

metro

Česká trenérka Jana Klimková slaví. Její fotbalistky Nového Zélandu odstartovaly MS vítězstvím. **STRANA 15**



Větší kuchyně? Rodiny teď rády vaří společně

Domácí **místo pro vaření** ovlivnil i covid. Děti už se nechtějí rodičům jen koukat pod ruce. Při plánování kuchyně lidem záleží na ideálním **rozvržení nábytku a spotřebičů**. **STRANA 9**

Zlatá žába už zase skáče v botanické

Qwak a žbluňk. Když se do zlaté plastiky skákající žaby opře slunce, zaleskne se voda nových jezírek, která pražská botanická zahrada vybudovala v rámci velké rekonstrukce. Nacházejí se v blízkosti nového výstavního prostoru, jenž bude otevřen nad Ornametální zahradou. Čtyřmetrová socha Qwak se vrací do zahrady po dvou letech, jejím autorem je pražský sochař Petr Holeček. „Jsem rád, že o plastiku projevila botanická zahrada zájem, hodně lidí se ptalo, kam se poděla. Dříve skákala nad jiným jezírkem, to už zcela změnilo tvář,“ říká autor, který sochu instaloval na její místo včera dopoledne. Sochy Petra Holečka můžete vidět do konce srpna také v pražské Galerii Toyen v Milešovské ulici na Žižkově. Vernisáž je ve středu a vstupné je zdarma. **MET**



INZERCE

I VÍLA MŮŽE
PODLEHNOUT KOUZLU LÁSKY



STRÁŽKYNĚ LESA

V KINECH OD 20. ČERVENCE



Svátek hvězd také mezi sakurami na Hanspaulce

Češi vyrazí k mileneckým polibkům pod rozkvetlou třesní v máji, Japonci oslavují nebeské milence.

Přístup k oslavě lásky se liší. Japonci to předvedou na pražské Hanspaulce. V sobotu od 11 do 17 hodin přiblíží lidem svátek hvězd s názvem Tanabata, který je zasvěcený nebeským milencům.

Neposlušní milenci nebes

„Zdejší park je známý svými sakurami, my jej na jeden den změníme doslova v bambusový háj. Přijďte se přesvědčit na vlastní oči a zažijte Japonsko v srdci Evropy. Tanabata neboli svátek hvězd je neodmyslitelnou součástí začátku japonského léta, kdy se



Pro návštěvníky svátku je připravená ukázka tradiční japonské kaligrafie, kresleného písma. Přichozí si ji mohou vyzkoušet.

ČJS

napříč celým Japonskem konají oslavy spojené s legendou o lásce nebeské,“ přibližuje svátek organizátorka Sabina Lukášová, manažerka Česko-japonské společnosti.

Podle staré legendy se na nebesích přadlena Orihime zamilovala do pasáčka nebeských krav Hikobošiho. Opojení láskou ale oba zanedbávali své povinnosti. Nebeský vládce je rozdělil Mléčnou dráhou a povolil jim setkání jen jedinkrát za rok.

Sedmého dne sedmého měsíce, kdy se v Japonsku slaví tento svátek, vytvoří vrány ze svých křídel pro oba milence most, aby se jejich setkání mohlo uskutečnit.

Kaligrafie ukáže krásu písma

„Připojte se k nám a dopřejte si autentický zážitek tohoto oblíbeného svátku. Každý má nějaké přání a v tento magický den se může vyplnit. Stačí ho napsat na papír tanzaku a zavěsit na bambusovou vě-

tev, která tvoří symbol samotného svátku. Vychutnejte si japonský street food, tradiční i moderní sladkosti, zelený čaj Matcha nebo nápoj z citrusu Yuzu. Pro dospělé bude připraveno saké, nápoj božského původu, vyhlášená japonská whisky Nikka nebo řemeslné pivo,“ dodává Sabina Lukášová.

Festival v parku Hanspaulka zahájí lidový tanec v podání skupiny Yosakoi Hanamaru. S Janem Benešem si návštěvníci ověří ostří japonského meče, Kenya Satoh a Markéta Fujita Reiter představí tradiční strunné nástroje. Nebude chybět ani okinawské energické bubnování Ryukyukoku Matsuri Daiko. Tradiční umění štětce přiblíží návštěvníkům Mari Kučera ukázkou psaní kaligrafie na velké plátno. Návštěvníci v japonském letním oděvu se zase mohou zúčastnit volby Miss/Mr. Yukata. **PH**

INZERCE

SEZNAMTE SE!

COOPER – VOMBAT OBEČNÝ



ZOO PRAHA

ZOOALBUM Pohled bongu



Pokud byste se chtěli podívat do tváře bongovi horskému ve volné přírodě, nebylo by to lehké. Nejenže tyto půvabné antilopy žijí skrytým způsobem života v horských lesích Keni, ale současně jich tam zbývá zhruba stovka jedinců.

Kriticky ohrožení bongové však možná ještě mají naději na záchranu – Zoo Praha se rozhodla podpořit program na jejich návrat do přírody, a to

konkrétně finanční podporou reforestace, tedy výsadby lesního porostu jakožto nezbytného habitatu pro tyto na prales úzce vázané tvory. V Troji je naleznete ve výběhu vedle hrochů a aktuálně tam spatříte hned tři mláďata.



ONDŘEJ KUTLVAŠR
AUTOR FOTOGRAFIE

Trable s okruhem měla i Vídeň

V rakouské metropoli se zlepšil dojezd do práce. Obyvatelé německého Erfurtu se báli hluku.

„míní Opatrný. V bulharské Sofii si lidé kladli otázky související s možným zhoršením kvality života v okolí výstavby nového okruhu. „Obvykle je příběh stejný. Na za-

částku bývají obavy ze samotné stavby a jejich dopadů na okolí. To je ale krátkodobý pohled. Z dlouhodobého hlediska převládají přínosy, jako je zlepšení plynulosti a intenzi-

ty dopravy, vyšší bezpečnost silničního provozu a fungování dopravního systému,“ komentuje změnu postoje Opatrný a dodává: „I ve Vratislavi ubýly dopravní zácpy a míst-

ní si na okruh a jeho přínosy rychle zvykli. Vedení města už proto nyní avizuje nutnost přípravy dalších tras, které souvisejí s rozvojem této metropole.“ **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

Pro Pražany i přespolní řidiče, kteří do hlavního města České republiky pravidelně míří například za prací, znamenají letní měsíce různé uzavírky, opravy a zácpy. Přetížené Praze by měla pomoci dostavba vnějšího obchvatu, která má brzy začít. Dostavba Pražského okruhu vzbuzuje v lidech různé emoce. Ne vždy jsou pozitivní. Podobně na tom byla i další velká evropská města.

„Na Vídeňském okruhu je kupříkladu vidět, že se obavy z dopadů, které jeho výstavba vyvolá, nepotvrdily. Naopak, silniční okruhy obecně mají po dokončení pozitivní ekonomické přínosy, zvyšují plynulost dopravy, přispívají k bezpečnosti silničního provozu a snížení počtu nehod. Příklady z okolních zemí jsou toho důkazem,“ říká mluvčí dostavby Pražského okruhu Martin Opatrný.

Před zahájením samotné stavby rezovaly v rakouské metropoli zejména otázky spojené s možným zvýšením hlučnosti v okolí stavby, snížením množství a zhoršením kvality podzemních vod, dopravní indukci či zhoršením kvality života v okolí stavby. Objevily se i obavy z vlivu stavby na klima a na zábor zemědělské půdy. V konečném důsledku se nic z toho nepotvrdilo. Velmi podobně ke stavbě obchvatu přistupovali i obyvatelé německého Erfurtu. I oni podle Opatrného v současnosti stavbu kvitují, protože se město po dokončení dálničního okruhu ulevilo od tranzitní dopravy.

„Stejně tak došlo ke zlepšení fungování dopravního systému, zvýšila se plynulost a bezpečnost silničního provozu. V rámci veřejné diskuse, která předcházela zahájení stavby, převažovaly otázky spojené zejména s možným zvýšením hlučnosti v okolí stavby. Pokud ke zvýšení v okolí stavby krátkodobě dojde, je běžné, že investor, tedy obvykle stát, vzniklou situaci řeší a požaduje u zhotovitele nápravu,“ dodává Opatrný a zmiňuje, že výstavbu nového bratislavského okruhu rovněž provázely v jejím počátku emoce.

„Nyní jsou ale místní s výsledkem spokojeni. Vliv nového okruhu na různé aspekty života hodnotí místní pozitiv-

Pá-Ne

super prodloužený víkend
OD 21. 7. DO 23. 7.

VÍKENDOVÝ KUPÓN NA SLEUV V APLIKACI

-25%

VÝROBKY ZNAČKY GALBANI

+ Aktivovat za 10 bodů



*** Rajčata mini Roma**
dovoz Maroko I. jakost
250 g balení (=1 kg 87,60)

-37%

34,98

21,90



Kaiserka
se lněným semínkem
běžné pečivo pšeničné ze zmrazeného polotovaru
50 g (=100 g 5,00)

VŽDY LEVNĚ

pouze 2,50



SEDITA MILA Oplatka
s mléčnou náplní
50 g (=100 g 25,80)

VŽDY LEVNĚ

pouze 12,90



XXL Ananas
820 g/490 g (=100 g 8,76)

VŽDY LEVNĚ

pouze 42,90



JINDŘICHOHRADECKÝ TUZEMÁK
Lihovina 37,5%
Max. 5 kusů na osobu/den
0,5 l láhev (=11 199,80)

VŽDY LEVNĚ

pouze 99,90



LOBKOWICZ PREMIUM Pivo
světlý ležák
Max. 96 kusů na osobu/den
0,5 l plech (=11 33,80)

VŽDY LEVNĚ

pouze 16,90

• Tato cenová nabídka neplatí pro prodejny Ostrov, Praha-Čestlice, Praha-Hloubětín, Praha-Palmovka.

Běžná otevírací doba: pondělí - neděle: 7.00 - 22.00 hodin

Mladá Boleslav, Písek: 6.00 - 22.00 hodin, Pardubice: 6.00 - 21.00 hodin

Akceptujeme tyto platební prostředky:



VŽDY LEVNĚ = zboží nabízené v našem letáku za výhodnou cenu opakovaně nebo mimořádně do vyprodání zásob.

Prodej jen v množství obvyklém pro domácnost. Všechna foto jsou pouze ilustrační. Nabídka zboží se může lišit velikostí prodejny. Za tiskové chyby neručíme. Kompletní nabídka také na www.kaufland.cz

* KC - měrná cena platná s Kaufland Card, A - měrná cena platná pro akci.



Moje první volba

Na vlastní kůži. Na skútry bez spěchu a s vlastní helmou, radši

Vyzkoušeli jsme nová sdílená vozítka firmy Antees, která momentálně převzala štafetu po předchůdcích BeRider.

K nejbližšímu skútru jsem se trmácela patnáct minut pěšky. To bylo asi největší minus, které jsem si ze své první zkušenosti se sdílenými elektroskútry firmy Antees odnesla. Můj test začal jednoduše. V aplikaci jsem si našla nejbližší skútr v okolí a pak se k němu vydala. Vřele doporučuji si zážitek naplánovat na nějaký volnější den, nikoli na situaci, kdy spěcháte. Proč jsem se musela ulicemi hlavního města procházet tak dlouho? Je to způsobeno hlavně tím, že je po Praze Antees skútrů zatím jenom sto. Apli-

kace dále ukazuje, jakou má vozítka barvu. Modré má v kufru jednu helmu, bílé dvě. To se mi v aplikaci ale vůbec neukázalo.

Po cestě k vybranému skútru jsem si ho radši v aplikaci zarezervovala, aby mi s ním někdo jiný neujel. V dále jsem pak už viděla tmavě modré jednostopé vozidlo s bílým nápisem na boku, které stálo zaparkované vedle supermarketu.

Na místě bez komplikací

V apce jsem potvrdila, že jsem už na místě, a na telefonu mi naskočily instrukce. Jako první bylo potřeba ověřit, že je skútr v pořádku a způsobilý k jízdě. Byl. Pak už jsem se jen přesunula ke kufru a zmáčkla červené tlačítko. Otevřela se zadní část, v níž byla helma. Nasadila jsem si ji na hlavu a sedla si na skútr. Nejtěžší bylo sundat vozidlo ze stojánku, apli-

kace však po celou dobu jízdy nabízela instrukce, což mě jako začátečnicka zachránilo.

Firma návod nabízí všem uživatelům po dobu pěti jízd. Nahrazuje to takzvanou skútr školu, kterou dříve nabízel předchůdce BeRider. Osobně bych však podobnou lekci s odborníky velice ocenila. Přece jen bych se cítila bezpečněji než s pouhým návodem.

Zbytečná útrata

Po sesazení stojánku jsem mohla vyjet. Jízda sama o sobě byla příjemná a vozidlo jezdí poměrně rychle. Jde tak o skvělý způsob, jak se vydat do víru velkoměsta a vyhnout se možným kolonám. Po pěti minutách jízdy jsem v aplikaci klikla na políčko, že chci jízdu ukončit. Zase, bylo velmi těžké skútr celou vahou dát na stojánek. Zabralo mi to zhruba dvě minuty a stále se mi odečítaly peníze.

Dezinfekce není prioritou

Velké minus dávám hygieně. Helmu jsem na hlavě měla pět minut a velmi jsem se zpotila. Při letním počasí se ani nic jiného nedá očekávat. V kufru nebylo k dispozici ani žádné čistítko, ani klasická dezinfekce. Na řídítkách a v helmě logicky bývá nejvíce bakterií, které by si asi nikdo nechťel přitáhnout domů. Řešila by to kapesní dezinfekce v kufru, která stojí pár korun. Nebo jsem měla



Uvnitř každého sdíleného elektroskútru se nachází helma.

mít s sebou nějakou kuklu na hlavu? Chápu, že se firma soustřeďuje na kurýry, ale na hygieně svých zákazníků by šetřit neměla.

Po ukončení jízdy už jsem jen skútr vyfotila, v jakém je stavu, a fotografii odeslala do aplikace. Za celkových sedm a půl minuty půjčení se mi odečetlo z kreditů čtyřicet pět korun. I přes to dál preferuji hromadnou dopravu.

Na druhou stranu, po první registraci se vám do aplikace načte sto korun a první minutu máte zdarma. Pokud ale začínáte jako já, nestihnete se ani rozkoukat. Každá další minuta stojí šest korun, což už se zas tak výhodně netváří. V apce je mimo jiné vidět, kolik kilometrů má skútr dojezd. Při jeho vybití se doporučuje najít nejbližší nabíjecí

MODRÉ SKÚTRY

Rozhovor se spolujízdem firmu a první testování jízdy na elektroskútru si můžete přečíst zde.



zónu. Za každé zastrčení do zásuvky dostanete dalších čtyřicet korun, které se vám přičtou. Tu jsem ale nehledala, jelikož byl skútr nabíjený. Firma Antees chce apelovat na to, aby se z nabíjení skútrů stala rutina a zabránila tak opakovanému vybíjení vozidel. Což se mi zdá fajn způsob.

Celkově sdílené skútry hodnotím jako prima tip na zážitek, ale prozatím asi jen pro jednoho. Bílé skútry pro dva se v aplikaci neobjevují. Doporučuji si s sebou vzít vlastní helmu nebo kapesní dezinfekci. A taky si vybrat den, kdy nikam nebudete spíchat. Dochůzková vzdálenost ke skútru může být delší. A pozor na první minutu zdarma. Ať se stihnete rozkoukat.

TEREZA ŠIMURDOVÁ



Jednostopá vozítka si můžete půjčit v Praze i v Brně.

2x METRO

INZERCE

HORY, LESY, PŘEHRADA
dovolená

BESKYDY
SUPER CENA

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

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

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

JR JURIS REAL

**Ihned
vykoupíme,**

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

Volejte
zdarma **800 22 33 88**
www.prodejtojinak.cz

Mikrovesmír ve střevech

Od doby, kdy se vědcům otevřel pohled do mikrosvětla bakterií žijících v našich střevech, plní informace o mikrobiomu pravidelně stránky časopisů. Laici i vědci vyhlížejí okamžik, kdy nejnovější poznatky o tomto mikrovesmíru začnou ve velkém pomáhat v léčbě nemocí. O krok blíž k tomuto okamžiku se dostal mikrobiolog Mgr. Martin Schwarzer, Ph.D. V Laboratoři gnotobiologie Mikrobiologického ústavu AV ČR v Novém Hrádku u Náchoda se věnuje výzkumu, který by jednou mohl mít zcela zásadní dopad na životy milionů lidí. Zjistil, že jedna konkrétní bakterie možná může významně pomoci dětem trpícím chronickou podvýživou a špatným růstem. „Potvrdilo se nám, že mezi



bakterií a organismem dochází ke komunikaci, která napomáhá růstu,“ shrnuje mikrobiolog poznatky výzkumu o bakterií a dodává, že její účinek by byl přínosný i pro seniory, jejichž střeva už nepl-

ní správně svoji funkci. Co si myslí o zkoumání mikrobiomu? Mohou mít komerčně dostupná probiotika opravdu pozitivní vliv na naše zdraví? Čtěte v novém vydání týdeníku Téma.

Investujte s e-Finance Group

podílejte se na investicích do komerčních a bytových nemovitostí

Proč e-Finance, a. s.?



1,4 miliardy Kč

je hodnota komerčních a bytových nemovitostí ve vlastnictví koncernu e-Finance, a.s.

181 milionů Kč

již vyplatil koncern e-Finance, a.s. na úrocích plynoucích z dluhopisů určených veřejnosti

22 let

Koncern e-Finance, a.s. byl založen v roce 2001 a již 22 let investuje v ČR do nemovitostních projektů

až 10% ročně

je nadstandardní zhodnocení z dluhopisů pro veřejnost

Blíže informace o nemovitostním portfoliu e-Finance, a.s. najdete na internetových stránkách www.e-finance.eu v záložce **Pro Investory**

Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Společnost e-Finance má nově ve svém portfoliu dluhopisů **dvouleté dluhopisy s výnosem až 8%**.

až **8%** roční výnos

ČNB schvaluje prospekt dluhopisů z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na www.e-finance.eu/dluhopisy-informace.

Dluhopisy nesou pevné zhodnocení ve výši 8 % p.a. za první výnosové období a 6 % p.a. za druhé roční výnosové období. Uvedený úrok je fixovaný po celé období a jeho výše se nemění bez ohledu na případný pokles bankovních úrokových sazeb, které podle předpokladu odborné veřejnosti začnou klesat již ve 2. pololetí tohoto roku.

Investice e-Finance jsou vidět! Tím, že společnost e-Finance investuje finanční prostředky svých investorů do investičních nemovitostí, které následně má ve své správě, tak investoři mohou tyto „investiční projekty“ sami navštívit.

Jedná se např. o tyto projekty:

- **EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar**, jejíž součástí je kromě luxusního hotelu s exkluzivním wellness i vlastní řemeslný EFI Pivovar či EFI Hostinec.
- **eFi Palace Hotel*****, který nabízí jak hotelové, tak dlouhodobé ubytování, parking, kongresové prostory, vlastní klubové fitness centrum, wellness centrum a v létě i SunBar s bazénem.
- **Zámek Račice v Račicích-Pístočicích**, který je tvořen hlavní budovou s nádvořím, předzámčím, podzámčím, okolními pozemky a lesy, které v úhrnu čítají přes 50.000 m². V hlavní budově v sezóně probíhají prohlídky ve dvou poutavých okruzích. Prostory Předzámčí a Podzámčí nabízí luxusní ubytování v apartmánech s terasami a pokoji. Od čer-



Zámek Račice



EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar

vence 2023 nabídne Předzámčí nově i moderní sál – Konírnu. Tento sál je vhodný pro pořádání svateb, firemních akcí, konferencí apod.

► **EFI Residence Holzova 28**, která nabízí krátkodobé i dlouhodobé ubytování v lukrativní čtvrti Brno-Líšeň

► **EFI ApartHotel Horní Lipová v Jeseníkách**. Tento horský apartmánový hotel disponuje 15 plně vybavenými apartmány vč. parkovacích míst. V současnosti e-Finance díky velké poptávce uvolnila apartmány do prodeje, které se takto stanou skvělou investiční příležitostí. Do budoucna se zde plánuje výstavba druhého apartmánového hotelu včetně kongresových prostor, fitness a wellness centra.

Další projekty e-Finance najdete přímo na webu e-Finance v záložce **PORTFOLIO INVESTIC**.

DOPORUČUJEME, aby si potenciální investoři přečetli základní prospekt spolu s jeho konečnými podmínkami, nežli učiní investiční rozhodnutí, aby tak plně pochopili potenciální rizika a výnosy spojené s rozhodnutím investovat do cenných papírů.

Dluhopisy e-Finance můžete objednat přes internet, emailem, telefonicky, osobně.

www.e-finance.eu/dluhopisy

info@e-finance.eu

+420 515 555 555

Bratislavská 52, Brno

EFI
Zámek Račice
RAČICE - PÍSTOVICE

DOVOLENÁ V NETRADIČNÍM ZÁMECKÉM PROSTŘEDÍ



Račice 1. Račice - Pístočice
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz
www.zamekracice.cz



e-Finance

EFI Zámek Račice
člen e-Finance Group

Zveme Vás na
Zámek Račice
Račice - Pístočice na Vyškovsku
30 km od Brna

Sezónu zahajujeme od 1. 7. 2023

UBYTOVÁNÍ V PŘEDZÁMČÍ A PODZÁMČÍ

NOVINKA

Nově zrekonstruované Podzámčí od letošní sezony nabídne 11 stylově zařízených apartmánů pro 2-4 osoby, společenskou místnost s krbem a kuchyní.

Na Zámku se i letos můžete těšit na dva poutavé prohlídkové okruhy.

- 📍 Pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova
- 🏠 Příjemné posezení s občerstvením
- 🍷 Společenský sál Konírna
- 🍺 Výborná řemeslná piva z EFI Pivovaru
- 🎉 Stylový párty stan v předzámčí
- 👰 Unikátní prostředí pro svatby a společenské akce
- 🚗 Úschovna jízdních kol a koloběžek

Hrad měl být srovnán se zemí, teď ho i zkoumají

Hartenberg pod Krušnými horami stojí přes 800 let. Byl pleněn, v 80. letech ho chtěli srovnat se zemí, daří se ho zachránit. Teď tam jsou archeologové.

Nejvíce osudným mu byl vývoj po roce 1945. Po vysídlení původního obyvatelstva na konci války celé panství zkonfiskovali. Na hradě Hartenberg se načas usídlila armáda a poté zde sídlila správa státních statků. Od sedmdesátých let byl hlavní palác používán jako sýpka na obilí a brambory. O objekt nebylo pečováno, byl postupně rozkrádán a nakonec jej nezachránily ani dobrovolnické aktivity v 80. letech. Místní

obyvatelé o hrad nejevili zájem. Osmého června 1985 byl celý objekt úmyslně vypálen a téměř srovnán se zemí. Reč je o zřícenině hradu Hartenberg, kterou již od roku 1997 zachraňuje jeho majitel Bedřich Loos za pomoci četných dobrovolníků. Používá přitom několik původních technologií.

Zříceninu hradu nedaleko Sokolova obsadili i letos rovněž archeologové. Zkoumají v něm hradby, podle nichž by mohli datovat vznik středověkého hradu. Hledají také doklady o původním přístupu do areálu. V nejstarších částech hradu našli archeologové velké množství střepů středověké keramiky a kostí, ale i úlomek skleněného prstýnku.

Archeologický tým se mimo jiné zaměřil na jádro hradu. Patří k jeho nejstarším částem, podle odborníků je z přelomu 12. a 13. století. „Měli jsme vzácnou příleži-



Archeologové dokončují další etapu průzkumu hradu.

ČTK

tost podívat se do podlahy gotického paláce, jenž vznikl následně, asi v polovině 14. století,“ říká archeolog Muzea Karlovy Vary Jiří Klsák.

Hrad Hartenberg byl po desetiletích chátrání a zejména po ničivých požárech v letech 1985 až 1991 na pokraji zániku. Když se s jeho záchranou začalo, v zalesněném prostoru stála jen torza někte-

rých zdí. Po několika letech práce ho jeho majitel postupně obnovuje a je i dějištěm mnoha kulturních akcí.

Na hrad se můžete vydat každý den kromě pondělí, otevřen je od 10 do 17 hodin. Podmínkou je, aby na návštěvu přišli čtyři osoby. Zaplacením vstupného mohou pomoci s financováním dalších oprav hradu.

ČTK a MAP



ZK ČTK

Hrají mimozemské hry

V Pardubicích se koná největší festival nepočítačových her v Česku s názvem GameCon. Lidé si tu mohou zahrát nejrůznější deskové hry. Bude tu také mistrovství v Dračím doupěti, ale také workshopy, koncert a párty. Zahrát si lidé mohou třeba hru Eclipse. V ní hráči kontrolují obrovskou mezihvězdnou civilizaci. Prozkoumávají nové hvězdné systémy, vyvíjejí technologie, staví vesmírné lodě a vedou diplomatická jednání a války.

ČTK



KRÁTCE

Potraviny i do odlehlých koutů

Po některých místech na jihu Moravy začnou jezdit pojízdné výdejny potravinové banky. Do konce roku

by pak mohla vzniknout i další místa, kam se budou potraviny dovážet. Výdejny vznikají v rámci projektu, jehož cílem je poskytnout potravinovou pomoc lidem i v odlehlejších oblastech země. V příštích třech le-

tech by v Česku mělo vzniknout 150 takových míst. Potravinová pomoc se má dostat až k 50 tisícům lidem. Služeb potravinových bank využívají lidé v nouzi, senioři, handicapovaní nebo matky samoživitelky.

ČTK

Další moderní hypermarket

Hypermarket Albert pokračuje v modernizacích a otevírání nových prodejen ve stejném tempu jako v minulých letech. Do renovace prodejen a instalace zelených řešení ročně investuje více než miliardu korun. V této části je i investice do otevírání nových obchodů. „V Benešově jsme neměli žádnou prodejnu. Jsem rád, že jsme to napravili, a první reakce zákazníků ukazují, že naše nabídka místní velice oslovuje,“ řekl Jesper Lauridsen, ředitel obchodů Albert. Prodejna totiž představuje premiérový vstup obchodníka do města. Byla otevřena v úterý. Obchod je kompaktním hypermarketem, který je koncipován jak pro velké rodinné nákupy, tak pro rychlé doplnění zásob, například pro večere a snídani. „Všichni u nás tedy nakoupí nejen kvalitní a čerstvé potraviny, ale také



Albert pokračuje v modernizacích a otevírání nových prodejen ve stejném tempu jako v minulých letech.

ALBERT.CZ

budou spokojeni s nákupním prostředím,“ dodává Lauridsen. Středem prodejny je moderní a otevřené tržiště s ovocem a zeleninou. Zákazníci zde najdou všechny oblíbené úseky, jako je pekárna s vlastní výrobou, obsluhované pultry lahůdek a masa. Nechybí ani oddělení Zdravě s Albertem, kde jsou stovky výrobků, které vychází vstříc zdra-

vému životnímu stylu i speciálním nárokům těch, kteří musí či chtějí jíst bez lepku, laktózy, diabeticky nebo hledají veganské, raw či produkty v biokvalitě. Součástí nabídky hypermarketu jsou také produkty vlastních značek jako Nature's Promise, Fresh Bistro, Mlynářská řada pečiva nebo oblíbené kávy Perla.

Rozdáváme 1000 bezplatných balení přípravku proti močové inkontinenci.

BLOKUJE ÚNIKY MOČI od 1. použití

Bezplatný prostředek vrací 100% kontrolu nad měchýřem



Získejte metoda zdarma a zapomeňte na úniky moči stejně jako 16 900 Čechů



Nepříjemné úniky moči, mokré skvrny na spodním prádle a časté návštěvy toalety mohou být minulostí. Díky nové metodě se už téměř 17 tisíc lidí zbavilo pocitu neustálého tlaku na močový měchýř a netrápí je inkontinence, znovu získalo kontrolu nad měchýřem a životní komfort bez nepříjemných překvapení – a to vše za méně než 7 dní.

TOTO NENÍ CHYBA TISKU – 1000 BALENÍ ZA 0 KČ!

Metoda, kterou si nechal patentovat britský odborník Thomas Brown, představuje skutečný přelom ve snižování nepříjemných problémů spojených s úniky moči. Až 98 % lidí, kteří použili novou metodu, přiznává, že problémy s nekontrolovaným vyprazdňováním měchýře ustupují už v prvních 7 dnech, což znamená, že každý může ovládat svůj měchýř, snížit četnost nepříjemných návštěv na toaletě, zbavit se studu a zlepšit kvalitu každodenního života – a to za méně než týden. Jak je to možné?

Inovativní přípravek odstraňuje příčinu problému



Thomas Brown,
odborník na urologická onemocnění

„Pro odstranění problému s inkontinencí je potřebná intenzivní regenerace močové soustavy na buněčné úrovni. Aktivní složky obsažené v novátorském přípravku utěšují měchýř, obnovují sliznici močové trubice a posilují svaly pánevního dna až o 81 %, čímž navracejí kontrolu nad vyprazdňováním měchýře už během 24 hodin.“

Inkontinence se dá snížit

Testy dokazují, že inovativní přípravek účinně tlumí veškeré potíže močové soustavy bez ohledu na věk a pohlaví nemocného a také bez ohledu na stupeň pokročilosti a příčinu obtíží. „V každém případě už po 2–3 dnech kúry se tlak na měchýř zmírňuje, nekontrolované úniky moči ustávají a doba výdrže s plným měchýřem se až 7násobně zvyšuje, což umožňuje výrazně prodloužit dobu mezi jednotlivými návštěvami toalety,“ vysvětluje Brown.

Efekty už po 24 h

Tak imponující účinnost kúry vyplývá ze schopnosti aktivních látek brzdit přehnané reakce močového měchýře a díky tomu se v prvé řadě ztrácí pocit neustálého tlaku na trubici. Pravidelné používání přípravku má také vliv na posílení svalů pánevního dna, regeneruje stěny měchýře, vrací jim pružnost a zlepšuje napětí tkání, z nichž se skládá vylučovací soustava. Navíc nový přípravek využívá přirozenou regenerační schopnost organismu a podněcuje buňky ke zvýšené produkci estrogenů a testosteronu – hormonů odpovědných za navrácení správného vyprazdňování měchýře.

KONEC STUDU!

První efekty už za 24 h

NOVÝ PŘÍPRAVEK PŮSOBÍ NA INKONTINENCI:

- ✓ **Z námahy** (např. při kašli, smichu, kýchání, fyzické námaze)
- ✓ **Naléhavé** (mj. noční močení, úniky spojené se zánětem měchýře)
- ✓ **Z přeplnění** (nejčastěji po porodu nebo v případě onemocnění prostaty)

Vyřešil jsem problém jako muž!

„Mokré skvrny na kalhotách, nekontrolovatelné úniky... Vždyť jsem silný, zdravý chlap! Lékař mi doporučil příslušnou kúru a k tomu jsem začal používat přípravek, který mi koupila moje žena. Stačilo 10 dní, abych získal kontrolu nad svým organismem. Rozhodně se jedná o produkt, který doporučuji.“

Jozef, 65 let, Teplice



Konec s inkontinencí

Odborníci tvrdí, že na trhu v současné době neexistuje rychlejší a účinnější neinvazivní metoda úlevy od přecitlivělosti měchýře. Aktivní látky obsažené v přípravku jsou 100% přírodní. Podílejí se na výstavbě přiměřeného napětí a jadrnosti tkání vylučovací soustavy. Když se jednotlivé úseky močových cest stanou silnějšími a pružnějšími, celá vylučovací soustava je těsnější.



Inovativní přípravek posiluje svaly pánevního dna až o 81 %. Už 1. aplikace přípravku může obnovit sliznici močové trubice, která se stává pružnější a těsnější.

Neodkládejte to – ovládněte močový měchýř už dnes

Nejsme charitativní organizace. Nabízíme přípravek nejvyšší kvality a víme, že když se informace o této akci na vrácení uhrazené částky rozkřikne, zákazníci nás zaplaví svými objednávkami. Je to vaše poslední šance získat balení přípravku za tak výhodných podmínek.

4 SUPER VÝHOD

Originální přípravek může:

- ✓ Výrazně zmenšit problém s úniky moči už za 7 dní
- ✓ Utěsnit vylučovací soustavu za 24 h
- ✓ Snížit tlak na močovou trubici
- ✓ 7krát prodloužit dobu výdrže s plným měchýřem

Zbavit se nepohodlí a nekontrolovaných úniků moči

RYCHLE, DISKRÉTNĚ, NASTÁLO

Úleva pro měchýř

„Vleklé problémy s měchýřem mi zneprjemňovaly život už několik let. Zkoušela jsem různé prostředky, ale teprve tento přípravek mi účinně, rychle pomohl s mým problémem – inkontinencí. Po týdnu kúry jsem už mohla jít volně do bazénu, smát se a kašlat bez obav z nekontrolovaného úniku moči. Nemusím už běhat každých 20 minut na WC. Tento produkt mi zlepšil život o 200 %. Děkuji.“

Ludmila, 53 let, Ostrava



ZDARMA PRODUKT

Prvních 1000 lidí kteří zavolají do 04.08.2023
obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

ZAVOLEJTE: 566 809 539

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

DŮLEŽITÉ: Limit je 1 balení na domácnost



Češi a nábytek? Jako ve všem, hodně muziky za málo peněz

Zkušený architekt vám dá radu. Žijte rok na karimatce, s věcmi v krabicích. Jen tak z domova neuděláte skladiště.

Nákupy ve slevách, a hlavně podle toho, co to stojí. Tohle praktikují Češi ve většině svých nákupů. Od pobytů u moře přes potraviny až po nábytek.

Drobnosti máme rádi

Podle jednoho z předcovidových průzkumů rádi utrácíme, když už je doma základní vybavení, za nejrůznější doplňky. Před třemi čtyřmi roky se podle The Future Shopper Report roční částka v tomto segmentu pohybovala kolem 2300 korun měsíčně. Za větší nábytek to podle



Někdo chce kuchyň především praktickou, protože v ní často vaří, jiný touží po „designovce“, protože chce zaujmout hosty. METRO

studie GfK Furniture ve stejném období dělalo něco přes sedmnáct tisíc korun.

Na druhou stranu nábytek i vyhazujeme. Ročně to v převedení na objem dělá více než jedenáct milionů křesel. „Je to až 353 tisíc tun velkoobjemového nábytku,“ uvádí Cyrkl, největší evropská platforma pro obchodování s průmyslovým odpadem a recykláty.

Starý nábytek v mnoha případech končí u popelnic, nejčastěji se jedná o pohovky a postele. A to i v případě, že to nejsou poškozené kusy.

Kuchyně se zvětšují, lidé rádi vaří spolu

Covidové období ovlivnilo i přístup lidí k tomu, jak by měla vypadat jejich kuchyň. Hodně profesí trávilo pandemií prací na dálku, doma byli

dospělí i děti. „Je to ale trend, který se promítá i do návrhů kuchyní v rodinných domech,“ upozorňuje Filip Císař, šéf kuchyňské akademie XXXLutz. Tam bývá na kuchyň obvykle více prostoru než v bytových domech, kde se naopak metráž bytů rok od roku zmenšuje kvůli vysokým cenám nemovitostí.

Musí to dobře vypadat

Na trend zvětšování kuchyňských prostor má vliv to, že děti se vaření také rády účastní a nechtějí jen koukat rodičům pod ruku. Hodně proto záleží na ideálním rozvržení nábytku a spotřebičů, aby bylo vše po ruce.

„Ale mám zkušenosti, že přijde zákazník, kterému ani tak nezáleží na dokonalé funkčnosti kuchyně, rovnou si řekne, aby to byla designovka,“ upozorňuje Císař. Jedná se o případy, kdy musí nábytek i spotřebiče dobře vypa-

TRENDY V KUCHYNI

Lidé se nebojí kombinovat styly i barvy.

- V kuchyňských sestavách se nyní v Česku prosazují výraznější odstíny a kombinace dvou i více dekorů. Na rozdíl od minulosti, kdy převládaly jednobarvé linky.

- U některých výrobců se cena celé kuchyně odvíjí od metru, ne od různé ceny jednotlivých kusů sestavy. PH

dat na pohled, součástí vybavení bývají prosklené ledničky, dvě myčky na nádobí. Protože majitelé často zvou hosty, doma se konají různé párty a jídlo je často připravené předem od externího dodavatele. PAVEL HRABICA

INZERCE

Korunka

Gratulujeme na Tábořsko
k **POVZNÁŠEJÍCÍ VÝHŘE**
20 000 250 Kč!

korunka.eu

FRAJER



Zahájení letní gastropřehlídky v Peci pod Sněžkou si nenechala ujít ani herečka Jana Doleželová. Na fotce je se šéfkuchařem Robertem Loosem, který zde své umění představi už zítra.

ASV

Šéfkuchaři a kluci v akci. V létě v Peci

Krkonoše nejsou letos v létě jen Sněžka. Ale také španělská paella, stařené steaky a čerstvé mořské ryby.

Už jste viděli rybu přes celý stůl? A víte, jak chutná to nejčerstvější sashimi? Přijedete-li v létě do Pece pod Sněžkou, můžete to zažít. Od začátku roku zde totiž pracuje i uznávaný šéfkuchař Robert Loos, který nyní zakotvil v restauraci Aparthotelu Svatý Vavřinec. A připravil pro hosty originální gastrofestival.

Učeň mistrů

Do pražské restaurace La Rotonde nacházející se v hotelu Alcron nastupoval v době, kdy kuchyň přebíral od Zdeňka Pohlreicha šéfkuchař Jiří Štíft, takže se měl od koho učit. Po dvou letech už sbíral zkušenosti v Alcronu od michelinského kuchaře Romana Pauluse. Pracoval tu osm let a za tu dobu stihl několik stáží v michelinských restau-

racích, třeba v londýnské Maze, kterou vlastní Gordon Ramsey, nebo v gastronomicky vyhlášené Kodani. Pracovní zkušenosti získával také ve Vídni či Frankfurtu.

Na dalších pět let nastoupil do vyhlášené restaurace hotelu Augustine, kde vařil pro světové celebrity, jako je Pink nebo Sting. Pokračoval jako šéfkuchař italské restaurace Aromi, tam se učil od Riccarda Lucqueho. Také vedl kurzy v Riccardově škole vaření Laboratorio zaměřené především na zpracování ryb a prošel několika pracovními stážemi u michelinských kuchařů v Itálii.

Kuchařská přehlídka

Robert nyní přišel s myšlenkou, že by se v Peci mohl každý týden proháňet jiný šéfkuchař a milovníci gastronomie by tak ochutnávali jídlo z nejrůznějších koutů světa. Nestává se často, aby lidé mířili do Pece pod Sněžkou v Krkonoších právě kvůli jídlu.

A tak zde letos mohou ochutnat v rámci Vavřinceva Gastro léta španělskou paellu, mexické tacos, korejské závitky, street food jako fine dining, stařené steaky nebo

čerstvou mořskou rybu. Vše uvaří a servírují přední čeští šéfkuchaři a kuchařské osobnosti.

Osm termínů akce

„Pozvali jsme Tomáše Císařovského z restaurace Portfolio, Giviho z MasterChefa, Radka Šubrta, který byl v soutěži MasterChef výrazným porotcem, ale třeba i Ondřeje Slaninu z Chateau Havel, kterého znáte z pořadu Kluci v akci. Ti všichni mají v jednom z osmi termínů k dispozici venkovní kuchyň Vavřince. Každý z nich přijíždí s jinou představou o street foodu, každý do toho dává něco svého. Kouzlo je v tom, že přijít a ochutnat může kdokoli. Street food prostě stírá hranice,“ říká Robert Loos. Přehled termínů a kuchařů najdete na webu hotelu.

O nejbližší termín Gastro léta, který bude hned zítra, se postará přímo sám. Jeho specialitou bude příprava zmíněné paelly. „S paellou má každý spojené Španělsko, je to jídlo barevné jako život sám. Mám rád tuhle pestrost, kterou v sobotu spojíme i s tematickým drinkem,“ dodává s úsměvem Robert.

X-oven i lokální suroviny

Po svém příchodu do Pece Loos některé věci z kuchyně zachoval a jiné změnil. Stálíci je X-oven gril, který se používá k přípravě stařené masa, grilované zeleniny a ryb na mangrovníkovém uhlí. Tato technologie je podle něj skutečně unikátní. „Grilovaný steak připravený na uhlí z mangrovníku bude chutnat zcela jinak, i když použijí stejné stařené maso. Hosté se vrací právě kvůli této jedinečné chuti, a proto zůstává na menu bez ohledu na to, zda se jedná o masová, či vegetariánská jídla,“ říká s tím, že kladou důraz na lokální suroviny a pestrost.

„Záleží nám na tom, aby saláty, rajčata nebo bylinky v sezóně pocházely od českých dodavatelů. Jako hotelová restaurace s mezinárodní klientelou se však nemůžeme soustředit pouze na jeden region. Proto u nás najdete i suroviny, které jsou dováženy od moře, z Itálie nebo jiných částí světa. Tam, kde to jde, se snažíme zvolit lokální variantu,“ vysvětluje šéfkuchař, jehož můžete zítra potkat na živo v centru Pece pod Sněžkou.

PETR HOLEČEK

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

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

Divadlo uprostřed Beskyd

V druhé polovině srpna se v šapitó v malebném údolí uskuteční sedmý ročník charitativního festivalu Týden kultury na Valašsku.

Za uplynulých šest let se stal již tradiční a oblíbenou tečkou za letními prázdninami. Festival Týden kultury na Valašsku letos nově doplní zahajovací koncert písničkářky KACZI a sobotní vystoupení dětské kapely Čiperkové s následným Rodinným dnem se zábavou a soutěžemi pro děti. Jako každý rok věnují pořadatelé výtěžek na dobročinné účely. V pátek 17. srpna festival ve Velkých Karlovicích zahájí populární Divadlo Bez zábradlí, které přiveze komedii Tři muži na špatné adrese s Karlem Heřmánkem a Zdeňkem Zákem v hlavních rolích.

V dalších dnech se mohou diváci těšit na komedii Úča



Festival má příjemnou atmosféru.

WWW.TYDENKULTURY.CZ

musí pryč v podání Divadla Verze s Davidem Prachařem, Lindou Rybovou, Petrou Špalovou či Igorem Chmelou, Rebelky Divadla Bolka Polívky s Chantal Poullain nebo Ráno poté, nejnovější hru Pantheon production s Lucií Zedníčkovou a Michaelou To-mešovou. Pro děti je připra-

vena hudební skupina Čiperkové, na kterou naváže Rodinný den u šapitó s hrami, soutěžemi a dalším doprovodným programem, v neděli pak pohádka 1000 a jedna noc Divadla NAVĚTVI.

Týden kultury na Valašsku se letos koná již posedmé. V minulých šesti ročnících

přinesl na dobročinné účely již více než milion korun. Suma byla rozdělena mezi mobilní hospic Strom života a potřebné rodiny z Velkých Karlovic. Celkem festival uprostřed Beskyd za tu dobu navštívilo bezmála 25 tisíc diváků, kteří zhlédli šest desítek představení. **MET**



Nová popstar míří do Prahy

Zpěvák Naill Horan se se svou novou deskou The show vydává na své prozatím největší tour a zavítá poprvé i do Prahy! Stane se tak 17. března příštího roku ve Sportovní hale Fortuna. Prodal přes 80 milionů desek a několikrát koncertoval po celém světě jako člen chlapecké skupiny One Direction. **MET**

Španělé rozpálí Česko

Mezinárodní kapela Barcelona Gipsy balKan Orchestra míří do České republiky, kde odehraje dva koncerty – 9. září v brněnské Fléde a 10. září v Lucerna Music Baru v Praze. Sedmičlenné uskupení soustředěné v Barceloně představuje to nejlepší z žánru world music. Jejich tvorba je ovlivněna prvky tradiční hudby z Balkánu, Blízkého východu a také Středozemí. Barcelona Gipsy balKan Orchestra tvoří hudebníci ze Španělska, Itálie, Francie,

Srbska, Řecka a Ukrajiny, rozmanitá je také jejich paleta hudebních nástrojů od houslí a klarinetu až po perkuse a akordeon.

Stejně pestrá je muzika, kterou vytvářejí, vyvolávající hluboké emoce i frenetický taneční rej, rytmy jejich písní míří až do srdce. Za dekádu své existence stihla kapela vydat šest alb, navštívit více než čtyřicet zemí a získat desítky milionů zhlédnutí na YouTube. **MET**

Udělejte jednoduchý test a zjistěte jestli máte některý z těchto 7 problémů se zrakem

Regenerujte svůj zrak!

- Problémy se čtením malých písmen
- Problémy s viděním na dálku
- Zamlžený, rozmazaný obraz
- Migrény a bolesti očí
- Suchost a pálení očí
- Únava a slzení očí

Pokud jste označili alespoň 2 odpovědi, použijte metodu multioptické regenerace zraku!

„MULTIOPTICKÉ AKOMODAČNÍ BRÝLE jsou fenomenální způsob regenerace zrakového aparátu bez ohledu na zrakové vady a neuhý. Místo skel mají speciálně navržené děrované desky s 266 mikrootvory o průměru 0,87 mm. Oči, dívající se těmito otvory, se zaměřují na změnu vzdálených a blízkých bodů prostředí. **Tímto způsobem se trénují a procvičují oční svaly, aby vše znovu viděly ostře a jasně.**

specialista v oboru optometrie a oftalmologie



Bylo zjištěno, že u 94 % lidí kteří nosí multioptické brýle:

- ✓ zraková ostrost na různé vzdálenosti se zlepšila až o 86 %,
- ✓ zmizela suchost, slzení a přecitlivělost očí na slunce nebo vítr,
- ✓ byl inhibován proces prohlubování zrakových vad,
- ✓ proběhla regenerace zrakového aparátu a automatická rekonstrukce fotoreceptorových buněk,
- ✓ migrény a závratě zmizely.



„Můj zrak se zhoršoval tak, že jsem si musela každých pár měsíců vyměňovat brýle. Kdo si to může dovolit?! Díky těmto brýlím se mi nejen přestalo zhoršovat vidění, ale navíc nemusím půlku důchodu nechávat u optika!“

Barbora, 84 let, Praha

ZÍSKAJTE JIŽ DNES multioptické akomodační brýle ZDARMA! NABÍDKA pouze do 24.07.2023, pro prvních 50 lidí! Díky tomu získáte zpět plnou zrakovou ostrost a zregenerujete svůj zrak ZA 0 Kč!

Zavolejte hned: 296 849 654

Po-pá 8:00–20:00, so-ne 9:00–18:00.
(Místní připojení bez příplatku).

Automatické zlepšení zrakové ostrosti

PLAY

Politické žně

Ani letošní léto nepřipravilo novinářům největší noční můru, kterou mohou zažívat. Mám na mysli takzvanou okurkovou sezonu, kdy se neděje nic politicky a společensky zajímavého, ale vysílat a psát se samozřejmě musí stále se stejnou intenzitou jako v jiných obdobích roku. Zůstaneme-li u zemědělské a zahrádkářské metafory, tak letošní letní politická úroda je velmi bohatá, sběr a zpracovávání (zavařování, vypalování a tak dál) je dostatek. Do poslední chvíle utajovaná návštěva ukrajinského prezidenta Volodymyra Zelenského v České republice. Schvalování obranné smlouvy s USA, které v tomto týdnu dokončila Poslanecká sněmovna. Zahájení jednání o úsporném balíčku, od něhož si vláda slibuje zásadní krok k nápravě veřejných financí. To je jen několik příkladů aktivit, které české novináře zachraňují i přes léto. A to nás přitom v brzké době nečekají

„Letní politická úroda je velmi bohatá a plodů na sklizeň je dostatek.“

žádné volby, to by byl politický prostor ještě více zahlcený. O tom nás ostatně dnes a denně přesvědčuje situace u našich východních sousedů, pro něž se letošní letní prázdniny stanou obdobím vrcholící předvolební kampaně před předčasnými parlamentními volbami. Kampaně, která nabírá dramatické obrátky a situace už několik měsíců. Co tedy čekat s blížícím se obdobím? Navíc v situaci, kdy stranickopolitická scéna je poměrně nepřehledná? Je tedy otázka, jaké budou poslední zářijový víkend na Slovensku politické žně a kdo bude nakonec na následných dožínkách slavit nejvíce.



PETR JUST
POLITOLOG, METROPOLITNÍ UNIVERZITA PRAHA

@mojemetro



Vzpomínáte na to napětí, jak dopadla vaše fotka, když se ještě vyvolávaly? Uživatel [@analog_trains](#) zveřejnil fotografii výše, přidal stručný popis: „Petřiny, metro A, 2023, foceno na Cinema film 500T.“ A přidal hashtagy [#metrotag](#) [#mojemetro](#). Jak kreativně jste kdy MHD vyfotili vy? Pochlubte se!

#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!

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

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: PRAK

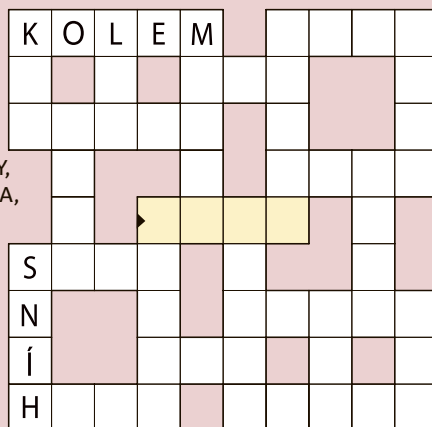
LUŠTĚNKA

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – ARA,
INA, KRA,
LZE, OKR,
SEN

4 – FLÁM,
HMYZ, HUSY,
MZDA, NĚHA,
ROŠT, STŮL

5 – AKARA,
AMINA,
AREÁL,
FRANK,
IBIZA,
MOLÁR,
PLESY



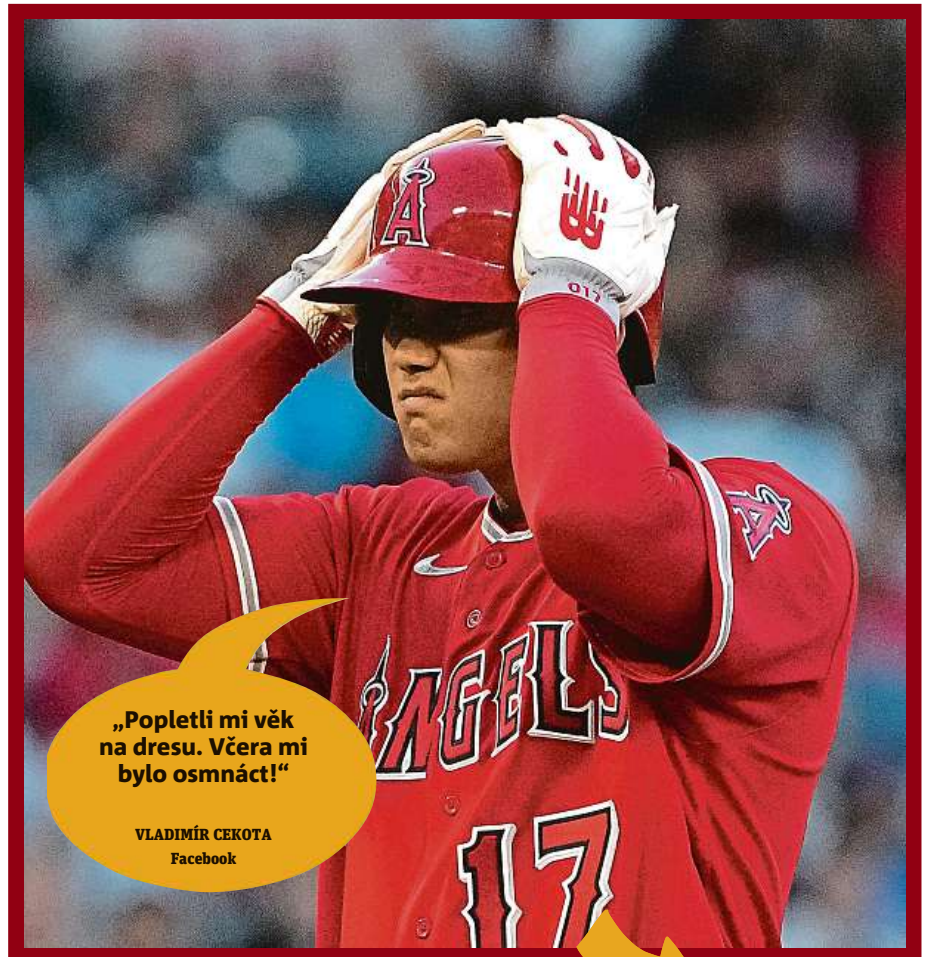
O víkendu 19. a 20. srpna hraje Divadlo Spejbla a Hurvínek v Zoo Praha.



SUDOKU

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

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



„Popletli mi věk na dresu. Včera mi bylo osmnáct!“

VLADIMÍR ČEKOTA
Facebook

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	NEDELE	PONDĚLÍ
21/25 °C	24/28 °C	27/31 °C	29/33 °C

Teplotní rekordy: ↓ 9,1 °C (1996) ↑ 36,1 °C (1998) Bio: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



20.15 Osada (8/13)
Seriál (ČR, 2021). Arnoštka Krausová má dnes patnácté narozeniny a nehodlá čekat už ani den... Hrají: I. Chýlková, I. Bareš, J. Plodková

21.10 Všechnopárty
Zábavná talk show Karla Šípa. Hosté: H. Čermák, A. Fialová a Pokáč

22.05 Hercule Poirot
Detektivní seriál (VB, 1994). Hrají: D. Suchet, H. Fraser, P. Rycart, J. St. Johnová

23.50 AZ-kvíz
Soutěž pro každého

ČT2



20.00 Borsalino
Krimidrama (Fr./It., 1970). Dva gangsteri, jedna žena a příliš malá Marseille. Hrají: J.-P. Belmondo, A. Delon, C. Rouvelová, F. Christopheová. Režie J. Deray

22.05 Nelítostný soubor
Krimifilm (USA, 1995). Jsou stejně schopní a stejně posedlí. A stojí proti sobě. Hrají: A. Pacino, R. De Niro, V. Kilmer, J. Voight. Režie M. Mann

00.55 Čína a její ambice
Výmluvný pohled na Čínu v současnosti, s pozitivní, negativy a mnoha otázkami

NOVA



20.20 Babovřesky
Komédie (ČR, 2013). Po smrti stoleté Trudy zůstanou na konci vesnice lukrativní pozemky se starým domem... Hrají: J. Langmajer, J. Synková, L. Vondráčková, V. Žilková. Režie Z. Troška

23.10 Konečná
Akční film (USA, 2013). Hrají: A. Schwarzenegger, F. Whitaker, R. Santoro, E. Noriega. Režie K. Jee-Woon

01.20 Mentalista IV (20)
Je něco shnilého v Redmundu. Krimiseriál (USA, 2011). Hrají: S. Baker, R. Tunneyová, T. Kang

PRIMA



20.15 Indiana Jones a Poslední křížová výprava
Dobrodružný film (USA, 1989). Dobrodruh a archeolog Indiana Jones se musí utkat s nacisty, aby jim zabránil v nalezení svatého grálu. Hrají: H. Ford, S. Connery, D. Elliott, A. Doodyová Režie S. Spielberg

23.00 Máme rádi Česko
Zábavní pořad Máme rádi Česko se vrací! Opět prověří nejen znalosti diváků, ale především vědomosti českých celebrit

00.45 Ano, šéfe!
Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!

ÓČKO



15.00 VIP desítka

15.50 Óčko hity

18.00 TOP 3 Óčko Chart
První tři místa v hitparádě diváků Óčka. Chceš je udržet, či změnit? Tak hlasuj na www.ocko.tv/

18.15 Óčko hity
Klipy nonstop

23.30 O black list party
Hip hop a r&b party

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Práce - nabídka

• Amboseli přijme **POPELÁŘE** v Praze na HPP/DPČ, pravidelné zálohy, odměny a příspěvek na bydlení. Volejte pouze Po až Pa 9 - 15hod mob: 724438833

• **POKLADNÍ** za 150-178 Kč/hod i bez praxe - zaškolení, směny si volíte sami-online rezervace, Praha a okolí, zálohy druhý den. Tel.: 222534534

• Brigáda v týdnu nebo o víkend - denní/noční doplňování zboží za 150-185,90 Kč/hod, ONLINE REZERVACE, denní zálohy, Praha a okolí. Tel: 222534534

• Pultový prodej lahůdek/dopek pečiva. Nabízíme 176,60 Kč/hod, směny dle Vašich možností s nástupem ihned. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• **LETNÍ PŘÍVÝDĚLEK** pro každého. Nabízíme různé pozice na prodejních v Praze a okolí, odměnu až 185,90 Kč/hod, online rezervaci, zálohy. Tel: 222534534

• Restaurace v centru Prahy přijme pomocnou sílu do kuchyně. Úklid a mytí černého nádobí. Prac doba krátký/dlouhý týden. Nástup možný ihned. 776333877

• Restaurace na Praze 1 přijme kuchaře/ku na HPP. Nástupní plat 42 000 Kč čistého. Nástup možný ihned. Tel. 776330026.

ABAS
IPB MANAGEMENT

PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

Chcete střežit hodnoty jako **STRÁŽNÝ**?
Mít pevnou pozici jako **RECEPČNÍ**?
Nebo hlídat zboží v **OBCHODECH**?
A můžete být klidně i **VEDOUČÍ**!

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

mzc + Kariéra

OSTRAHA OBJEKTŮ V PRAZE!

Mzda až **180 Kč/h.**
Práce pro muže i ženy.

800 111 112

EUROPAPIER - BOHEMIA
Velkoobchod s papírem

SKLADNÍK

- Praha 10, přátelský kolektiv
- Nástupní mzda 28.500 Kč včetně odměny
- Možnost plně hrazených přesčasů
- 13. mzda + další mimořádné odměny
- Flexipassy 1.500 Kč/kvartálně
- Stravenky 180 Kč, 5 týdnů dovolené
- Průkaz na VZV/retrak zdarma
- Další atraktivní benefity

Pan Kerekeš - tel.: 602 102 355
j.kerekes@europapier.cz | www.europapier.cz
K Pérovně 1384 /13 , Praha 10 – Hostivař

• Přijmeme uklízečku na půl pracovního úvazku: 200 Kč/hod. Praha 8, Kobylisy. Telefon: 603886044

• Pracovní agentura nabízí práci ve skladu na VZV - Retrak (200 Kč hrub./hod.) a vozík (190 Kč hrub./hod.). Tel. 776160591

• Hledáme skladníka do skladu na P9 na HPP, platné oprávnění na VZV, čistý TR. Plat 31-34. tis./měsíčně. Tel. : 775052496.

• Hledám expedienta - rozvozce masa, Praha, plat 1x týdně + bonusy. Tel. 602654613

Starožitnosti

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

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

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

• Koupím obrazy českých a zahraničních malířů - krajinky, portréty atd. a jiné starožitnosti. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 71235964

Auto-moto - poptávka

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

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL

Nabízíme přímý výkup nemovitostí.

Vyřešíme právní vady, dluhy a exekuce. V případě zprostředkování prodeje nabízíme možnost okamžité výplaty zálohy.

800 22 33 88
prodejtojinak.cz

školy

Nemovitosti - nabídka

Se spolujednateli není řeč?

774 301 409

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

Nemovitosti - poptávka

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

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

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

Byty - poptávka

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA
s přítelkyní 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

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



HLEDÁME ZDRAVÉ ŽENY PO PŘECHODU VE VĚKU 18–75 LET DO KLINICKÉ STUDIE

Přípravek je určený k léčbě rakoviny prsu u žen po přechodu.

Finanční kompenzace: 58.000 Kč - 60.000 Kč

Datum informačních schůzek: 20., 21. nebo 24. 7. 2023
Vstupní vyšetření (odběr krve a moči, EKG, vyšetření lékařem): 26., 27., 28. nebo 31. 7. 2023
Termíny dalších vyšetření (gynekologické vyšetření, vyšetření řídnutí kostí, mamograf) dle dohody.

1. fáze studie
Hospitalizace 1: 26. - 27. 8. 2023
Ambulantní návštěvy: 30. 8., 2. 9., 5. 9., 7. 9. a 8. 9. 2023
Hospitalizace 2: 8. - 10. 9. 2023
Ambulantní návštěvy: 11. 9., 12. 9., 13. 9. a 14. 9. 2023

2. fáze studie
Hospitalizace: 10. - 12. 10. 2023
Ambulantní návštěvy: 22 návštěv během 7 měsíců

Kontrolní vyšetření: 24. 4. 2024

Je třeba dokončit všechny fáze studie.

Studie bude probíhat na adrese Pražská 18c/1486, Praha 10 – Hostivař.
Pro více informací volejte (Po-Pá 9-16 h) na: 775 406 690 nebo 242 454 429
nebo pište na klinika@quinta.cz
www.quinta.cz

MATURITA!
Poslední volná místa v SOŠP PROFIT:
DOVOLETÉ DÁLKOVÉ NÁSTAVBOVÉ STUDIUM

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

Za výhrou stojí česká trenérka

Překvapivý výsledek viděla rekordní divácká návštěva.

Fotbalistky Nového Zélandu v zahajovacím utkání mistrovství světa v Aucklandu porazily 1:0 Norsko. K premiérovému vítězství na šampionátu v historii je dovedla česká trenérka Jitka Klimková.

Zápasu předcházela minuta ticha za oběti střelby, k níž v Aucklandu došlo jen pár hodin před zápasem. Při incidentu nedaleko hotelu norské reprezentace zemřeli tři lidé včetně útočníka.

Utkání na stadionu Eden Park, který kvůli střelbě provázela zpřísněná bezpečnostní opatření, sledovalo

42 137 diváků. Podle agentury AP jde o rekordní návštěvu na novozélandském fotbale.

O vítězství domácího výběru rozhodla ve 48. minutě Hannah Wilkinsonová. V úplném závěru mohl Nový Zéland zpečetit vítězství z pokutového kopu za hru rukou, ale Ria Percivalová penaltu v 90. minutě neproměnila.

Na premiérové výhře Nového Zélandu na mistrovství světa v historii se ale už nic nezměnilo. Domácí fotbalistky se ho dočkaly při šesté účasti, v patnácti předchozích zápasech na šampionátech jen třikrát remizovaly.

Vstup do turnaje zvládla také druhá pořadatelská země. Austrálie si v Sydney před 75 784 diváky poradila 1:0 s Irskem. **ČTK**



Osmatřicetiletá Jitka Klimková je rodačka z Kyjova. Hlavní trenérkou fotbalistek Nového Zélandu se stala v roce 2021. **AP**



Cleveland proti Brooklyn

Paříž bude v lednu potřetí v historii dějištěm soutěžního utkání NBA. Ve francouzské metropoli, jež bude v příštím roce hostit letní olympijské hry, se utkají Cleveland a Brooklyn. Vedení zámořské ligy oznámilo, že duel základní části se odehraje 11. ledna ve víceúčelové Accor Areně známé také jako Bercy. Pro Cavaliers bude start v Evropě znamenat historickou premiéru, protože dosud se představili pouze v rámci přípravy v Číně, Mexiku a Brazílii. Nets už na starém kontinentu byli a v roce 2008 sehráli přípravný zápas dokonce přímo v Paříži. **ČTK**

Přidá triumf také v Diamantové lize?

Oštěpaře Jakuba Vadlejša dnes čeká další start v atletické Diamantové lize. V Monaku zabouje o třetí letošní stupně vítězů. Ve sbírce má druhé místo z Dauhá a třetí příčku z Lausanne. Závodů v elitním seriálu jsou také letos jediné, které Vadlejš nevyhrál, jinak dosud slavil pět vítězství.

Do Monaka se chystá několik světových rekordmanů včetně Keňanky Faith Kipyegonové. Ta po překonání historických 16 minut a 5,81 sekundy na 1500 a 5000 metrů poběží míli. **ČTK**



Před Zlatou tretrou **MAFRA**

FOTBALOVÝ ŽEBŘÍČEK

37

Čeští fotbalisté zůstávají v třetím letošním vydání žebříčku reprezentací Mezinárodní fotbalové federace (FIFA) na 37. pozici. Oproti červnovému pořadí došlo jen k minimálním změnám, první jsou nadále světoví šampioni Argentinci před vicemistry světa Francouzi. Další vydání pořadí reprezentací, které se bude výrazněji týkat už také českého výběru, by FIFA měla zveřejnit 21. září. **ČTK**

KRÁTCE

Snad se bude hrát

Představitelé Ligové fotbalové asociace věří, že první zápas Hradce Králové na jeho novém stadionu, který je stále nedostavěný, není v ohrožení. Prohození pořadatelství utkání s Českými Budějovicemi není možné. Duel plánovaný na 5. srpna by se v krajním případě odehrál v Plzni, kde by pak Votroci museli působit celou podzimní část.

Už bez van Aerta

Belgický cyklista Vout van Aert odstoupil z Tour de France. Osmadvacetiletý závodník stáje Jumbo-Visma chce být u narození svého druhého potomka.

Favorit z Brna

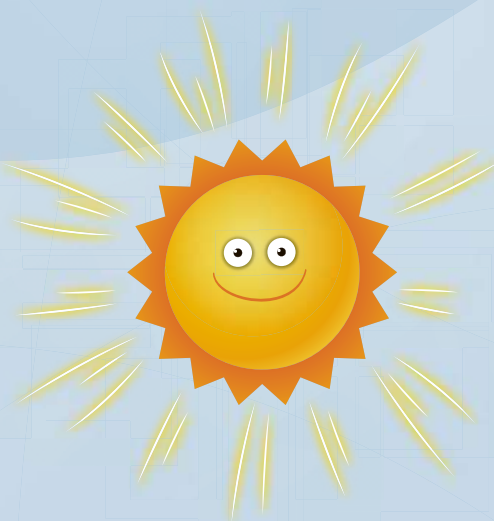
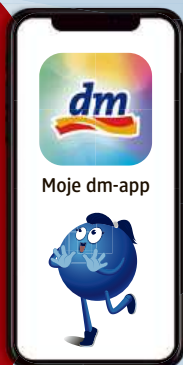
Dnes začne nová sezona druhé fotbalové ligy. Podle bookmakerů je jednoznačným favoritem Zbrojovka

Brno, která se po sestupu z nejvyšší soutěže bude chtít ihned vrátit mezi elitu. Postupové ambice má znovu i pražská Dukla.

Nymburk je jistý

Basketbalisté Nymburka mají jistou účast v příštím ročníku Evropského poháru FIBA. Pardubice budou o start v hlavní fázi usilovat v kvalifikaci. Losovat se bude 8. 8. v Mnichově. **ČTK**

**20×
VÍCE BODŮ
NA CELÝ NÁKUP***





Osvěžte své bodové konto 20násobnými body

Předložte u pokladny v období **od 17.07. do 30.07.2023** svou dm active beauty kartu nebo ji načtěte z aplikace Moje dm a **20× více bodů** za celý váš nákup se automaticky připíše **při každém nákupu** na vaše zákaznické konto.

Aktivitu můžete využít i při nákupu v online shopu **dm.cz** a v **aplikaci Moje dm**.

*Platí od 17.07. do 30.07.2023. Aktivitu nelze kombinovat s kupony, eKupony či jinými aktivitami na celý nákup. Lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony. Sbíráni a uplatňování bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu dle zákona č.40/1995Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny na zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

 Moje dm-app
 dm.cz



**ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI**