravy projektu byli od počátku zapojeni obyvatelé Prahy 7. Občané rozhodli například o názvu parku. Ten se bude jmenovat U Vody. Podněty z veřejných projed-

nání městská část promítla i do zadání urbanisticko-krajinářské soutěže. V ní zvítězil návrh ateliéru YYY.

„Na základě podnětů od občanů jsme se v projektu zaměřili na obnovení i zcela nové vstupy do vody i vodní prvky přímo v parku, zájem byl také o prostory pro sousedské setkávání, jako je komunitní zahrada či společné ohniště. Zachovány budou rovněž stopy minulosti v podobě industriálních prvků, jako jsou v prostoru ponechané koleje,“ uvedla místostarostka Prahy 7 Lenka Burgerová,

která má na starosti územní rozvoj a participaci.

„Místo parku je specifické, jelikož se jedná o aktivní zónu záplavového území a není zde možné umísťovat žádné stavby trvalého charakteru. Proto jsou naplánovány především krajinářské úpravy. Počítá se se zachováním vegetace, kterou doplní výsadba připomínající ovocné sady. Dominantou prostoru bude otevřená travnatá plocha pro pikniky či sportovní využití,“ doplnil Jiří Knitl, radní Prahy 7 pro veřejný prostor a životní prostředí. **MET**



Dokončení parku je plánováno na první pololetí roku 2024.

YYY

U Nuselského mostu vznikne umělecké dílo

Praha 2 vyhlásila soutěž na umělecké dílo, které plánuje umístit v parku Na Karlově u Nuselského mostu. Záměr je součástí plánu celkové obnovy parku mezi ulicí Horská a Novoměstskými hradbami na Karlově.

„Parčík, kde bude instalováno dílo, nabízí krásný výhled na Nuselské údolí a Vyšehrad, což dodává tomuto místu zvláštní kouzlo. Nicméně, nezanedbatelným faktorem tohoto prostoru je Nuselský most, který zde má svůj výrazný vliv. Proto je důležité, aby navrhované umělecké dílo zapadalo do tohoto prostředí,“ uvedl místostarosta Prahy 2 Jan Recman.

Soutěž bude jednokolová a zájemci se do ní mohou hlásit do pátku 15. září. Návrhy bude hodnotit porota složená ze zástupců městské části a nezávislých odborníků. Zasednou v ní například umělci Vladimír Brož, jenž je známý jako Vladimír 518, Josef Bolf nebo architekt Petr Janda. **ČTK**

INZERCE

„Teplota stoupá, ceny v dm klesají“

Na dm dlouhodobé ceny se mohou spolehnout

VŽDY VÝHODNĚ

Značka **dm**

Jessa
vlhčené
intimní ubrousky
20 ks

34⁹⁰ Kč

1,75 Kč za 1 ks

DLUHODOBÁ CENA

od 15.06.2023 34,90 Kč
10.10.2022 39,90 Kč



Rexona
Sexy Bouquet
antiperspirant sprej
150 ml

69⁹⁰ Kč

46,60 Kč za 100 ml

DLUHODOBÁ CENA

od 05.06.2023 69,90 Kč

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Moje dm-app
dm.cz

KRÁTCE



Přijela Sabi

Do Zoo Praha přicestovala nová samice hrabáče kapského. Téměř šestiletá Sabi utvoří chovný pár s čtrnáctiletým samcem Dracem. Pokud chtějí mít návštěvníci jistotu, že nový pár hrabáčů uvidí, mohou je pozorovat při jejich pravidelném krmení od 10.30 v Africkém domě, kdy si pochutnávají na larvách potměníka moučného. Chov hrabáčů kapských má v zoo dlouhou historii. První dvojice, samice Bojsa a Nebojsa, přišla do zoo už v roce 1979. První odchov se zde zdařil v roce 1989. **MET**

Pětka měla velký schodek

Praha 5 loni hospodařila s příjmy 945,5 milionu a výdaji 1,15 miliardy korun. Rozdíl 207,6 milionu korun městská část pokryla z přebytků minulých let. Vyplyvá to ze závěrečného účtu, který projednali zastupitelé městské části. Podle celkového účtu hlavního města loni vykázala pátá městská část největší schodek z 57 pražských městských částí. Předloni Praha 5 skončila se schodkem 166,1 milionu korun. **ČTK**

Už je tady

První vodíkový autobus Škoda H'City dorazil do Prahy. Nasazení do zkušebního provozu s cestujícími na lince 170 se předpokládá v červenci. Autobus je nízkopodlažní, lokálně bezemisní a měří 12 metrů. Vozidlo je vybaveno PEM palivovými články, ve kterých je reakcí vodíku s kyslíkem ze vzduchu vyráběna elektrická energie pro trakční pohon. Do vzduchu se při reakci uvolňuje vodní pára. **MET**



DPP - DAN ŠABIK

Opět je čas naleštit svou vespu

Nejočekávanější událost milovnic a milovníků ikonických italských skútrů se po roce vrací do Prahy.

Spanilá vyjízdka, živá hudba a skvělé jídlo. Staňte se součástí víkendů plného zábavy a nechte se okouzlit italskými kráskami. PragoVespa #11 pořádaná Vespa Clubem Praha ve spolupráci s Vespa Česká republika se bude konat od pátku do neděle.

Italská elegance, neotřelý design a osobitý styl. To je pouze pár důvodů, proč jsou italské skútry značky Vespa tak oblíbené a proč si získaly miliony příznivců po celém

světě. Není to jen skútr, je to životní styl. Navíc majitelé italských „vos“ jsou jedna velká rodina.

Po pražských zákoutích

PragoVespa má tradici již od roku 2011. Vše začne v pátek v pražském HG Sportcentru Troja u Vltavy, a to od 15 hodin. Večer jsou na programu hudební vystoupení a nechybí ani tradiční večerní a noční vyjízdky.

V sobotu po vydatné snídani bude následovat zlatý hřeb celého víkendů. V 10.30 všichni nasednou na své „stroje“ a společně projedou ta nejzajímavější pražská zákoutí. Po návratu do kempu bude na všechny čekat nabitě odpoledne, včetně výborného jídla, tomboly a koncertů.



Zastávka skútrů Vespa na Václavském náměstí je vždy divácky velmi lákavá.

PRAGOVESPA

Spanilá jízda se zastaví opět na Václavském náměstí

Ani ti, kdo vespu nevlastní, ale přesto by se rádi přišli alespoň podívat, nasát jedinečnou atmosféru a třeba se

s účastníky i vyfotit, nepřijdou zkrátka. V rámci spanilé jízdy Prahou je po 11. hodině naplánována zastávka na Václavském náměstí. K vidění bude celá řada zajímavých

strojů, od vesp z padesátých a šedesátých let minulého století až po nejnovější kousky. Z řad osobností svou účast potvrdil například herec David Matásek.

MET

INZERCE

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓN

ASTRATEx

Sleva 25%
na spodní prádlo a plavky

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI



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

POMALÝ SPRINT, PŘEKVAPENÍ I NABÍDKA

V rámci letošního ročníku je pro účastníky připravena také speciální soutěž zručnosti. Vespa spojila síly s Nadačním fondem Kapka naděje a společně uspořádají závod s názvem Pomalý sprint pro Kapku naděje, který začíná v sobotu v 15 hodin.

- Pro všechny, kdo by také v neděli prahli po dalším italském dobrodružství, je přichystán bohatý program.
- V 10.30 se z Troji vyjíždí do obchodního centra Arkády na Pankráci, kde se koná výstava Vespa k příležitosti jejich 77. narozenin.

Pro všechny účastníky PragoVespy má navíc pořadatel výstavy přichystané překvapení.

- Pro zájemce o vyzkoušení jednotlivých modelů Vespa, kteří ještě nemají ten svůj před domem či v garáži, je po celou sezonu k dispozici speciální web chciitalku.cz.
- Na této webové stránce se lze zaregistrovat na zkušební jízdu u nejbližšího autorizovaného prodejce a příští rok se přidat mezi plnohodnotné účastníky PragoVespy. Akce se letos koná už po jedenácté.

MET



TN

televizní noviny

ŽIJEME S VÁMI



Výstaviště znovu nastartuje rekonstrukci divadla Spirála

Cena narostla skoro o padesát milionů. Finance se vezmou z úspor vzniklých při opravách Křížkových pavilonů.

Z důvodu zvýšení nákladů musela být před nedávnem přerušena oprava chátrajícího divadla Spirála v areálu Výstaviště Praha. Odhadované náklady na celkovou rekonstrukci totiž překročily zákonný limit pro vícepráce vzhledem k vysoké inflaci a nedostatku pracovních sil na trhu vlivem válečného konfliktu na Ukrajině. Výstaviště proto muselo vypsát na dokončení stavby novou zakázku.

Výstaviště Praha muselo během rekonstrukce divadla

Spirála zohlednit změny situace na trhu. To mělo vliv na termíny a ceny celkové rekonstrukce objektu divadla Spirála. „Kromě dramatických změn na stavebním trhu se v původním plánu rekonstrukce divadla Spirála nepočítalo s tak tristním stavem skrytých konstrukcí objektu, který se při zpracování původní stavební projektové dokumentace nedal a ani nemohl předpokládat,“ říká Adam Zábranský, radní pro oblast majetku, legislativy a transparentnosti, a dodává: „Až samotnou rekonstrukcí došlo k odhalení mnoha skrytých částí objektu, které bohužel neodpovídaly odhadované situaci popsané v dokumentaci či rozpočtu.“

Rekonstrukce divadla Spirála bude dokončena z úspor vzniklých při rekonstrukci Křížkových pavilonů v areá-



V srpnu 2002 postihla Prahu ničivá povodeň. Pod vodou se ocitlo také divadlo Spirála. Objekt od té doby chátral.

MAFRA

lu Výstaviště Praha. Oprava pavilonů byla dokončena s úsporou 53 507 338 korun a finance byly vráceny na účet města. Nyní dojde opětovným převodem financí na účet Výstaviště Praha k navý-

šení celkové ceny rekonstrukce z původní celkové ceny stavby zhruba 217 milionů korun bez DPH na novou cenu. Ta je vyšší o více jak 48 milionů korun bez DPH. Nyní zbývá z původně vyhra-

zené částky na dokončení stavby přibližně 44 milionů korun, nicméně podle předloženého výkazu výměr na dostavbu divadla vyplývá potřeba 74 milionů korun.

„Divadlo Spirála patří na výstavišti k mým srdcovým záležitostem, a to nejen proto, že jsem v něm kdysi pracoval. Je to památka s unikátní kruhovou konstrukcí, synonymum pro nejlepší muzikály v naší zemi a bezesporu je to místo, které se nesmazatelně zapsalo nejen do srdcí Pražanů. Proto jsem moc rád, že se po všech peripetiích, kterým jsme museli v uplynulém roce na mezinárodní půdě čelit, stejně jako zbytek světa, opět navracíme k rekonstrukci,“ komentuje situaci kolem divadla Spirála Tomáš Hübl, předseda představenstva Výstaviště Praha.

MET

KRÁTCE

Slevy na jízdném v pražské MHD

Rada schválila prodloužení poskytování slevy na jízdném v městské hromadné dopravě ve výši 70 procent až do 30. června 2024. Sleva je určena občanům v hmotné nouzi. Důvodem tohoto kroku je skutečnost, že se stále zvyšují životní náklady vlivem extrémně vysoké inflace a cen energií. Stejně opatření bude prodlouženo

také pro uprchlíky z Ukrajiny, avšak pouze do konce letošního září, než budou nově nastavena pravidla státní pomoci. Dokladování hmotné nouze a pobírání příspěvku na živobytí bude prováděno nadále na základě rozhodnutí a potvrzení pobočky úřadu práce o příznání/pobírání dávky pomoci v hmotné nouzi – příspěvku na živobytí. Bez prokázání nároku na slevu nelze zvýhodněné jízdné zakoupit.

Odpustí dluhy

Na úspěch akce na oddlužení občanů Milostivé léto naváže Milostivý podzim. Ten se zaměří na daňové exekuce. Zapojení Prahy je spíše symbolické, na dlužích za různé místní poplatky by mohlo být odpuštěno příslušenství ve výši necelých tří milionů korun. Nejvíce v Praze lidé dluží za poplatky za psa. Zapojení Prahy do akce musí ještě schválit zastupitelstvo.

MET



Medvěd na koxu v areálu Gabriel Loci

Do smíchovského Gabriel Loci se vrátilo letní kino. To nabízí filmovou klasiku i novinky. Například dnes je na programu legendární Pomáda. V neděli promítají pro změnu komediální horor Medvěd na koxu. Příští středu tu zase hrají film Šéfové na zabití. Promítání začíná vždy ve 21:15.

MET

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

Škola - nabídka

MATURITU v SOŠP PROFIT!

Od září ve **DVOULETÉM dálkovém nástavbovém studiu** (škola P-3, 1x za měsíc).

Tel.: 222 516 437, 739 592 875
www.skola-profit.cz

Auto-moto - poptávka

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

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

Hobby - poptávka

• Koupím staré použité vzduchovky a vzduchové pistole, pažby i náhradní díly Slavia, CZ Zbrojovka a jiné. Tel. 608221020

• Koupím z pozůstalosti staré kožichy, dečky, nábytek, obrazy, kabelky, bižuterii, odznaky, mince, knihy, porcelán, oděvy, housle atd. Tel. 608221020.

Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks)

zaPlatíme odvezeme

Celá ČR

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



FRANJEER

„Kavárna byl dětský sen“

Oldřich Valta se v roce 2017 po deseti letech práce v korporátním světě, bankovníctví, životě v USA a Velké Británii vrátil zpět do Prahy, aby si splnil sen – mít vlastní kavárnu. Ten měl v hlavě už od mládí. Ve svém bydlišti v pražských Holešovicích potkal v malé kavárně Egora, otce myšlenky The Miners, a vzniklo tak přátelství a podnikatelské pouto.

V dubnu 2020 uprostřed koronavirové krize, během největší nejistoty za posledních 10 let, se odvážil udělat pro mnohé nepochopitelný krok a nadobro se rozloučil s korporátním životem a prací v nadnárodní firmě a naplno se věnuje jenom kávě.

Co vás přivedlo ke kávě?

První vzpomínky na ni mám, když mi bylo osm let a naše velká rodina tetiček, strýců, bratřanců, babiček, dohromady asi 15 lidí, sedí po obědě okolo stolu a popíjí kávu a šviťolí. Nešlo tedy o samotnou kávu či její chuť, ale o to, že káva spojuje. A stejně jsem to vnímal i později, kdy jsem na



Oldřich Valta

ARCHIV

Vysoké škole ekonomické chodil každý den do kavárny U Nata, kde jsem poznával profesory, studenty a navazoval přátelství. Už tehdy jsem snil o tom, že chci mít jednu kavárnu se silnou komunitou lidí.

Přesto jste na to šel obloukem, přes korporát, konkrétně bankovníctví. Mají tyto dva světy něco společného?

Minimálně mají společné to, že v korporátu pijou lidé kávu. A pak také to, že v každém případě člověk dělá pořádek byznys, takže stejné prin-

cipy platí i ve světě kávy. Pro mě osobně ten přesun byl poměrně postupný, kdy jsem první rok provozu našich kaváren zároveň pořád pracoval v bankovníctví. Každopádně s covidem jsem v korporátu téměř ze dne na den skončil a naskočil naplno do The Miners.

Jak a kde si kávu nejlíp vychutnáte vy?

Poslední dobou si nejlíp užívám kávu na cestách na místech, kde káva standardně není dostupná. Vezmu si s sebou naše dripy, což je namletá výběrová káva v hedvábném sáčku, který stačí zalít horkou vodou. Naposledy jsem si vychutnával šálek kávy na plachetnici v Chorvatsku.

Jací jsou vlastně Češi konzumenty tohoto nápoje?

Tak rozhodně roste poptávka právě po výběrové kávě. Také roste poptávka po rostlinných alternativách ke kravskému mléku.

A která země je velmocí?

V produkci Brazílie. Ve průměrné spotřebě na obyvatele je to Finsko.

Podle čeho vybíráte zrna do svých poboček?

Kávová zrna pečlivě vybíráme od specializovaných importérů výběrové kávy do Evropy, kteří nám neustále posílají nové vzorky kávy na ochutnávku, takže lze to dělat i vzdáleně. Nicméně často se stává, že když vybereme kávu, co se nám líbí, tak zjistíme, že už ji někdo vykoupil před námi. Takže často jezdíme k importérům na několikadenní intenzivní ochutnávky u nich ve skladu a rovnou objednááme. Myslím ale, že již nadchází čas, kdy vyrazíme přímo za farmáři.

Kaváren je mnoho, jak v tomto prostředí uspět?

První jsme otevřeli v roce 2019 a nyní jich máme v Praze sedm. A i když se podniky točí okolo kávy, tak je to především o budování komunity lidí s aktivním lifestylem. Takže jsme již od začátku kladli velký důraz na branding. Strávili jsme přípravou rok a půl, než jsme otevřeli první pobočku na Jiřího z Poděbrad.

Nyní už nepodnikáte jenom u nás, ale i ve Španělsku. Jak se dá z Česka projít na zahraniční trh?

Ano, máme pobočku v Barceloně a plánujeme Madrid a ostatní velká města. Asi nejdůležitější je mít lokálního

člověka s kontakty a znalostí trhu, bez kterého to asi ani nejde. A pak je potřeba velká dávka trpělivosti. Ve Španělsku nikam nikdo nikdy nespěchá.

Proč právě Španělsko?

Je to obrovská země s více než 50 miliony obyvatel a je teprve na začátku cesty objevení výběrové kávy. Poptávka významně převyšuje nabídku, tak jsme si říkali, že tu díru na trhu zaplníme. Plánujeme ve Španělsku 50 až 70 poboček.

Co vás na té „španělské cestě“ nejlíp překvapilo, mile či nemile, ale možná i otrávil, že jste to chtěl vzdát, nebo nakoplo nečekaně?

To, že tam vše strašně dlouho trvá zařídit, už jsem zmiňoval. Ale nejlíp mě asi zklamalo to, když nám úřad sdělil, že nám vydá povolení otevřít kavárnu, a nakonec nám to povolení nevydal. Prý kvůli netransparentnosti podminek, které se bohužel neustále v čase mění. Každopádně jsme projekt předělali na alternativu B a mám tam tak kavárnu, která kromě jiného prodává i kávu, se kterou úřad už problém neměl. Stálo nás to však zpoždění šest měsíců a náklady navíc. Každopádně jsme se z toho ponaučili.

Jaké máte ambice a plány do budoucna?

Už teď jsme v Česku největší síť kaváren s výběrovou kávou. Tento rok jsme nastartovali systém partnerským kaváren, o který je velký zájem. Takže do dvou let chceme být největší v Evropě a v roce 2028 největší na světě, kdy chceme dosáhnout magického milníku 1000 poboček po celém světě.

Často se setkáváme s takovým českým kávovým nešvarem, že dáváme na cappuccino skořici. Je to opravdu specialita Čechů, za kterou by Italové „trestali“?

Popravdě, slyším to poprvé, že je to specialita Čechů. Setkal jsem se s tím spíš v USA. My třeba skořici ve standardní nabídce nemáme. Italové jsou, pravda, trochu přecitlivělí ohledně konzumace kávy. Například se pohoršují, když si dáte cappuccino odpoledne, ať již se skořicí, nebo bez. V Itálii se pije cappuccino jenom ráno či dopoledne. Každopádně pokud to někomu se skořicí chutná, tak nevidím důvod, proč by si ji do cappuccina nemohl dát, ať už si Italové myslí cokoliv.

IVETA BENÁKOVÁ

INZERCE

Noventis®

CESTOVNÍ NEVOLNOST?

KINEDRYL®

Léčivý přípravek k předcházení a léčbě cestovní nevolnosti pro dospělé a děti od 2 let.

více než **50** let na trhu

Lék k vnitřnímu užití. Pečlivě čtěte příbalovou informaci.

- volně prodejný lék
- nástup účinku během 10-15 minut

www.kinedryl.cz

www.noventis.cz



23.-24. června

PRAHA ŽIJE HUGO BOU

Laco Déczi & Celula
New York
LAOKOON

Mucha
Ivo Blahunek
Eli Michaili & Laris Diam
BBQ

Arleta
Lipo
Emotionally
Spoonfed

Katarzia
The Agies
The Colorblinds

Elly
Jakub König
Brass Avenue
Czardashians

Bookie Baker

Bára Hrzánová & Bachtale
Apsa

Praga Boii
Nikki Madi Duo
Marco Micelli & Marcodos

Purplefox Town
Marley Wildthing

Guy Bennett

Taskent
Pantaloons SVN
Vojtaano
Das Ady ft. Zaya Organic Band
Page Turners

Sabina & Thomas Duo

Festival
pouličního
umění

The Opening Act
ReCovers

Cigarette Pillowbag
Máří

Akce je zdarma, ale podpořit ji můžeš tady



„Jednou z hlavních hvězd Metronomu je Praha“

Festival Metronome Prague začíná na holešovickém výstavišti už dnes. Podrobnosti pro Metro odhalil jeden z poradatelů, David Gaydečka.

Na co nového byste letos návštěvníky nalákali?

Na největší metropolitní hudební událost. Od středy do soboty budou v Praze na jednom místě koncertovat hudební hvězdy ze světa: Zaz, Jamiroquai, White Lies, M83, Moderat, Aurora, Holly Humberstone. Nachystané máme české a slovenské koncertní speciály pouze pro publikum Metronome. Jana Kirschner a Para. Midi Lidi přehrají repertoár Mekyho Zbirky. Koncert Zrní bude natáčet Česká televize. Máme připravené nově gastro zóny, kvalitní nabídku na barech a výčepech festivalu. Nově bude možné jednoduše platit za služby a občerstvení vlastními platebními kartami či mobily. Celou akci protíná téma Odvaha, které představíme na novém nehupebním programu festivalu Metronome Fair. Otevíráme brzy odpoledne, končíme brzy ráno. A těšíme se, že si to s diváky festivalu letos pořádně užijeme.

Je v některých ohledech těžší dělat festival v Praze než někde na louce uprostřed Česka? Například z pohledu dopravy, kdy doporučujete lidem využít MHD...

Je jednodušší zajistit divákům komfortnější zázemí. Na festival dorazíte tramvají, spíte doma, u přátel či v hotelu, kdy v Praze je opravdu široká nabídka možností ubytování. Je jednodušší poskytnout lidem některé služby. Máme pouze keramické toalety, teplou vodu, areál Výsta-



David Gaydečka má s pořádáním akcí zkušenosti dost. F. ORTMANN

viště Praha je dobře zásífovaný, nepadá tu signál na telefon a je tu i dostatek internetu. Složitější je to, že mimopražští diváci registrují mnoho podnětů, které je v Praze zajímají, a třeba nedorazí do areálu hned v 16 hodin, kdy otevíráme ve čtvrtek či v pátek. Takže festivalová atmosféra přichází až s šestou, sedmou hodinou večerní. Ale Praha je jedna z hlavních hvězd festivalu, je potřeba to brát jako fakt.

Metronome si buduje tradici, máte vyzpozorováno, jaký typ návštěvníků na akci chodí?

Diváci Metronome patří k více generacím. Máme dost podstatnou část i starších návštěvníků, pro které je ten komfort městského festivalu důležitý. S ohledem na nové taneční scény ve spolupráci s největším tuzemským festivalem žánru Beats for Love nebo i novou rap scénou, máme i mladší generaci. Vyjma toho, že Metronome Prague navštěvuje dost lidí z celé republiky i ze zahrani-

čí, typické pro našeho návštěvníka může být to, že se často jedná o širší rodinu, komunitu, které si přicházejí užít festival společně.

Přidali jste střední warm-up, co na něm lidé uvidí? Vstupenky jsou na něj ale v prodeji zvlášť, proč?

Já bych řekl, že to je spíše zahájení festivalu. Zahraje David Koller. Přijede také dámský symfonický ukrajinský Queens Orchestra a s Davidem něco zahrají pravděpodobně i spolu. Jedná se o první večer, kdy hrajeme pouze na Ploom Moon stage. Všechny scény a širší festivalový program pak probíhají od čtvrtka do soboty. Ta vstupenka je tudíž levnější než následující dny, a proto je v prodeji samostatně. Držitelé třídních vstupenek ji navíc mají ještě výhodněji než ti, kteří přijdou jen na jeden den.

Jakou návštěvu očekáváte?

Areál je připraven pro 25 tisíc diváků. Je možné, že akce bude vyprodaná, je možné, že ne, ale věříme, že návštěvnost bude opět rekordní.



Vrací se letos festivaly po covidu naplno do starých kolejí, co se týče kapel, organizace i zájmu fanoušků? Jaká je konkrétně vaše zkušenost?

Myslím si, že do starých kolejí se to nevrací. Je potřeba počítat s tím, že se zájem diváků, tvorba kapel a vše s tím spojené proměňují. Je potřeba počítat více s diváky, kteří přijdou jen na jeden den

a hledají třeba nějaké levnější vstupenky. Ale také s diváky, kteří chtějí zažít akci na maximum a stráví na ní celé tři dny. Ty nejluxusnější vstupenky do VIP zón jsme letos vyprodali. Nabízíme ale ještě speciální komfort vstupenku, která zajišťuje více služeb. V týmu jsou noví lidé. My to bereme za standard, ale je pravda, že klademe všichni větší důraz na ekologii a udržitelnost. Proto MHD, proto festival v centru města. Účinkující budeme vozit elektrovozy. Kontejnery a celé zázemí jsme nově objednali od společnosti, která provozuje takový skládací systém. Ušetří se doprava mnoha kamiony. Infrastruktura výstaviště umožňuje snížit náročnost celé stavby areálu.

Lidé už nejezdí na podobné akce jen za muzikou, jaký nabízíte doprovodný program?

Zmínil jsem Metronome Fair a gastro zóny. Budeme nabízet zajímavou formu tuzemské kuchyně, exotické pokrmy, představíme různé koncepty, foodtrucky. Metronome Fair se poprvé představí v širší podobě. Naživo budou uprostřed festivalu natáčet oblíbené podcasty s publikem Šídlo & Dobrovský, Prostor X s Čestmírem Strakatým, Pastoral Brothers a další. Máme pro diváky, zejména pro ty, kteří dorazí s rodinou, připravenou celofestivalovou únikovou hru. No a v areálu možná potkáte i vetřelce od HR Gigera. K tomu workshopy, neziskovky, odpočinkové zóny. Myslím, že se nudit nebudeme ani my, ani diváci.



PAVEL URBAN
pavel.urban@metro.cz

JAN PINKAVA SLAVÍ ŠEDESÁT



Animátor a režisér českého původu.

PROFIMEDIA



Za krátký film Geriho hra dostal v roce 1998 Oscara.



Později pracoval pro Pixar Studios, kde režíroval snímek Ratatouille.

Xindl a Cash

Zpěvák, písničkář a skladatel Xindl X připravuje nové album. Novou éru odstartoval Ondřej Ládek dubnovým singlem Smíšený pocity, nyní přichází s latinsko-popovým songem Cash, který je o tom, jak si kupujeme věci, které nepotřebujeme, za peníze, které nemáme. Pozvánku ke spolupráci přijali český rapper Earth a Slovák Puerto. O videoklip se postaral zpěvák kapely Slza Petr Lexa. MET



Kompilace jako pocta Andrštovi

Česká scéna nemá mnoho takových osobností, jakou byl Luboš Andršt, který by 26. července oslavil 75. narozeniny. Kytarista, ale také skladatel, aranžér či kapelník během více než padesáti let své hudební dráhy různou formou participoval na téměř sedmi desítkách alb. Namátkou šlo o desky Framus Five, Petera Lipy, Marty Kubišové či Michala Prokopa. Jeho odkaz nyní nahlíží a mapuje dvojalbum kompilace s názvem Timeline 1971–2017. MET

Vybavení domácnosti

ŽALUZIE ROLETY
VŠEVOLEBNÝ
VYKONÁNÍ
VŠEHO
VZTAŽNÉHO
VÝSTŘEŽNÍ
VÝVOJ

**USPORA ENERGIÍ
SÍTĚ PROTI HMYZU**

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

Práce - nabídka

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

• Přejmeme invalidní důchodce na roznoš letáků. 200Kč/hod + motivační složka. Volejte 774510686

• PRÍVÝDĚLEK za 150-178 Kč/hod - pokladní v Praze a okolí, zaškolení, online rezervace směn, zálohy.
Tel.: 222534534,
www.creditzech.cz

• Doplnňování zboží za 150-185,90 Kč/hod, směny denní/noční, ONLINE REZERVAČE, zálohy, prodejny v Praze a okolí.
Více na tel: 222534534

Čerpací stanice TOMEGAS
Plzeňská ul., Praha 5

Přijme obsluhu na HPP
Pouze pro zájemce s invalid. důchodem / ZPS.
Mzda 30.000 - 35.000 Kč/měs.
Tel.: 727 871 595

Finančně dobře ohodnocená práce na pozici **BEZPEČNOSTNÍ PRACOVNÍK V OBCHODECH**.
Pro více informací volejte
739 639 397.

Přijmeme invalidní důchodce na pozice
RECEPCE A OSTRUHA

• mzda od 110 Kč/hod.
• náborový bonus **10.000 Kč**, výplata denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese:
Ocelářská 21, Praha 9
(Metro B - Českomoravská)



PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRUHY

ABAS
IPB MANAGEMENT



Chcete sřežít hodnoty jako **STRÁŽNÝ?**
Mít pevnou pozici jako **RECEPČNÍ?**
Nebo hledat zboží v **OBCHODECH?**
A můžete být klidnější **VEDOUČÍ!**

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

• Nabízíme 176,60 Kč/hod za pultový prodej lahudek/dopek pečiva - i BEZ PRAXE, denní zálohy, Praha a okolí.
Tel.: 222534534,
www.creditzech.cz

• Pohodová víkendová brigáda na prodejních. Nabízíme odměnu až 185,90 Kč/hod dle pozice a lokality, denní zálohy, online rezervaci.
Tel: 222534534

• Agentura PANCÉR s.r.o. přijme zaměstnance na pozici dozorců expozic v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandartní mzdové podmínky. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Tel.: 800888042.
E-mail: nabor@pancer.cz

• Agentura PANCÉR s.r.o. přijme zaměstnance na pozici ostrařů v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandartní mzdové podmínky. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Tel.: 800888042.
E-mail: nabor@pancer.cz

• Agentura PANCÉR s.r.o. přijme zaměstnance na pozici zálohových jednotek Praha (Národní muzeum) - mzda 182 Kč/hod. Možné DPP i HPP.
Tel.: 800888042.
E-mail: nabor@pancer.cz

• Přejmeme pracovníky na úklid osobních vozidel a dodávek. Pohodová nenáročná práce, plat 150,- Kč/hod čistého. Po 3 měsících garantujeme náborový příspěvek 3000,- Kč Pracovní pozice je pouze pro OZP. Volejte 775 881 337

• Firma STOCK hledá Technika s výdělkem od 33.000 Kč + benefity. Náplň: Práce s tlakovým vozem a kamerovým systémem. Požadavky: Řidičský průkaz sk. B. Nabízíme: Smlouva na neurčito, stravenky, odměny. 734518299, info@stock-kanalizace.cz

• Výplata ihned po směně! Výkládka kamionu, svoz z Opatova zdarma. Mzda 120 Kč čist./hod. Noční směny Ne-Čt 19-04. Lze volit směny v týdnu. Práce vhodná pro fyzicky zdatné muže +18 let. Pokud máte zájem volejte paní Kateřinu 724892923, wellpack.cz

• Úklidová firma přijme pracovníky na úklid hotelu Residence na Praze 4,Novodvorská,úklid od 6.00h.ráno. Tel.604 209 253.

• 150 Kč na hod. za práci u bezpečnostní služby v Praze a okolí. Poskytujeme zaškolení, zálohy na mzdu a ubytování. Info 800100286, 724596648

• BA přijme recepční na P 6 a 8,12h směny, průměrné vystupování, komunikativní, práce na PC, příplatky - noční, svátka, víkend. Tel: 733122453.

• Přejmeme kuchaře na HPP. Osmihodinové ranní směny. Mzda 180 Kč na hodinu + osobní ohodnocení. Informace na telefonu 603290505 nebo info@pspodoli.cz

• Přejmeme strojníka do technologického zázemí plaveckého stadionu Podolí. Informace na telefonu 603290505 nebo info@pspodoli.cz. Nástup možný ihned.

• ZŠ a MŠ Praha 6 přijme od září 2023 školního psychologa. Kontakt: 222 202 502, 222 202 501.

• BS přijme strážné/vrátné na objekt Kladno-Rozdělův a Praha-Motol. Klidná práce, vhodné i pro důchodce. Zálohy možné po dohodě. Tel: 724239013

• Přejmeme IHNEDE na HPP pracovníky na úklid VŠ kolejí v P-4. Pracovní doba 7 - 15,30 hod. Plat 19,500 - 27,500 Kč. Tel. 774771103

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

Až **1 000 000 Kč** za STAROŽITNOSTI
Obrazy, nábytek, hodiny, hodinky, Šperky (zlaté, granát, briliant...), Mince (zlaté, stříbrné) Sklo, porcelán, bronz
Stříbro, šavle, housle a jiné zájmovosti i celá pozůstalost.
PORADÍM
tel.: 603 505 686

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce ÚČETNÍ. Bližší informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení písemných reakcí: 19.07.2023 v podatelně Úřadu městské části Praha 6.
Kontakt: Ing. Kocourková, tel. 220 189 355.

• Přejmeme pracovníka na HPP, úklid skladu a obsluhu lisu. Hostovice, 130 Kč bto na hodinu.
Kontakt: rybova@reiwig.cz nebo tel.: 236040053.

• Přejmeme ihned pracovníky na pozice: skladník, picker, úklid, VZV, pomoc. skladník a mnoho dalších. Zálohy každý týden, ubytování zajištěno. 776001640

• Základní škola Vodičkova, Vodičkova 22, Praha 1 přijme od 1.9.2023 (smlouva možná již od 30.8.) asistenta pedagoga. Platová třída 9. AP 0,50 úvazek k žákovi 1. ročníku (komunikační problémy, dysfázie, bilingvlní prostředí, bez poruchy intelektu). AP-0,75 úvazek k žákovi 6.ročníku. Tel: 222 231 648

• Přijímáme PŠOVOVY s vlastním psem, pro ostrahu staveb Praha 3. Plat od 23400 Kč čistého (130/hod.) Tel.: 602377312

Oznámení

• Zve vás na křesťanskou přednášku ze série Archeologie potvrzuje Bibli, tentokrát z období zajetí a návratu ze zajetí. Přednáší univerzitní profesor historie z USA s překladem do češtiny. Čtvrtek 29.6. v 18 hod., KD Ládví, Burešova 2, vstup zdarma, info: 731102709

Starožitnosti

KNIHY!
Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítrány - křesla, židle, stolký, lampy, obrazy, knihovny aj.
T. 603 478 873

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, šperky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy, starožitný nábytek. Děkuji Dyn.
Tel. 702401621

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKOUPI IHNEDE ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bžuterii, 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, textile, veškeré nádobí, šicí a psací stroje, obrazy a grafika, lampy a lustry, hmoždírky, žehličky, konvice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, paraží, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, přístroje, kabelky, kufry a staré uhlačky. Staré rybářské potřeby (pruty, navíjačky, podběráky,...) Papírové peníze - v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.

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

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

• Koupím obrazy českých a za hraničních malířů - krajinky, portréty atd. a jiné starožitnosti. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

Pronájmy - poptávka

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

Byty - poptávka

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

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

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

Nemovitosti - poptávka

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

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

• Koupím byt nebo dům v Praze, zaplatím požadovanou cenu a nechám bydlet nebo dožít. Vše na dohodě 777603019.

POPTÁVKA CHATA HORY
koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krusné, Orlické, Jizerky, Šumava. Může byt i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

• IHNEDE VYKUPÍME Váš byt, rodinný dům, číž. dům, posemek. Hotovost do 3 dnů. Vyřešíme cokoli - privatizaci, právní vadu, dlhuhy, exekuce. 800662222.

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

Výměny

• Zajistíme VÝMĚNU vaší nemovitosti, rozdíl ceny doplatíme, vybrat si můžete i z našich nemovitostí, které vlastníme. 774335509.

Cestování - nabídka

BUSEM DO TREŇANSKÝCH TEPLIC
Nově zrekonstruovaný HOTEL SLOVAKIA
Termin: 1.7.-8.7. 2023 nebo 5.8. - 12.8.2023
Cena: 13 490 Kč/os.
Zahrnuje: dopravu, 6x plnou penzi, 6x ubytování v 1/2 pokojích, 18 procedur, vstupní lékařskou prohlídku, delegáta, pojištění CK
Nástupní místa: Kladno, Praha, Příbram, Tábor, Brno
KONTAKT: CK A.S.s.r.o. Příbram, tel.: 318 63 99 99 a 603 864 522 po-pá 9.00 - 17.00 hod. • www.ckasa.cz

Nemovitosti - nabídka

Se spolujatelí není řeč?

774 301 409

Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte. Nepotřebujete souhlas spolujatelů.
skayocapital.cz

JURIS REAL
Nabízíme přímý výkup nemovitostí.
Vyřešíme právní vady, dluhy a exekuce. V případě zprostředkování prodeje nabízíme možnost okamžité výplaty zálohy.
777 306 102

Mají animáky na různých ustláno?

Dospívání je peklo. Může být hůř? Na to odpoví za týden animovaný snímek Krakenteena Ruby.

Jednou z velkých předností filmu Krakenteena Ruby, který si příští čtvrtek odbyde premiéru v tuzemských kinech, má být stavění diváckých očekávání na hlavu.

„Krakeni jsou vnímáni jako legendární monstra, která potápěla lodě, zatímco mořské panny jsou krásné a něžné. To, že jsme ty role obrátili, není jediné překvapení, které diváky čeká,“ slibuje producentka snímku Kelly Cooneyová.

Krakeni jsou i hodné holky

Děj animovaného filmu vypráví o Ruby Gillmanové, která žije se svou bláznivou rodinou v poklidném přímořském městečku. A stejně jako jiní teenageři má pocit, že nikam nezapadá. Do jisté míry za to může modrá barva

její pleti, což rodiče obhajují tím, že pocházejí z Kanady.

U Gillmanů platí jedno zásadní pravidlo – nepřibližovat se k slané vodě. Jenže když vaše životní láska spadne vaší nešikovností do mořských vln a nevynořuje se, skočit pro ni prostě musíte. Ve chvíli, kdy se Ruby ocitne pod hladinou, uvědomí si, že se s ní něco děje – zvětšuje se, rostou jí chapadla, začíná se čím dál víc podobat mořské obludě. Než to stačí vstřebat, narazí na jinou mořskou obrodu, díky níž se dozví, že patří do starobylé generace krakenů, ochránců moří a oceánů, tedy velmi pozitivních jedinců. Pokud bude chtít Ruby sebe, své blízké a život v oceánech zachránit, bude muset udělat jednu nelehkou věc – přestat se stydět za to, kým doopravdy je.

Pixarovka drtí i superrychlého Flashe

Krakenteena to v rodných USA nebude mít s návštěvností úplně jednoduché. Animované snímky zde totiž v poslední době nemají úplně na



Krakenteena Ruby je modré a hodné monstrum. CINEMART



Film Mezi živly od společnosti Disney a Pixar se odehrává ve Městě živlů, kde společně žijí živly ohně, vody, země a vzduchu. FALCON

růžích ustláno. Svědčí o tom například špatné výsledky animovaného dobrodružství od Pixaru – Mezi živly, které producenti úspěšně schovávali za ještě horší výsledky konkurenčních titulů.

Naprosto odlišná situace naopak panuje v tuzemských kinech. Uplynulý víkend zde má totiž překvapivého vítěze. Zatímco zbytku světa komiksový superhrdina Flash tržebně vítězí, u nás to stálo pouze na třetí příčce. Pře-

mohl jej nejen konkurenční Spider-Man, ale také právě nová pixarovka Mezi živly. Přišlo na ni 23 tisíc českých diváků. Podle Tomáše Vysokého z webu Kinomaniak je toto číslo srovnatelné zhruba na úrovni s loňským animáčkem Proměna, který loňské jaro solidně překvapil a držel se v žebříčku až do českého spuštění Disney+.

Sto tisíc diváků, které červená panda trhla, dává zapomenutou mizerným tržeb-

ním startům pixarovek Lucy a Duše, které během covidu příliš tržebně neoslňovaly. Mezi živly může, po vzoru loňského Kocoura v botách: Poslední přání, klidně v kinech bodovat ještě několik týdnů. Vše záleží na tom, zda jej z piedestalu příští týden nesrazí právě konkurenční Krakenteena Ruby.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE



Radiožurnál
Český rozhlas

**Informace
přímo
z centra
dění**

Martin Dorazín
zahraniční zpravodaj
na Ukrajině

radiozurnal.cz

Každý den s Vámi

NATIVE

ADVERTORIAL

Katalog je virtuální

Na pár kliknutí změnit běžná PDF na interaktivní letáky či katalogy, které umožňují jednoduchou správu, rychlé načtení, prokliky přímo do e-shopu i pokročilé analytické nástroje.

Na to se zaměřuje český projekt ecPaper, který právě změnil majitele – koupila ho firma Opportunus, která pracuje s on-line letáky už přes deset let. „S přesunem byznysu do on-line prostředí vidí-

me v tomto nástroji potenciál. Díky našim zkušenostem z oboru známe potřeby obchodníků, a proto jsme přidali nové funkce, z nichž některé jsou unikátní,“ říká k akvizici šéf společnosti Tomáš Varoščák.

Vytvořené katalogy jsou navíc propojitelné i s Google Analytics, díky čemuž nabízí porozumění zákaznickému chování. Chystají se navíc další zlepšovávky.

KRÁTCE

Billy F. Gibbons zahraje s kapelou

Americký zpěvák a kytarista ZZ Top Billy F. Gibbons ukáže v pondělí v pražském O2 universu nejen svůj typický dlouhý vous, ale především to, proč je řazen k nejlepším blues-rockovým kytaristům historie. Vůbec poprvé v Česku tento držitel ceny Blues Music Awards vystoupí se sólovou kapelou The

BFGs, kterou vedle něj tvoří bubeník John Douglas (Aerosmith) a levoruký kytarista Austin Hanks, který s Gibbonssem již dříve spolupracoval a který se v triu stará o rytmus. Jako předkapela zahraje Flamengo Reunion Session. Tu tvoří mimo jiné dvojice původních členů uskupení Flamengo Pavel Fořt a Vladimír „Guma“ Kulhánek. Jejich repertoár tvoří především skladby z kulturní desky Kuře v hodinkách.

Nedělá Vám *lepek* dobře a chcete se dozvědět víc?

Celiakie je vrozené autoimunitní onemocnění, které je vyvolané nesnášenlivostí lepku.

Může se projevit v jakémkoliv věku. Lidem, kteří se narodí s takovou abnormální přecitlivělostí, lepek způsobuje chronický zánět sliznice tenkého střeva a musí dodržovat přísnou celoživotní bezlepkovou dietu.

Se svými dotazy ohledně správného dodržování bezlepkové diety se můžete obrátit na Poradnu pro dětské i dospělé celiaky, kterou zdarma provozuje Sdružení celiaků ČR, z. s. Do poradny je nutné se předem objednat na e-mail: poradna@celiac.cz

Máte-li zájem, můžete již tuto sobotu 24. 6. 2023 od 9.30 navštívit XXIII. celostátní setkání Sdružení celiaků ČR, které proběhne v areálu Emauzského kláštera v Praze 2, Vyšehradská 49. Na programu jsou odborné přednášky spojené s panelovou diskuzí a prodej a ochutnávky bezlepkových potravin od českých i zahraničních výrobců. Zajištěno je i bezlepkové občerstvení. Vstup volný.

Záštitu nad akcí převzal ministr zemědělství Zdeněk Nekula.

Přijďte, těšíme se na Vás.

Akce se koná za podpory hl. m. Prahy
Více informací na www.celiaci.cz,
tel. +420 602 273 173, e-mail: info@celiaci.cz

metro

Češi i Slováci by uvítali více času pro sebe, přesčasů má každý druhý

Vymanit se z kolotoče pracovních povinností není zrovna jednoduché.

Podstatná část Čechů i Slováků žijících ve městech pracuje pravidelně přesčas. Ve všední dny je zaneprázdněna dokonce natolik, že je pro ně prakticky nemožné najít si chvíli pro sebe. Většinu lidí by přitom stačilo, kdyby čistě podle svého přání mohli strávit jen hodinu až dvě denně. Ukázal to průzkum společnosti Coca-Cola pro značku Kinley, která prostřednictvím své aktuální kampaně a motta Je čas myslet na sebe vybízí zákazníky k tomu, aby si občas dovolili jednoduše vypnout.

Běžný pracovní den končí pro většinu městských obyvatel Česka a Slovenska nejpozději okolo 17. hodiny. Chvilku pro sebe si ve všední dny dokáže přesto pravidelně dopřát jen 31 procent Čechů a 24 procent Slováků. Často jsou na vině přesčasy, se kte-



Udělejte si chvíli pro sebe a vyzkustejte nové příchutě Kinley.

COCA-COLA

rými se pravidelně potýká více než polovina populace v produktivním věku. Volný čas však mizí také při dojíždění do místa bydliště, nákupu, domácích pracích, péči o děti či při venčení zvířat.

Na pobyt v přírodě, setkávání s přáteli, sport, čtení či aktivity s rodinou, u kterých se lidé po práci odraagují nejlépe, tak v řadě případů ve všední dny už nezbyvá prostor. Průzkum společnosti Coca-Cola pro značku Kinley ukázal, že bezmála 30 procent

Čechů, a dokonce 40 procent Slováků, má volný čas pro sebe nanejvýš jedenkrát týdně nebo vůbec. Většinu lidí by přitom úplně stačilo strávit čistě podle svého přání jen hodinu až dvě denně, pětina populace se spokojí dokonce pouze s půlhodinou.

„Rovnováha mezi prací, časem pro sebe a časem pro partnerství a přátele je důležitější, než si umíme představit. Při dlouhodobě nerovnováze se mohou objevovat poruchy nálady, potíže se spán-

kem, úzkosti až panické ataky, v krajním případě může dojít k vyhoření v pracovním i osobním životě, které zasáhne nejen dotyčného, ale i jeho okolí. Je to fáze, ze které se velmi obtížně vrací zpátky,“ komentuje výsledky průzkumu psychologka Martina Viewegová.

S množstvím svého volného času ve všedních dnech je bez výhrad spokojena jen čtvrtina Čechů a Slováků. Na opačném pólu žebříčku – tedy ve skupině lidí, kteří se

trápí tím, že jim čas vůbec nezbyvá – je zhruba každý osmý člověk. Když už si lidé chvíli pro sebe v týdnu skutečně udělají, tráví podle průzkumu nejraději volný čas v pohodlí svého domova, následuje prostředí příjemných restaurací, barů či kaváren a venkovní plochy, jako jsou například parky.

„Prostřednictvím aktuální kampaně k relaunchu portfolia Kinley Tonic se snažíme vyzvat všechny Čechy a Slováky, aby si každý den našli chvíli pro sebe. Je osvěžující po práci vypnout, zajít si s přáteli do baru nebo restaurace a vychutnat si dobré jídlo a pít,“ říká Zuzana Staňková, manažerka značky Kinley ve společnosti Coca-Cola pro Česko, Slovensko a Maďarsko.

Mezi preferovanými aktivitami pak vede pobyt v přírodě, čas strávený s partnerem či rodinou, sledování filmů a seriálů nebo setkávání s přáteli. Jen málo lidí si naopak chvíli pro sebe spojuje s nakupováním, uměleckou činností či návštěvou kosmetického salonu.

PLAY

Led

Některé dny už je trochu tepleji, někdy i dost horko. Ochladzuje nás bazén, rybník, moře, studená sprcha, klimatizace, stín lesa. Z gastronomického hlediska to ale vůbec neznamená, že byste si měli najednou všechno nehorázně ledovat! Nenamítám nic proti tradičním pokrmům z jižních zemí – studené okurkové polévky s jogurtem, saláty s limetkami, které nám otevírají póry, studené kuřecí plátky v bylinkách, lehké syrové ryby ceviche marinované v citronové šťávě. To ano, ale nápoje přecpané kostkami ledu, byť jsou to vynikající koktejly

” Pozor na sedmý schod! Když je pivo přechlazené, není to dobře pro náš žaludek.

nebo i nealko – tak ty jsou v horku samozřejmě na první doušek ohromně osvěžující, ale současně pro naše rozehřáté tělo dost zatěžující. Třeba pivo, když není pořádně studené, tak správněmu pivaři nechutná! Ale pozor na sedmý schod! Když je totiž pivo přechlazené, není to dobře pro náš žaludek a navíc, pokud je podáváno v teplotě pod tři

stupně Celsia, tak si ani moc neužijeme jeho chuť. Limonádě s ledem dejte šanci, aby se trochu ustálila na okolní teplotě, a nelijte ji do sebe ledovou. Ve whisky či martini se led pomalu rozpouští a uvolňuje úžasná aromata, ale moc ledu je vždy špatně pro naše chuťové pohárky i pro tělo v jakémkoli nápoji. Náš žaludek totiž musí pracovat na plné obrátky, aby dostal tu ledovou smršť do nějaké přijatelné teploty, které mu pak dovolí pustit tekutinu dál do našeho těla! Sice se trochu osvěžíme, ale současně tělo spotřebuje spoustu energie. A tak – všeho s mírou.

PAVEL MAURER
MILOVNÍK JÍDLA



@mojemetro



SOR NB 12 je model městského nízkopodlažního autobusu, který je v současnosti pro pražskou MHD typický. Takzvaná sorka je zase slangový výraz pro omluvu. Vznikl z anglického „sorry“. Příklad: „Kamaráde, sorka, nestíhal jsem.“ Co se stane, když tyto dvě nesouvisící věci spojíme? To nám výše předvádí čtenář Šimon Franc.

#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!

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

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: SUPERMARKETY

LUŠTĚNKA

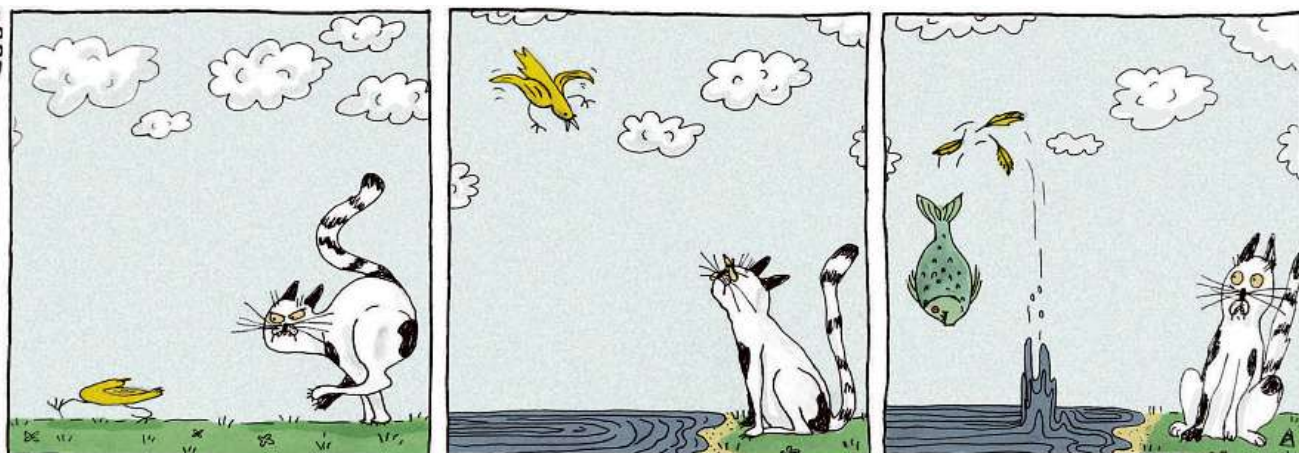
- vystoupání
- synova dcera
- vyčistit práním
- vše
- plavci na vorech
- vystrídání
- oddavky (řidč.)
- způsobený virem
- vykřiknutí (j. č.)
- vlétnout
- pražská řeka
- nasypat dovnitř

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V

F POHODĚ
:-)

Úlet

A. Židkova



SUDOKU

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

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

„Tetování miluji.
Dceři říkáme
Omalovánka.“

RADIM SMITH
Facebook



POČASÍ

DNES



28/32 °C

ZÍTRA



29/33 °C

PÁTEK



23/27 °C

SOBOTA



21/25 °C

Teplotní rekordy: ↓ 6,3 °C (1915) ↑ 35,6 °C (2000) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Dobrodružství kriminalistiky (8/26)
Tým. Krimiseriál (ČR/N/Fr., 1989). Hrají: J. Ornest, D. Kolářová, J. Adamira, P. Svoboda

21.05 Vraždy v kruhu (8)
Vražda s odpuštěním. Krimiseriál (ČR, 2015)

22.19 Výsledky losování Šťastných 10

22.20 Jak si nepodělat život
Beze stopy. Seriál (ČR, 2019)

23.35 Muži v offsidu
Komedie (ČR, 1931). Hrají: H. Haas, J. Plachta, E. Fiala

ČT2



20.00 Modrá krev
Czerninové. Dokumentární cyklus o české šlechtě (2017)

21.00 Mistři starých řemesel (6/8)
Zlato a stříbro

21.30 Naděje až do konce
Časosběrný dokument je strhujícím příběhem plným humoru, lásky a odvahy užívat si života

23.00 Slečna Marplová VI
Greenshawova Kratochvíle. Krimiseriál (VB, 2013)

00.30 Vražedné šifry II
Neprocleny tovar – část 2

NOVA



20.20 Výměna manželek XV
Úspěšná reality show, ve které si dvě ženy vymění domácnost na dobu deseti dní, které stráví pod dohledem nového chotě, nových dětí a hlavně kamery!

21.35 Malé lásky II
Kristýna a Tonda vyrůstali bez rodičů v dětském domově a jsou rozhodnutí dát svým dětem to, co jim nejvíc chybělo – lásku...

22.40 Námořní vyšetřovací služba XIX (3)
Cesta nikam. Krimiseriál (USA, 2021-2022)

23.40 Mentalista III (4, 5)

PRIMA



20.15 Vinaři (1)
Narozeniny. Komedijní seriál (ČR, 2014). Proslulý křetický vinař Bedřich Pavlíček slaví 65. narozeniny. Hrají: V. Postránecký, J. Smutná, T. Kostková, M. Táborský

21.35 Show Jana Krause
Jan Kraus, jak ho znáte, v úspěšné show! Aktuální hosté, témata bez cenzury a ta nejlepší late night show

22.40 Show Jana Krause

23.50 Ano, šéfe!

01.05 Policie v akci

ÓČKO



20.00 O Black List
To nejlepší z naší rapové stanice O BLACK

20.50 O BLACK TALK: Renné Dang
Další z řady našich rozhovorů s předními jmény české a slovenské rapové scény

21.00 Óčko hity

22.00 Naked Attraction
Seznamka na tělo

22.30 Single Lady II (8/10)
Zešlení. Seriál (ČR, 2017)

22.45 Óčko flirt

Přetěžká skupina

Mistrovství Evropy fotbalistů do 21 let v Gruzii a Rumunsku dnes startuje.

Na závěrečném turnaji podruhé za sebou nechybí český tým. Svěřenci trenéra Jana Suchopárka se v silné skupině C v Gruzii utkají s dvěma největšími favority na zlato Anglií a obhájcem titulu Německem a nevyzpytatelným Izraelem, i tak se pokusí zabořit o postup. Šampionát bude zároveň kvalifikací na olympijské hry v příštím roce.

Mistrovství Evropy se podruhé za sebou zúčastní 16 týmů, které jsou rozdělené do čtyř čtyřčlenných skupin. Vždy první dva celky postoupí do čtvrtfinále, finále se odehraje 8. července v gruzínském Batumi.

Historicky nejúspěšnějšími zeměmi Eura jsou Itálie a Španělsko s pěti zlaty. Češi věří, že mohou zamíchat postupovými kartami, i když podle bookmakerů patří mezi outsidersy turnaje.

„Věřím, že jsme připraveni na to, odehrát vynikající utkání. Čekají nás špičkové týmy, které se řadí mezi favority turnaje, a nezapomněl bych rozhodně na Izrael. Ale pokud nám bude přát štěstí, můžeme postoupit,“ uvedl Suchopárek, kterému vypadli kvůli zranění brankáři Matěj Kovář a Antonín Kinský.

Češi odehrají celou skupinu v Gruzii – první dva duely v Batumi a třetí zápas v Kutaisi. Zítra vstoupí do šampionátu proti Anglii, s níž si zopakují souboje z kvalifikace. Ve druhém duelu skupiny zkusí v neděli český tým zaskočit obhájce trofeje Němce. Závěrečným soupeřem bude příští středu Izrael. **ČTK**



Jasná výhra v Černé Hoře

Čeští fotbalisté zvítězili v přípravném utkání v Černé Hoře vysoko 4:1 a úspěšně se rozloučili se sezonou. Hosty poslal do vedení Mojmír Chytil (na snímku), po změně stran se poprvé v reprezentačním „áčku“ trefil Michal Sadílek. Za domácí snížil Driton Camaj, ale v závěru se prosadili střídající Lukáš Provod s Adamem Hložkem. **ČTK**

KRÁTCE

O kouči za týden

O osudu trenéra hokejové reprezentace Kariho Jalone na by se mělo rozhodnout příští týden ve čtvrtek, kdy se uskuteční další jednání výkonného výboru. Na Twitteru to oznámil prezident Českého svazu ledního hokeje Alois Hadamczik. Výkonný výbor tvoří jedenáct členů. Řeší se, jestli bude Jalonen trénovat Čechy na domácím MS příští rok.

Už je vyléčená

Česká tenisová legenda Martina Navrátilová úspěšně zvládla boj s rakovinou. Šestašedesátiletá pražská rodačka, jež minulý týden převzala stříbrnou medaili předsedy Senátu, oznámila dobrou zprávu po sérii vyšetření v New Yorku. Lékaři jí loni v diagnostikovali rakovinu hrtnu a vrátilo se jí nádorové onemocnění prsu, s nímž se léčila již dříve.

Za miliardu a půl

Fotbalisty Chelsea posílí Christopher Nkunku z Lipska, média odhadují odstupné na 60 milionů eur (zhruba 1,43 miliardy korun). Francouzský záložník podepíše v novém působišti smlouvu na šest let s platností od 1. července. Klub Premier League o tom informoval na webu, aniž by zveřejnil finanční podrobnosti, stejně tak Lipsko. **ČTK**

Barca se raduje

Čeští basketbalisté Jan Veselý a Tomáš Satoranský pomohli Barceloně získat jubilejní dvacátý titul ve španělské lize. Finálovou sérii s Realem Madrid vyhrál jejich tým 3:0 na zápasy. Včera zvítězila Barca v Madridu o jedenáct bodů 93:82. Veselý nastřílel devatenáct bodů, Satoranský přispěl k triumfu katalánského celku osmi body.

V San Diegu

Dnes začne v americkém San Diegu mistrovství světa mužů ve fieldlakovu zahajovacím zápasem mezi USA a Kanadou. Mezi třiceti účastníky jsou také Češi. Svěřenci trenéra Briana Witmera hrají ve skupině C, kde se postupně střetnou s Portorikem, Švédskem, Filipínami a Izraelem. Finále bude na programu 1. července. **MET**

15 golfistek

S čerstvou vítězkou German Masters Kristýnou Napoleovou (na snímku vlevo) se uskuteční na konci týdne v Berouně golfový Tipsport Czech Ladies Open. Do pátého ročníku turnaje série Ladies European Tour (LET) zasáhne patnáct Češek, nechybí ani úřadující šampionka Jana Melichová (vpravo) nebo loni druhá Klára Davidson Spilková. Hrát se bude od 23. do 25. června, pořadatelé na tiskové konferenci také oznámili zvýšenou dotaci 300 tisíc eur (přes sedm milionů korun). **ČTK**



Startují Evropské hry se 248 Čechy

V Krakově a dalších polských městech dnes začíná třetí ročník Evropských her. Po Baku 2015 a Minsku 2019 se tato multisportovní akce tentokrát uskuteční blízko Česka. I díky tomu na ni pojedí rekordní výprava, v nominaci je 248 českých sportovců. O medaile se bude dvanáct dní bojovat v devětadvaceti sportech, české barvy budou k vidění jen v plážové házené a breakingu.

Před osmi lety přivezli Češi sedm medailí, před čtyřmi lety jich získali třináct. Před

aktuálním ročníkem Evropských her byl šéf výpravy Martin Doktor v odhadech obzřetný. Naděje viděl například v rychlostní kanoistice i vodním slalomu, střelbě, moderním pětiboji nebo horských kolech a freestyle BMX. Poprvé budou na Evropských hrách elitní atleti. V Chorvóvě se uskuteční tři divize ME družstev.

Vlajkonoši české výpravy při zahájení Evropských her budou mistry Evropy ve freestyle BMX Iveta Mículyčová a lezec Jan Kríž. **ČTK**