

LÉČEBNÁ KÚRA BONUS

Využijte jedinečné nabídky zvýhodněných termínů

metro®

STŘEDA 23. SRPNA 2023 Č. 155 • WWW.METRO.CZ

Františkovy Lázně
7 nocí již od 14 140 Kč

TIP

na vánoční dárečky

DARUJTE ZDRAVÍ
SVÝM BLÍZKÝM



7 nebo 14 NOCÍ
(možnost prodloužení)

PLNÁ PENZE
(snídaně, oběd a večeře)

ALL INCLUSIVE NÁPOJE
neomezená konzumace
vybraných alkoholických, nealko-
holických, teplých a studených
nápojů během obědů a večeří

LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA
7 nocí = vstupní, 14 nocí = vstupní a výstupní



18 LÉČEBNÝCH PROCEDUR
TÝDNĚ (kombinaci procedur
určuje ošetřující lékař
při vstupní prohlídce)

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC:

- VSTUP DO AKVAPARKU
A@UAFORUM
Spa Resort Pawlik - Aquaforum:
pondělí - neděle, Belvedere, Tři lilie,
Dr. Adler, Luisa a Metropol: pondělí - pátek
- JÍZDENKA NA VLAK
za zvýhodněné jízdné z celé ČR

Lázeňský hotel	LÉTO 2023		ZIMA 2023		ZVÝHODNĚNÉ TERMÍNY 2023/2024		
	20.08. - 07.10.		08.10. - 03.12.		03.12.-17.12.	07.01.-21.01.	21.01.-04.02.
	7 nocí	14 nocí	7 nocí	14 nocí	14 nocí	14 nocí	14 nocí
Lázeňský hotel METROPOL ***	17 220	34 440	14 140	28 820	21 210	•	•
Lázeňský hotel LUISA ***	18 340	36 680	14 840	29 680	22 260	23 744	25 228
Lázeňský hotel Dr. ADLER ***	18 340	36 680	14 840	29 680	22 260	23 744	25 228
Lázeňský hotel TŘI LILIE	19 390	38 780	16 310	32 620	•	•	•
Lázeňský hotel BELVEDERE ***	19 950	39 900	16 660	33 320	24 990	26 656	28 322
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** - budova B	23 800	47 600	19 950	39 900	29 925	31 920	33 915
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** - budova A	25 200	50 400	21 770	43 540	32 655	34 832	37 009

Uvedené ceny se vztahují na osobu a pobyt ve dvoulůžkovém pokoji kat. Standard (u hotelu Tři lilie kat. Komfort), ceny ostatních kategorií na www.frantiskovylazne.cz. Ceny ve zvýhodněných termínech není možné kombinovat s jinými slevami, včetně slevy VIP Clubu Františkovy Lázně. Pobyt začíná v den příjezdu večeří a končí snídaní v den odjezdu. Místní poplatek z pobytu bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle platného znění ve výši 50 Kč za osobu a den. Kulturní poplatek dle podmínek stanovených ve VOP a cenových ujednání Františkovy Lázně AQUAFORUM a.s. je zahrnut v ceně pobytu a není účtován zvlášť.



INFORMACE A REZERVACE

351 012 345

info@frantiskovylazne.cz
www.frantiskovylazne.cz

Při rezervaci
uveďte prosím kód:
217546



metro

Liam Neeson měl chuť stříhnout si svou verzi Nebezpečné rychlosti. Jízda smrti se odehrává v Berlíně. **STRANY 4, 5**



Elektropožáry vznikají i chybami při nabíjení

Počty **vznícení baterií** v poslední době narůstají. Dobíjení v noci? Raději ne, **hasiči radí**, že elektrokoloběžky je lepší dobíjet, **když jste vzhůru**. Můžete rychleji reagovat. **STRANA 12**

Cenný odchov

Čtyři mláďata aligátorů čínských, která se koncem července vylíhla v jihlavské zoologické zahradě, mají za sebou nejkritičtější období, kdy nebylo jisté, jestli začnou přijímat potravu. „Už povyrostla, po třech týdnech měřila 25 centimetrů a vážila 40 gramů, o deset gramů víc než po vylíhnutí,“ řekla při jejich krmení chovatelka plazů Petra Škárková. Podle zoo jde o cenný odchov i ve světovém měřítku. Aligátoři čínští patří mezi kriticky ohrožené druhy zvířat, v evropských ani amerických zoo se pravidelně neodchovávají. „Po třech letech, si myslím, že jsou to první mláďata na světě, kromě Číny, kde je chovají na farmě,“ doplnila Škárková. Problém je podle ní v tom, že tento druh aligátorů v přírodě přezimuje. Zoologická zahrada v Jihlavě chová přes 270 druhů exotických zvířat, zaměřuje se na primáty, šelmy, kočky a plazy. Vloni měla rekordní návštěvnost, přišlo přes 353 tisíc lidí. **ČTK**



Space Race a její následovníci

Rychlost, adrenalin a výzvy táhnou hráče k závodním videohram. Jejich historie se začala psát před 50 lety. První virtuální závod neprobíhal na silnici, ale ve vesmíru. Za úplně první arkádovou závodní videohru je považována Space Race z roku 1973. **STRANY 6, 7**

Neckář oslaví osmdesátiny

Zítرا startuje v Poděbradech Mezinárodní festival filmové hudby a multimédií Soundtrack. Do neděle na něm vystoupí Vojtěch Dyk. Buty nebo oslavenec Václav Neckář. Diváci uvidí také film Je třeba zabít Sekala, který měl premiéru přesně před 25 lety. **STRANA 14**

INZERCE

ZIMMERMANN STUDIO S 2

vč. pianinové stoličky

MOC: 153.750 Kč
**VÝROČNÍ CENA:
128.000 Kč**



Vhodné pro začátečníky i pokročilé

Tovární záruka: 5 let
Pouze limitovaný počet kusů!



www.bechstein-praha.cz
tel.: 722 106 106
e-mail: praha@bechstein-europe.com

170

170 LET C. BECHSTEIN
VÝROČNÍ NABÍDKA

Nemá točnu, tak jezdí řítecký bus satelitem

Část obyvatel obce patřící do okresu Praha-západ by zůstala řadu měsíců téměř odříznuta od světa. Proto přišel pražský organizátor dopravy s neobvyklým řešením.

Prázdninové jízdní řády ubírají spoje na příměstských autobusových linkách kvůli obvyklému snížení počtu cestujících poměrně běžně. Svě o tom ví část obyvatel obce Řitka, jež se nachází jihozápadně od hlavního města. Část místních zejména ze satelitní části obce, kterou proslavila například píseň Rybitví od kapely Yo Yo Band, nicméně pocítila jisté změny i v druhé polovině července. Kvůli přestavbě kruhového objezdu v nedalekém Mníšku pod Brdy musí totiž autobus, jenž pendluje mimo jiné mezi Mníškem a smíchovským nádražím právě přes Řitku, nově jezdit v obytné zóně přímo pod okny domů.

„Autobus 320 by tou zónou nejezdil, kdyby obec Řitka nepožadovala zachování obsluhy zastávky Řitka, Bučina i během aktuální uzavírky v Mníšku pod Brdy,“ říká pro deník Metro mluvčí organizátora dopravy ROPID Filip Drápal.

Zvláštní režim

Nové jízdní řády vešly v platnost 24. července a byly vydány v souvislosti s výstavbou nové křižovatky s kruhovým objezdem ve zmiňovaném



Značku zákaz zastavení na točně nikdo moc nedodržuje. 3x METRO

Mníšku. Ta má skončit na konci podzimu a omezení přináší nejen pro hromadnou dopravu, ale také pro řidiče (viz box vlevo). Podle místních i fanoušků městské hromadné dopravy je nynější situace unikátní hned z několika pohledů. Aby se autobus nyní dostal do Mníšku či odtud zpět do Prahy a nevynechal přítom Řitku, musí do obce sjet z dálnice. Zde se však kvůli rozkopané silnici, přes kterou by normálně pokračoval do Mníšku, musí otočit a jet dále opět po dálnici.

„A protože se v obci logicky nenachází žádná dostatečně velká točna a s cestujícími bus couvat nesmí, musel organizátor dopravy přistoupit na neobvyklé řešení. Jezdí mezi baráky. Nutno dodat, že je to zkušenému řidiči jedno. Projede zde bez potíží, přičemž mu pomáhá dočasný



Řidič sice porušuje zákaz, busům však v daném úseku nepřekáží.

zákaz zastavení, který tu od července platí,“ míní čtenář a fanoušek hromadné dopravy Radek, jenž si nepřál uvést celé jméno. Podobný režim, tedy projíždění satelitem, kde je třicítka, potkal nedávno také spoje jezdící přes nedaleký Sliveneč.

Změna se blíží

Deník Metro včera do Řitky vyrazil, trasu autobusu si projel a seznal, že jsou ulice pro průjezd autobusu dostatečně široké. Cestou jsme však narazili hned na dvě porušení místního zákazu zastavení a také na psa bez vodítka, který nám vběhl pod kola. Řidiči autobusů to proto jistě nemají při průjezdu vždy jednoduché. „Aktuálně je ve výhledu určitá změna dopravního opatření v návaznosti na chystanou změnu dopravního režimu v okolí uzavírky v

Mníšku, zhruba od 1. září. Konkrétní informaci ale zatím nemáme, jednání ještě probíhají,“ komentuje pro Metro Drápal.

„Kafrající“ Mníšečtí

Deník Metro se po dival na názory obyvatel Mníšecka na sociálních sítích. Zatímco Řitečtí si zde zachování spoju linky 320 pro svou obec v drtivě většině pochvalují, jinak je tomu u některých obyvatel Mníšku. Těm je totiž zmiňovaná linka, respektive její zastavování v Řitce, trnem v oku i v situaci, kdy se žádná výluka nekoná. Při sjezdu do obce a zastavení na zastávce Řitka, Bučina totiž bus obvykle nabere dvě až tři minuty zpoždění navíc. To ale někteří z Mníšku berou jako problém. Linka 320 totiž původně sloužila jako rychlá spojnice mezi Mníškem a Smíchovem. Pokud by ale Bučina přestala být obsluhována, ať už dočasně, či úplně, místní by se celkem nachodili.

„Spoje na Prahu by jezdily pouze ze zastávek Řitka hlavní silnice. Ty se však nenacházejí v katastru naší obce, jsou na dálnici umístěny příliš daleko od obce. Ze zastávek Řitka hlavní silnice je to pěšky na Bučinu třicet minut běžné chůze, tedy žádné loudání,“ vysvětlil dříve pro deník Metro řítecký starosta Kamil Abid s tím, že na vymodlené obecní zastávce směr Praha není velký provoz ani před výlukovými situacemi. Spoje linky 320 tu mimo prázdniny stává zhruba od šesti do osmi hodin ráno.

FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

PUMPA JE I NÁJEZD

Přestavba kruháče žene místní řidiče přes obec Čisovice, kudy vede objízdná trasa. Někteří kulišáci si ale nechtějí najíždět minuty navíc, a tak raději čekají na nedaleké pumpě.

- Zmiňovaná benzinka je totiž blízko Mníšku a dá se z ní najet na dálnici. Má to ale jeden problém. Pumpa je úzká a má jen dva stojany. Proto se tu tvoří dlouhé kolony aut. Někteří jsou zákazníci, jiní chtějí jen ušetřit minuty. **JAR**

INZERCE

SAMOSBĚRY OSTRUŽIN



STARÁ BOLESLAV

www.zahradaSB.cz

tel. 774 820 666



Na fotce je vidět jak další z řidičů, který ignoruje zákaz, tak zatáčka, kterou musí bus projet. V obou případech má bus prostoru dostatek.

Třídy byly nacpané k prasknutí, učebnice sloužily do roztrhání

Jak to vypadalo v českých základních školách v období normalizace a dekádu poté, připomíná Retro muzeum v Praze.

Co zažívaly ratolesti 70. a 80. let ve školách? Jaká zde vládla atmosféra, jací bývali učitelé, jaké měli školáci pomůcky, to si můžete připomenout v Retro muzeu v Praze. Ve čtvrtém patře obchodního domu Kotva je možné si prohlédnout historickou školní třídu, na kterou povinně dohlížel obraz prezidenta republiky. Návštěvníci zde najdou ukázky starých učebnic, slabikářů, školní sešitů, žákovské knížky nebo výtvarné potřeby. Zavzpomínají na vsudypřítomné nástěnky i na to, co tehdejší děti ve škole potkávalo. Od 21. srpna do

4. září mají navíc až dvě děti v doprovodu dospělého vstup zdarma.

Povinné centralizované školství

Ještě před nástupem na základní devítiletou školu děti navštěvovaly od tří let školu mateřskou a mnohé z nich od 3 měsíců věku i jesle, aby mohly matky po krátké mateřské dovolené opět nastoupit do zaměstnání. Děti tak byly vychovávány mimo rodinu od velmi útlého věku. „Devítiletá školní docházka byla jako dnes ze zákona povinná. Zákon a centrální předpisy také určovaly podobu školství v celé republice. Platily jednotné školní osnovy pro každý ročník školy, přísné hygienické i stravovací normy. Školství mělo jasně danou strukturu a bylo schopné plošně zajišťovat základní vzdělání na poměrně vysoké úrovni,“ komentuje výstavu

její zakladatel Michal Petrov. Učit mohli pouze aprobovaní pedagogové a počet žáků ve třídách byl běžně vysoký. Třídy byly většinou nacpané k prasknutí a počet 35 žáků nebýval výjimkou. Silné ročníky dětí se učily, kde se dalo.

Vybavení školy

Školství bylo zcela bezplatné, děti při nástupu do školy dostaly veškeré potřebné vybavení. Učebnice měly děti zapůjčené a na konci roku je vracely k dalšímu použití. Učebnice tak sloužily doslova do roztrhání. Obsah učebnic sestavovali odborníci pod dohledem strany. V každé škole se děti učily z totožných učebnic. Na legendární věty ze slabikářů 80. let, jako třeba „máma mele maso“, vzpomínají dospělí s úsměvem dodnes. Všechny děti seděly ve stejných lavicích v podobných třídách a s podobným vybavením. Ve školách převa-



Návštěvníci mohou v muzeu vidět exponáty, jako například známý slabikář.

RETRO MUZEUM

žovala frontální výuka, kdy učitel vyložil látku, děti si zapisaly zápis do sešitů, dostaly domácí úkoly na procvičení a pak byly zkoušené. Muzeum je umístěno ve čtvrtém patře obchodního domu Kotva a představuje design, trendy i běžný život v 70. a 80. letech minulého století v Čes-

koslovensku. Rozkládá se na více než 2000 metrech čtverečních a ukazuje dnes již více než 12 000 unikátních předmětů. Husákovy děti a jejich rodiče mohou v Retro muzeu Praha zavzpomínat, ti mladší se zase mohou atraktivním způsobem seznámit s nedávnou historií. **MET**

INZERCE

GRILOVANÁ ŽEBRA DO 20 MINUT

Gril

MÁTE NA TO!

Albert Excellent
Vepřová žebra
PIŘI-PIŘI

- sous vide
- masný polotovar
- chlazený • 600 g
- 1 kg = 208,17 Kč
- ▼ 119,90 Kč (5%)*

169,- **-26%**

124⁹⁰



MINIMÁLNĚ
-25%

**NA SOUS VIDE
ŘADY ALBERT
EXCELLENT**



EXCELENTNÍ POŽITEK
kdykoliv

*Nejvýhodnější cena za posledních 30 dní. Akce platí v prodejnách Albert od 23. 8. do 29. 8. 2023 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

POPCORIN

LIAM NEESON MÁ BOMBU

Britský herecký mator dostal chuť stříhnout si svou verzi Nebezpečné rychlosti. Činí tak v ulicích německé metropole pod taktovkou amerického režiséra.

Když 96 hodin potká Nebezpečnou rychlost, dostanete nejnovější akční thriller Jízda smrti s Liamem Neesonem v hlavní roli. Tak český distributor nastiňuje děj filmu o bankovním byznysmenovi Mattu Turnerovi, kterému kdosi zavolá s varováním. Hlas v telefonu tvrdí, že se v jeho autě, v němž jede se svými dětmi, ukrývá pod sedadlem bomba. A že pokud se pokusí zastavit či neposlušchat pokyny dotyčného, všichni zemřou.

Snímek Jízda smrti oficiálně vstupuje do českých kin již zítra. Kvůli stávce herců a scenáristů se tak ale neděje



Matt Turner s tváří Liama Neesona je americký bankéř, který kariéru rozvíjí v Berlíně. Jednoho dne mu dají do auta bombu. 3x BONTONFILM

s příliš velkou pompou. Nám se film, v němž si hlavní hrdina příliš neužívá zběsilou cestu Berlínem, celkem líbil. Byť jde o veskrze průměrnou zábavu, která sice neuráží, ale ani nijak extra nebaví.

Terapie bombou

Americký bankéř Matt nemá na začátku Jízdy smrti právě na různých ustlání. Jeden z jeho společníků ráno „uhořel“ ve své Tesle. Druhý na něj tlačí, aby třetímu rozmlu-

vil odchod z firmy, a do toho ho ještě manželka, která vážně uvažuje o rozvodu, lehkým citovým vydíráním přinutí, aby v tak exponovaný den hodil do školy jejich dvě pubertální a značně prostořeká děcka. Ta mimochodem nesnášejí nejen svého otce, ale i sebe navzájem. A přesně v tento den mu kdosi umístí do auta bombu a hrozí jejím odpálením, pokud Matt nebude plnit instrukce. Následuje vyhocená jízda o závod

s časem připomínající Nebezpečnou rychlost z roku 1994 či podobně laděnou Telefonní budku (2002). Řidič musí plnit zadávané úkoly, současně pátrat, kdo a proč jej terorizuje, a nadto držet nohu na plynu, protože za chvíli už má v patách i policii. Mattovi společníci totiž umírají dál, a právě on je podle strážců zákona jediný, kdo má kloudný motiv.

Drsník Neeson

Hlavní atrakcí filmu, který natočil Nimród Antal (režisér několika epizod netflixovského hitu Stranger Things nebo akčňáku Predátoři), je účast Neesona. V souvislosti s Jízdou smrti se často zmiňuje jiný jeho akční titul, třídílná série 96 hodin. Jenže v ní měl za sebou hrdina, chránící svou rodinu v čele s dospívající dcerou, průpravu někdejšího špičkového špiona, ale tentokrát o život bojuje civilista bez výcviku. I proto film kromě pár honiček neobsahuje žádné akční scény, rvačky a podobně. Měl by fungovat jen díky propracované

INZERCE



Zápach z úst ohlašuje parodontózu

Parodontitida představuje zánětlivé onemocnění dásní a závěsného aparátu, které nás po zubním kazu trápí nejvíce. Onemocnění vzniká působením bakterií, které produkují agresivní kyseliny, ty rozpouštějí tvrdou vápníkovou a fosfátovou minerální matici zubní skloviny a přitom uvolňují sirovodík, jenž zapříčiňuje zápach z úst. Bakterie mají za následek vznik zánětu, který se nejprve usadí na dásních, později však i na systému, který plní funkci pevného ukotvení zubů. Zánět se rozvíjí a způsobuje bolest, pocit tlaku a brnění. Mezi zubem a dásní se vytvářejí prostory, vačky, které mohou být naplněné hnisem. Křčky zubů se odhalují, zuby se rozestupují a ztrácejí pevnost ukotvení.

Dlouhodobý zánět oslabuje imunitní systém, který pak hůře odolává závažnějším onemocněním. Podle statistik mají pacienti s parodontitidou dvojnásobně větší riziko onemocnění srdce a čtyřnásobně nebezpečí srdečního infarktu. Obzvláště ohroženi jsou, podle odborníků, pacienti s cukrovkou, osteoporózou nebo plicními one-

že z o d - p ř e d č a s - Bakterie si na běžné chemické přípravky dokáží vybudovat odolnost nebo zmutovat a pak udržet přirozenou mikroflóru v dutině ústní není snadné. Významným pomocníkem v udržení přirozeného mikrobiomu je Chytrá houba - Pythium oligandrum. „Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

mocněními. Experti odhadují, záněty dásní by mohly být povědné za 18,2% všech nových porodů.

„Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

„Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

„Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

„Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

„Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

„Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythie Bio Plus se ředí do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou

a dále podle potřeby, a nebo až za měsíc. Běžné uplatnění je vhodné v souvislosti i s používáním zubních náhrad, či rovnátek. Uplatnění přípravků Chytrá houba Pythie Bio Plus se osvědčilo i u lidí po chemoterapii, u mladistvých, kdy docházelo v ústech k přemnožení kvasinek nebo trpěli na afty, či opary.“



Přípravky s Chytrou houbou - Pythium oligandrum dostanete ve své lékárně.

Na Vaše otázky rádi odpovíme na telefonu: 728 814 202, e-mail: pythium@pythium.cz, informace na:

www.chytrahouba.cz

Výrobce: Bio Agens Research and Development - BARD, s.r.o.

POD ZADKEM. JÍZDA ALE DRHNE



Bankovní byznysmen původně vezl děti autem do školy. Všichni ale ve filmu zažívají poněkud jinou bombovou jízdu.

thrillerové psychologii postav. Ta je však scénářisticky tak zjednodušeně nastíněna, že to snad ani víc nejde. Což je v přímém kontrastu s hereckými výkony nejen Neesona, ale i představitelů jeho dětí, kteří na svůj věk hrají, ehm, jako o život.

Čtvrtý remake

Jízda smrti, v originále Retribution čili odplata, není originál. Vznikla jako v pořadí třetí remake španělského filmu

z roku 2015 El desconocido (Neznámý), na který po třech letech navázalo německé Ne-vystupuj! a za další tři roky verze jihokorejská. Je tedy snadné, že se scénář, v němž se v závislosti na zemi mění hlavní hrdina z bankéře na podnikatele či realitního makléře, těší oblibě mnoha filmařů. Podobná obliba není v aktuálním podání americko-španělsko-francouzsko-německé koprodukce alespoň u některých českých diváků



Embeth Davidtz je jednou z mála známých tváří snímku.

vyloučena. Zápletka Jízdy smrti totiž v mnohém připomíná díl nějakého německého krimiseriálu. A na scénu, kde by se uplatnil třeba akční hrdina z Kobry 11 Semir Gerkhan, na konci snímku také dojde. Pokud ale očekáváte náročnější podívanou, Jízde smrti se vyhněte. Je to čistokrevná oddychovka.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

POZOR, JEDU! FILMAŘI RÁDI STARÉ KONCEPTY

Hollywood miluje oprašování starých, avšak osvědčených trendů. Jeden z nich si nechávají líbit pravidelně. Řeč je o filmech, jako byla Nebezpečná rychlost, Telefonní budka a Smrtonosná past – tedy uzavřené thrillery s jedním nebo dvěma hrdiny, typické pro éru osmdesátých a hlavně devadesátých let.

- Jedním z podobně laděných filmů je i film Liama Neesona Non-Stop. Jeho děj se odehrává v uzavřeném letadle plném podezřelých pasažérů, v němž se kvůli důmyslnému vydírání odpočítává dvacet minut do první vraždy, které musí zabránit nabroušený palubní šerif Bill Marks (Neeson).

- Non-Stop, stejně jako podobně laděného Cizince ve vlaku, natočil režisér Jaume Collet-Serra. Po sólové akci v letadle a ve vlaku jej udržel ve stísněném a uzavřeném pro-

středí i v aktuální Jízde smrti, a to z pozice producenta. Vtipné je, že již nyní piší někteří kritici na adresu nového Neesonova snímku komentáře o tom, že nevědí, proč Neeson evropsko-americkou koprodukční rutinu natočil. Důvodem je přitom, mimo jiné, také právě přátelství se Serrou.

- Nyní už Neesonova filmografie obnáší bezmála sto padesát rolí. Scénáře, ve kterých má ztvárňovat akční bijce ve věku přes šedesát let, mu jako na běžícím pásu chodí od premiéry filmu 96 hodin (2008). V něm ztvárňuje špiona Bryana, jenž povolí své sedmnáctileté dceři Kim (Maggie Grace) výlet do Paříže, ale pod podmínkou, že se mu bude pravidelně hlásit. Při jednom takovém telefonátu se ale stává svědkem jejího únosu. Nečeká proto na nic a vezme spravedlnost do vlastních rukou. **JAR**

INZERCE

AMBER  PLASMA

POMÁHEJTE. DARUJTE PLAZMU.

Máte to ve svých rukou.




Finanční náhrada **800 Kč** za každý odběr krevní plazmy a možnost získat stylová sluchátka.
Více informací na www.amberplasma.com

AKCE

AKCE, KAM SE PODÍVÁTE



Krúťí prsa
cena za 1 kg

-42%

149⁹⁰
~~259⁹⁰~~



Eidam
30% plátky
100 g

-39%

139⁹⁰
~~209⁹⁰~~

BILLA

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 23. 8. do úterý 29. 8. 2023.

Z TĚCHTO HER „



Herní volanty replikují ovládání skutečných aut s cílem povznést herní zážitek. Měli jste doma také podobný?

PROFIMEDIA

Úplně první závodní hra vznikla před 50 lety, volant měla konzole už o rok později.

Rychlost, adrenalin a výzvy. To jsou psychologické faktory, které táhnou hráče do světa závodních videoher. Jejich historie se začala psát před 50 lety. První virtuální závod ale neprobíhal na silnici, nýbrž ve vesmíru.

Space Race

Za úplně první arkádovou závodní videohru je považována Space Race, se kterou v roce 1973 přišla společnost Atari. Ano, to je ta samá firma, která o rok dřív vydala legendární Pong. Space Race byla velmi jednoduchá hra pro dva hráče. Každý z nich ovládá vesmírnou loď, se kterou se snažil doletět ze spodní části obrazovky nahoru. Podél cesty byly asteroidy pohybující se po obrazovce zleva doprava a hráči se jim museli vyhýbat.

Gran Trak 10

Hned v roce 1974 Atari vydala první závodní hru, kde už se jezdilo v autech. Hráč u automatu se na dráhu díval seshora a vůz (v podstatě malou kostičku) ovládal s pomocí volantu a plynového i brzdového pedálu.

Night Driver

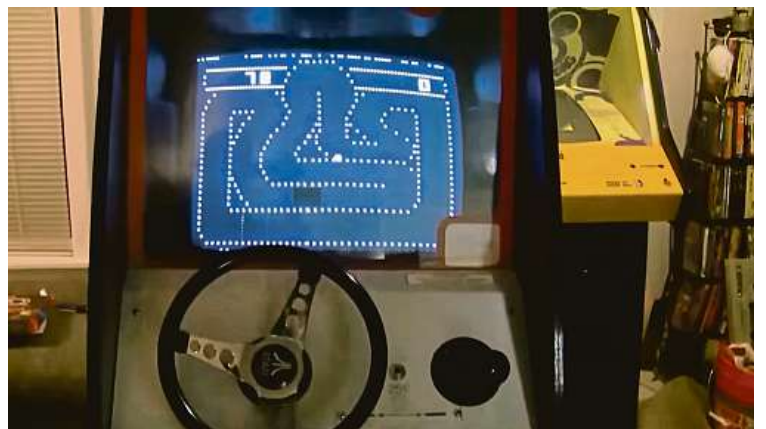
Poprvé hráči usedli do kabiny v roce 1976 a zase u toho byla Atari. Pohled z první osoby nabízela hra Night Driver. Mimochodem, auto, které hráč řídil, nebylo ve skutečnosti nakresleno ve hře, ale bylo vytištěno na plastové vložce před monitorem.

Pole Position

Trochu větší skok v čase uděláme díky hernímu studiu Namco. To v roce 1982 přišlo se závodní hrou pro počítače. Pole Position má na svém kontě hned několik prvenství. Hráči mohli úplně poprvé ve hře řídit formuli 1, poprvé byl využit pohled na auto ze třetí osoby (tedy zpoza formule). A v Pole Position bylo také poprvé možné nabourat po nárazu do jiného auta.

Super Mario Kart

Zase trochu poskočíme v čase. Hra Super Mario Kart je navíc nejen o rychlosti. Už v roce 1992 se díky společnosti Nintendo na trať vydaly vystačky ze slavné hry Super Mario. Ty se v závodě předhánějí i díky nejrůznějším vylepšením, která lze na trati získat. „Zbraně“ pak závodníci využívají ke zpomalení ostatních. Jeden příklad za všechny – soupeře můžete zasáhnout vystřeleným želvím krunýřem, což způsobí, že se roztočí a ztratí kontrolu nad vozidlem.



Gran Trak 10 se u hráčů setkal s poměrně velkým úspěchem a postupně se dočkal několika dalších různých verzí.

YOUTUBE.COM/BLINDDOG44

VONÍ“ BENZIN



Takhle to vypadalo v kabině ikonického Ferrari 512 TR v úplně prvním díle herní série Need for Speed. Stejný vůz se řítí i před hráčem. [YOUTUBE.COM/MAUROBORGARELLO](https://www.youtube.com/mauroborgarello)

Need for Speed

Devadesátá léta jsou období, kdy se zrodilo hned několik legendárních závodních herních sérií. Jen málokdo nezná například Need for Speed. Poprvé si hru mohli zájemci vyzkoušet v roce 1994 na domácí videoherní konzoli 3DO. Need for Speed umožňovala řídit osm licencovaných sportovních vozů na třech tratích, kde se pohybovala i další vozidla v běžném provozu, která nezavádila. Něčím navíc jsou i policejní vozidla, která závodníky pronásledují.

Gran Turismo

Velmi dobře přijatá veřejností je i série Gran Turismo. Hra se od roku 1997 snaží přesně simulovat automobilové závody. Za vítězné body lze navíc nakupovat díly, tuning nebo další vozidla. Těch bylo už v prvním díle série 140. V posledních týdnech jste nejspíš o této hře slyšeli. Její filmové zpracování je totiž momentálně v kině. Předlohou snímku je skutečný příběh o závodní akademii pro hráče Gran Turisma, kteří si mohou díky svým dovednostem na simulátoru vysoutěžit účast v reálném závodě ve voze od automobilky Nissan.

Colin McRae Rally

S realitou má hodně společného i série Colin McRae Rally. Jak napovídá název, jde o průkopníka realistic-

kých rallye sportovních závodních her. Série je pojmenována po skotském jezdci Colinu McRaeovi, který se na vývoji hry podílel. První díl představoval skutečná auta a jezdce ze sezony mistrovství světa v rallye 1998.

Burnout

Do historie závodních videoher se významně zapsala také herní série Burnout (2001). Ta klade důraz na agresivní a riskantní jízdu. Velká pozornost je věnována také bouračkám, které jsou zobrazeny hned z několika úhlů. Vývojáři také při tvorbě hry pracovali s reálnou fyzikou. Pokud například trefíte kamion, stěží s ním pohnete, ale pokud se čelně střetnete s protijedoucím osobákem, čeká vás několik efektních kotrmelců. Nechybí tu ani další působivé detaily. Když například bokem auta brousíte o svodidla či další vozy, pěkně to jiskří.

Forza

Ve výčtu legendárních závodních her určitě nesmí chybět ani série Forza. Ta se podobně jako Gran Turismo snaží napodobit jízdní vlastnosti skutečných závodníků. Mimořádně, Forza znamená v italské síla. Z italstiny je i výraz Gran Turismo, tedy „velká cesta“. Ten se používá pro rychlá a zároveň luxusní auta. **MAH**



Ve hře Burnout hrají prim havárie. Náraz je pak zobrazen z několika různých úhlů. Při srážce sice ztratíte cenný čas, po chvíli jste ale zpět na trati v nepoškozeném voze. **EA**



Fidorka
30 g, více druhů
100 g = 29,67 Kč
↓ 9,90 Kč

-31% **SUPER CENA**
890 ~~1290~~



Karlovarská Becherovka
0,5 l
1 l = 339,80 Kč
↓ 169,90 Kč

-23% **SUPER CENA**
16990 ~~21990~~



Panzani Těstoviny semolinové
500 g
více druhů
100 g = 5,98 Kč
při koupi 1 ks 59,90

-50% **MULTIPACK OD 3 KS**
2990 ~~5990~~
1 ks



Pampers Premium Dětské plenky a kalhotky
od 34 ks více velikostí
1 ks = od 4,86 Kč
při koupi 1 ks 649,00
↓ 379,90 Kč

-42% **SUPER CENA** **MULTIPACK OD 2 KS**
37990 ~~64900~~
1 ks

↓ Nejnižší cena za posledních 30 dní.

BILLA
PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 23. 8. do úterý 29. 8. 2023.

Generace Z je Kazmovým filmem posedlá. Každý chce zbohatnout

Nový film Kamila Bartoška, jenž si říká Kazma Kazmitch, hýbe celou Českou republikou.

Nový snímek Onemanshow: The Movie nenabízí pouze divácký zážitek, fanoušci se mohou zapojit do speciální hry. Stačí totiž vyluštit hádanku, která je ve filmu ukrytá. Symboly obsažené ve snímku mají při rozluštění dávat smysl a přenést se tak do desetimístného číselného kódu. Ten pak stačí zadat do trezoru, který je umístěn na výstavišti v pražských Holešovicích. K tomu je ale potřeba speciální karta, kterou každý návštěvník dostane při vstupu do kina na tento konkrétní snímek. Jedna karta v oběhu je navíc výherní, a proto by při jejím přiložení k trezo-

ru nemělo být potřeba zadat kód a jedinec by měl vyhrát automaticky. Jak Kazma avizoval už dlouho předtím, než film vstoupil do kin, vše mělo mít přesah do reality. Snímek tak dal minimálně mladé generaci šanci vyhrát 22 milionů korun. Podle marketérky Jaroslavy Mojžíšové jde hlavně o perfektně promyšlený marketing. „Mladší generace je celou záležitostí posedlá, odchází z kina s reálnou nadějí bohatství. To jí dosud nikdo jiný v kině nenabídl,“ říká Mojžíšová. Podle ní existuje i mnoho odpůrců, kteří Bartoška nemusí nebo neznají. I tak je ale kampaň nadchla. „Znám lidi, kteří přestože Kazma není jejich šálek kávy, na film šli. A to jen díky velmi zajímavé a poněkud tajemné kampani,“ přiznává Mojžíšová.

Kazmovy přípravy na film místy opravdu působily misteriózně. Po celém Česku se

objevovaly billboardy, které obsahovaly pouze černé pozadí a bílý trojúhelník s křížem. Logo se dokonce dostalo na veřejné akce, například na festival Rock for People, kde se na deset vteřin objevilo na LED obrazovkách místo hlavního programu. „Podle mého názoru je Kazmův marketing dokonale promyšlený a funguje v masivním rozsahu. Nejde o dva bannery v republice, jsou jich stovky. Každého tak kampaň může zasáhnout,“ dodává Mojžíšová.

Billboardy se navíc dostaly do médií. Stejně tak probíhala kauza s postaveným monumentem v Lysé nad Labem. Média téma dlouho řešila, nikdo nevěděl, kdo ho tam postavil. V současnosti už fanoušci vědí, že jde o Kazmův počín, a hlavně že je monument součástí hry. Je zde 90 symbolů, některé z nich se objevují ve zmíněném filmu. Na stožáru ve tvaru kříže

s trojúhelníkem vedle monumentu běží odpočet. Na webových stránkách je dokonce k dispozici on-line přenos, takže se kdokoliv může podívat, kolik lidí je u monumentu, a zároveň také kdo zrovna zadává heslo do trezoru s jedním milionem dolarů.

Hra navíc oťásá celým internetem, na kterém se mladá generace snaží přijít na desetimístný kód a zbohatnout. Těžko říct, zda je to zase hra, nebo zda opravdu někdo má šanci vyhrát. Podle Mojžíšové se Kazma zase jen snaží hýbat celým Českem. „Na druhou stranu, když Bartošek zakopal auto, ve kterém byl jeden milion korun, výhru opravdu předal. Těžko říct, co za tím je,“ pokračuje Mojžíšová. Právě marketingem má Bartošek v hrsti celé Česko, a ještě trhá rekordy v návštěvnosti multikin. Film vidělo během premiérového víkendu 290 tisíc diváků. Dosa-

vadním českým rekordmanem návštěvnosti byl film Anděl Páně 2, který během prvního víkendu vidělo 188 tisíc diváků. V podstatě jediným snímek, který Kazmovi v premiérovém víkendu odolal, je vrchol marvelovského tažení Avengers: Endgame, na který přišlo v prvních dnech 344 tisíc lidí. Kazma ale předběhl například první část filmu Harry Potter a relikvie smrti. **TEREZA ŠIMUROVÁ**



Nový snímek Onemanshow: The Movie láme rekordy. **BONTON**

INZERCE



Bojuje proti bolesti bez prášků!

Biomagnetický Náramek proti bolesti s turmalínem a germaniem je nejsilnější zbrání proti bolesti!

Výkonné neodymové biomagnety s celkovým výkonem **2000 Gs!!!**

Nastavitelný obvod

Turmalín

– vyzařuje analgetické infračervené záření a terapeutické záporné ionty

Odolné proti poškrábání a postříkání

Germanium – hluboce okysličuje a čistí tělo

Pro prvních 50 rychle volajících **0 Kč!**

Antialergický rám z nerezové oceli

Pro ženy i muže

Plná 360° ochrana – terapeutické kameny na každém článku náramku

2v1 – ionoterapie a magnetoterapie:

- ✓ Reguluje krevní tlak a práci srdce
- ✓ Uvolňuje, odstraňuje únavu
- ✓ Odstraňuje nespavost a migrény
- ✓ Zvyšuje imunitu
- ✓ Zklidňuje příznaky astmatu a alergií
- ✓ Odstraňuje bolesti kloubů
- ✓ Snižuje hladinu cukru a cholesterolu

Po stovky let se v Japonsku kúra germaniem a turmalínem používá k boji s různými neduhy, jako jsou migrény, degenerace, poruchy krevního oběhu a nespavost. V tomto případě kúra silovými kameny je posílená silnými neodymovými biomagnety, které vytvářejí energetické pole pokrývající celé tělo. Účinek kamenů se zvyšuje až 5x, díky čemuž bolest zmizí o 89% rychleji!

Náramek pohlcuje a vybijí statickou energii, která je příčinou bolesti, a obnovuje přirozenou iontovou rovnováhu v celém těle. Iontová rovnováha funguje pro každého, bez ohledu na věk, pohlaví nebo závažnost onemocnění.

Chcete-li žít bez bolesti, posílit své tělo a zlepšit krevní oběh, vyzkousejte Biomagnetický ionizační náramek proti bolesti hned teď! Nabídka platí do 26.08.2023 nebo do vyčerpání limitu 50 osob!

555 441 786

Po-pá 8:00–20:00, so-ne 09:00–18:00, běžný místní hovor

KONCERT

Maynard v Praze

Poslední koncert letošní série My Kind of Summer a vystoupení Conora Maynarda proběhne tento pátek 25. srpna od osmi večer v klubu MeetFactory. Dříve bylo oznámeno, že se bude konat ve Žlutých lázních – všechny vstupenky zakoupené tam zůstávají plat-

né, a není třeba je měnit. Britský hudebník Conor Maynard se díky TikToku stal jedním z nejsledovanějších indiepopových umělců posledních let, v Anglii je velmi slavný. Svou dráhu nakopl, když opustil velké vydavatelství. Vstupenky v ceně 690 korun je možné pořídit přes weby fource.cz, GoOut a Ticketmaster. **MET**

KODL GALERIE

PŘIJÍMÁME OBRAZY DO PŘÍŠTÍCH AUKCÍ

Tel.: +420 251 512 728, +420 602 117 440
galerie@galeriekodl.cz • Národní 7, Praha 1
www.galeriekodl.cz

JOSEF ČAPEK:
ŽENY S KVĚTINAMI
vyvolávací cena: 3 000 000 Kč
dosažená cena: 7 440 000 Kč

Pohoda a spokojenost ve dne i v noci



STOP revmatickým kloubům

Omezuje vás ztuhlost a bolest kloubů při každodenních činnostech a nic vám pořádně nezabírá? Na první náznaky revmatu i běžnou bolest kloubů je tady revoluční přípravek z lékárny s léčivou rašelinou!

Vyzkoušejte **REVMABLOK® AKUT**, který omezuje **bolest, brnění a trnutí kloubů, zklidňuje zánět a zlepšuje hybnost kloubů**. Obsahuje léčivou rašelinu spolu se zklidňujícími rostlinnými extrakty v čele s šišákem bajkalským, rozrazillem, světlíkem, rozmarýnem a bazalkou. Díky této kombinaci účinně potlačuje zánět, bolest a ztuhlost kloubů a přináší rychlou úlevu. Přípravek je speciálně vyvinutý i pro malé klouby ruky a nohy a vyznačuje se příjemnou a nelepivou konzistencí. Při pravidelném používání zdravotnického prostředku **REVMABLOK AKUT** dochází k úlevě postižených kloubů a také k prevenci vzniku tohoto problému.



Konec bezespým nocím!

Máte problémy s usínáním nebo se probouzíte unavení a cítíte se nevyspaní? Špatný spánek je nejčastěji zapříčiněn nevhodnými podmínkami pro spaní, stresem, nedostatkem pohybu nebo nezdravým životním stylem.

Chcete poznat sílu zdravého spánku? Vyzkoušejte doplněk stravy **NEOSPAN forte** vyvinutý právě pro zlepšení spánkové hygieny. Obsahuje jedinečnou kombinaci extraktů z kozlíku, mučenky, chmele a oleje z květu pomerančovníku. Ty **usnadňují usínání, zlepšují kvalitu spánku a omezují předčasné probouzení**. Pro rychlejší odeznění únavy je ve složení také hořčík a vitaminy skupiny B pro zklidnění od stresu a napětí.

NEOSPAN forte z vaší lékárny je na přírodní bázi, tedy zcela bezpečný a nenávykový.



Zase VŠÍ? Zlikvidujte je dvojitou silou!

Zjistili jste, že má vaše dítě opět vši? Nepodléhejte panice a zlikvidujte je rychle a účinně!

Efektivní řešení naleznete v lékárně! Vyzkoušejte zdravotnický prostředek **LiQuido DUO Forte šampon na vši + sérum** – dvojitý zásah proti vším a hnidám v podobě šamponu a séra na vlasy, které působí na veš třemi mechanickými účinky (2x dušení, 1x liQuidace). LiQuido DUO FORTE obsahuje unikátní komplex přírodních silic a olejů, jejichž kombinace a účinné látky vytváří nepříznivé podmínky pro existenci, růst a množení vši. Zároveň je šetrný a dobře snášený citlivou pokožkou. Mohou ho tak používat malé děti i alergici.

DÁREK NAVÍC: ČEPICE A HŘEBÍNEK
pro efektivnější odstranění hnid a vši.

Suchá a drsná pokožka? Konopka vše napraví!

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

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



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

Renomovaný etiketolog Ladislav Špaček: „Dobré víno, dobré posezení. To je to hlavní, co mě baví, a relax, (tajenka).“

	SLOVENSKÁ KORUNA (BYV. KÓD)	OPAK "LESK"	PARÁDNÍK	PÁLENÝ CUKR	VONNÉ KÖRENI	JEHLIČNAN		DOMORODÍ KOUZELNÍCI	RYCHLÁ PROUDĚNÍ VZDUCHŮ	BARVA ŽITA	POŠKOZENÍ ZVĚŘI	TAHLE		TRIČKO	NEVYPUČETI	DRUH PALMY
SNÍMAT KLOBOUK							DROBNÁ MOŘSKÁ RYBA						TRI NITRO ANISOL (ZKR.)			
MOŘSKÉ VDRY							PALMA AREKOVÁ BĚLOVESKÁ KYSELKA						HRDINA (KNÍŽ.) 60 KUSŮ (ST. JEDNOTKA)			
ZAČÁTEK TAJENKY												NELETÁVY PTÁK ČÁST ZÁBRĚHU				
	KANADSKÝ JEHLIČNAN	RUSKÝ VOJ. VŮZ RUČNÍ ZVEDÁK				ZÁSTUP LIDÍ NEDOVOLENÝ TISK			VÝKONY SKOKANŮ PŮSOBIT ŠKODU							ROZPOUŠTĚDLO BAREV
BUDITEL (KAREL VÁCLAV IGNAČ)					CHOCHOL NA PŘILBICI 2X ZVÝŠENÝ TÓN C					PODPORA JAKOBY (SLOVENS.)						
ANTICKÝ LITERÁT						POPLATKY ZA BYDLENÍ ERVĚČKO (OZN.)								ACTINIUM (OZN.) OPAK "STÁR"		
ULTRAVIOLET (OZN.)			JEDNOTKA OBJEMU ZADNÍ ČÁST KRKU				HUDEBNICE ? ONO ŠEST PLUS DVA						CÍRKEVNÍ OBRAD JMÉNO LITERÁTA PAVLA			
GIGAEKTRONVOLT (OZN.)				ZSINALOST (ZAST.) 3. SOLMIZ. SLABIKA				KONEC TAJENKY HEREC SOBOTA (INIC.)								
DUMASŮV MUŠKETÝR						ZÁVAZEK							OSLOVENÍ OTCE (HOVOR.)			
POMŮCKA: GAZ, KOSOV, PANAŠ, REZ, SENECA	VÝDĚLEK						ODPLATY						PATŘÍČÍ ADĚ			

AUTOR KŘÍŽOVKY: JAROSLAV VANĚČEK

Tajenka: který si můžu dovolit

INZERCE

Mezinárodní festival filmové hudby a multimédií

Dopravní podnik hlavního města Prahy
Praha je nejlépe dostupná s námi

SOUND TRACK

24–27 | 08 | 2023

Poděbrady

Tros Discotequos

Nejen filmové písně, nejen na přání...

Václav Neckář

Ostře sledovaný princ slaví 80!

Buty

Filmová jízda!

Je třeba zabít Sekala

Deseti Českými lvy oceněný film s živou hudbou

Ondřej Havelka and his Melody Makers

Poklad na stříbrném plátně

Honza Ponocný: Alice Nellis In Concert

Circus Ponorka a The Deep Blue Sea Orchestra hrají písně z filmů Alice Nellis

Princezna ze mlejna

Filmová pohádka s živým soundtrackem

CMMB & Václav Noid Bárta

Filmové hity v podání Cimbálové muziky Milana Broučka

Zea SK

Year of the Dog UK

Andy Cermak

Il Boemo

STAGE POD PODĚBRADSKÝM ZÁMKEM A STAGE ZÁMECKÁ ZAHRADA

Vzpomínka na Petra Skoumala

November 2nd

... a další

LÁZEŇSKÝ PARK A KOLONÁDA

DOPROVODNÝ PROGRAM ZDARMA

Hlavní partner:



VSTUPENKY V SÍTI
GoOut.net



WWW.SNDTRCK.CZ



Jezte saláty, slyšíme. Jen zelenina k obědu je málo

V horku jíme lehčí jídla, která ochladí. Ale musí také dodat dostatek živin.

Parné léto nás sužuje už nějakou tu dobu, a tak hodně lidí sahá po osvěžujících a lehce stravitelných jídlech, kam patří i saláty. Pokud salát supluje ve vašem jídelníčku jedno z hlavních jídel – oběd či večeři, tak vězte, že se samotnou zeleninou nevystačíte.

Zastoupení všech živin

„Takový salát musí mít ve svém složení zastoupeny všechny tři živiny, tedy jak bílkoviny, tak tuky i sacharidy. Samotná zelenina dodá sice vodu, žádoucí vitaminy, vlákninu a minerální látky, což je skvělé, ale z nutričního pohledu nedostatečné, a zeleninu je potřeba doplnit,“ říká nutriční specialista Kateřina Šimková ze Zdravého stravování.

Plnohodnotnou bílkovinu lze dodat třeba vajíčkem, masem, šunkou, rybou, sýry

nebo také dipem tvarohového či jogurtového základu. A právě bílkoviny nás zasytí.

S tuky buďte opatrní

Komplexní sacharidy můžeme do salátu dostat celozrnnými krutony, čerstvým pečivem nebo knäckebrotem z celozrnné mouky.

Další variantou, na kterou se zapomíná, je připravit salát z luštěnin jako cizrna, sója, čočka či fazole, pseudoobilovin jako amarant, teff, pohanka či obilovin a produktů z nich, jako jsou špalda, bul-

gur, kamut či těstoviny. Všechny zmíněné suroviny dodají jídlu sacharidy, ale i část rostlinných bílkovin, které jsou často ve stravě opomíjené.

S tuky opatrně. „Nesmíme na ně zapomenout už z důvodu toho, že napomáhají využití vitamínů rozpustných v tucích. Pokud ale salát zakápneme olejovou záplivkou, použijeme tučnější maso nebo semínka či oříšky, můžeme rázem ze zdravého salátu udělat tučnou a kalorickou bombu,“ upozorňuje specialista Zdravého stravování.

INZERCE

„Jsem to já, kdo mě zná nejlépe“

Šetrně čistí, citlivě pečuje a pomáhá vyrovnávat přirozené pH v intimní oblasti.

My ženy se inspirujeme navzájem
dm.cz/zenskezdрави

Moje dm-app
dm.cz

Značka



VEGAN



Jessa
Sensitiv
mycí emulze
pro intimní hygienu
300 ml

49⁹⁰
Kč

16,63 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 10.10.2022 49,90 Kč

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

KRÁTCE

Šedesátiny

Empírový dům, výjimečné místo ve Staré Huti u Dobříše uprostřed lesů. Takové je někdejší letní sídlo Karla Čapka a Olgy Scheinpflugové, nyní spisovatelův památník. Ten letos slaví šedesát let od svého vzniku. V sobotu 23. září čeká návštěvníky slavnostní program. Jeho součástí bude zahájení výstavy nazvané To zvláštní místo: 60 let Památníku Karla Čapka, která představí také nové rukopisy. **MET**

Češi mění návyky v péči o textil

Výsledky letošního evropského studie zaměřené na sledování trendů v oblasti péče o údržbu oděvů ukázaly, že Češi ve srovnání s domácnostmi z jiných evropských zemí perou doma na nižší teploty především proto, aby ušetřili. Francouzi a Němci chtějí také šetřit, ale k ekonomickým důvodům přibývá snaha přispět k ochraně životního prostředí. Devět z deseti Evropanů se

zaměřuje na teplotu, ve které perou. Pro více než polovinu lidí je to z finančních důvodů. Snaha ušetřit je vyšší než před dvěma lety.

„Hlavním důvodem praní při nižší teplotě je u 58 procent českých domácností snaha ušetřit náklady na elektřinu. Ve Velké Británii je ekonomickou úsporou motivována každá druhá domácnost. Studie výzkumné agentury

IPSOS ukázala, že na nízkoteplotní prací cykly pere 46 procent domácností v ostatních evropských státech,“ říká Ladislava Zaklová, ředitelka Sotex Ginetex.

Role instrukcí k péči o textil se při rozhodování o koupi v průběhu let zvýšila. Zajímá se o ně více než šest z 10 Evropanů. Sušení volně na vzduchu zůstává pro velkou většinu respondentů nejběžnější

praxí. Na 79 procent Evropanů tuto praxi používá bez ohledu na finanční a ekologické důvody. V Evropě v roce 2021 preferovalo sušení volně na vzduchu 46 procent dotázaných z čistě finančních důvodů. Toto číslo se v roce 2023 výrazně snížilo o sedm bodů. Pokles lze pozorovat ve všech zkoumaných evropských zemích s výjimkou Francie a Švédska. **MET**

Když chcete extra vodu

Salátem můžete organismu dodat i vodu, stačí jen použít zeleninu či ovoce nabitě vodou. Nad 80 procent obsahu vody v sobě mají například okurky, papriky, dýně, červená řepa, brokolice, hlávkový salát, mrkev, vodní meloun, jahody, mandarinky, kiwi či jablka.

„Nezapomínejte na bylinky. Ať už zvolíte pažitku, petrželku, provensálské bylinky, bazalku, dodají jídlu nový chuťový rozměr, a navíc ošálí vaše smysly a potřebu nadbytečně solit,“ doplňuje nutriční specialista s tím, že dobré jsou také klíčky a microgreens, které jsou extrémně nabitě vitamíny a dalšími cennými látkami. „Zatímco klíček se konzumuje i s kořínkem a k růstu mu stačí dva až čtyři dny, u microgreens se jí pouze vrchní část rostlinky bez kořínkové části. Microgreens jsou oceňovány pro enormní množství živin, které je až 40krát vyšší než u dospělých rostlin. Obojí velmi ráda používám do svých receptur nejen z nutričního důvodu, ale i kvůli chuti a vizuální přitažlivosti,“ dává příklad Šimková.

Zálivky až před konzumací

Jestliže si budete připravovat salát, tak záplivku do něj dávejte těsně před podáváním. „Zálivky s obsahem kyselin, ať už se jedná o ocet, citron, či pomeranč, narušují strukturu zeleniny a výsledkem je rychlá degradace zeleninového salátu, který změní objem, konzistenci i chuť. Pokud si hlídáte svoji linii, tak z důvodu příjmu tuku sáhněte při přípravě dresinku po jogurtu s obsahem tuku do tří procent a nachečkejte si tak jeho light verzi. Bude mít více bílkovin než smetanový jogurt a organismu dodá vitamín D, probiotika a vápník,“ uzavírá Kateřina Šimková. **IVETA BENÁKOVÁ**

Žijeme v éře elektropožárů. Lidé dělají chyby hlavně při nabíjení

Notebook nesmí do nákladového prostoru letadla. Musíte ho vzít jako palubní zavazadlo. Pokud by se vznítla jeho baterie, v kabině je šance oheň zlikvidovat.

Stal se z něho nejen strašák, ale také předmět nekonečných dezinformací. Reč je o ohni, který vznikne z nejrůznějších elektrických zařízení, přístrojů a v současnosti i z dopravních prostředků, jejichž pohon obstarávají baterie. Což se momentálně týká hlavně elektrokoloběžek, elektrokol a bateriových automobilů, včetně hybridů.

Je toho víc, přiznávají hasiči

Obavy ze vznícení autobaterií vedly například v Německu k tomu, že je tu zakázáno parkovat s bateriovými auty v podzemních garážích.

Události spojené s ohněm a dobíjecími vozítky všeho druhu u nás ukazují, že nás momentálně ohrožují spíše elektrokola a elektrokoloběž-

HOŘELO

9

Něco málo přes devět tisíc požárů evidují statistiky Hasičského záchranného sboru ČR v prvním pololetí. Přírodních požárů bylo 4088. Požárů objektů, zařízení, dopravních a pracovních prostředků evidují hasiči 2010. **HZS ČR**

ky dobíjené v domácích podmínkách. „Počty požárů v souvislosti s bateriemi narůstají. Pokud se podíváme na počty požárů zařízení s elektropohonem, v loňském roce jsme řešili 21 případů, za prvních sedm měsíců letošního roku bylo takových požárů 46,“ upozorňuje Martina Götzová, mluvčí Hasičského záchranného sboru ČR.

V případě elektrovozů i dalších pohybovadel na baterie se jako výhoda zdůrazňuje, že se používají přes den a dobíjet je lze přes noc doma či v garáži. „Určitě je lepší nabí-



Baterie elektrokola se vznítla během jízdy. **3x HZS**



Požár od elektrokoloběžky v domě v pražské Libni



Totální zkáza bytu způsobil nabíječkou se mobilní telefon.

jet takové zařízení v době, kdy jste vzhůru a v případě, že se schyluje k poruše baterie či jejímu vznícení, můžete rychle reagovat,“ upozornil nedávno mluvčí pražských hasičů Martin Kavka.

Hasiči varují: Čtete návody!

Nebezpečí domácího dobíjení v létě spočívá i v tom, že v bytě, kde je i v noci třeba 25 stupňů Celsia, se baterie zahřívá nejen nabíjecím procesem, ale může se i přehřívat teplem v interiéru. „Častými chybami při dobíjení baterií je ponechání nabíjeného zařízení bez dozoru, ponechá-

ní zařízení v nabíječce, i když už je kapacita baterie nabitá, nabíjení za nevhodných podmínek, nabíjení baterie v bytových prostorech, kde je v okolí množství hořlavých materiálů,“ zdůrazňuje Martina Götzová.

Hasiči doporučují při pořízení vozidla na elektropohon důkladně přečíst návod výrobce. „Selský rozum“, tedy že se to u moderních zařízení jen zapojí do zásuvky a vše starat nemusím, už nestačí. Nehleďte na nákup například náhradní baterie v necertifikovaných obchodech či na tržišti, to je risk. **PAVEL HRABICA**

ELEKTROMYTOLOGIE

Odpor vůči elektromobilitě rodí fámy a mýty.

- Požár nákladní lodi s elektromotory byl původně prezentován jako vznícení baterií. Ukázalo se, že na lodi hořelo úplně jinde.
- Nebezpečí vznícení je desetkrát nižší než u spalovacího motoru. Na druhou stranu požár elektrovozů při havárii je šestkrát vyšší než u „klasiky“.

ZÁVISLOST NA RUSKU

9,70

Míra inflace v České republice byla po uzavření prvního pololetí v rámci Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD) pátá nejvyšší v Evropě, a to po Turecku (38,21 %), Maďarsku (20,10 %), Polsku (11,50 %) a Slovensku (10,88 %). Za Českou republikou (9,70 %) jsou Švédové (9,30 %) a Estonsko (9,20 %). Vyplývá to ze zprávy o vývoji inflace v roce 2023, kterou sestavila společnost Utility Bidder. Naopak nejnižší míru inflace vykázalo Švýcarsko (1,7 %), následuje Recko (1,8 %) a Španělsko (1,9 %). Inflace snižuje životní úroveň. Nejdůležitějším faktorem v pozadí tolik odlišných měr inflace je geografické umístění, konkrétně geografická blízkost k Rusku, doplnil analytik Trinity Bank Lukáš Kovanda. **ČTK**



Suchý Důl je plný života

Suchdolské posvícení, traktoriáda, historická módní přehlídka, spolkový život i programy rozvoje a obnovy obce. To vše rozhodlo, že za Královéhradecký kraj postupuje do celostátního klání v soutěži Vesnice roku Suchý Důl na Náchodsku. Titul Vesnice roku bude vyhlášen 16. září. **ČTK**



SOUTĚŽ DENÍKU

metro

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

VYHRAJTE

TRIČKO K NOVÉMU FILMU

ONEMANSHOW: THE MOVIE

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

KDO JE REŽISÉREM FILMU ?

A) Kazma Kazmitch

B) Jiří Bartoška

C) Jan Hřebejk

ODPOVĚDI zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, RÚJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Onemanshow. **5 výherců získá tričko k novému filmu ONEMANSHOW: The Movie.** Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

Slavná bezohňová lokomotiva

Výjimečný stroj z roku 1929 bude jedním z exponátů plánované průmyslové expozice.

Dvanáctitunovou bezohňovou lokomotivu přestěhovali muzejníci s pomocí dvou autojeřábů a transportní soupravy z Velkého Března do depozitáře v Ústí nad Labem. Výjimečný stroj z roku 1929, který po desetiletí sloužil na vlečkách slavných Schichtových závodů a posléze Setuzy, bude jedním z významných exponátů plánované průmyslové expozice.

Lokomotivu včera nejprve vyvezli železničáři na nádraží ve Velkém Březně na speciální kolej, k ní přijely jeřáby a valník. Po vypnutí trakčního vedení jeřábničí stroj zdvihl a přestěhoval na podvalník. Do depozitáře jela souprava přes centrum města, protože se čtyřmetrovou výškou by se nevešla pod viadukt pod Větruší. „Byla to ojedinelá podívaná, zvláště při cestě lokomotivy po Mariánském mostě. Nejnáročnější bylo usazení lokomotivy do haly. Protože se tam nevešla s podvalníkem, museli jsme ji sundat. Jeden jeřáb vjel dovnitř, zapráhl lokomotivu a táhl na kolech dovnitř. Pak ji dva jeřáby zvedly a usadily do depozitáře tak, aby zabírala co nejméně místa,“ uvedl kurátor technických sbírek ústeckého muzea Martin Krsek.

K samotnému depozitáři musela souprava couvat, muzejníci při tom klestili cestu zarostlou ze stran křovím. Po třech hodinách mohli účastníci transportu konstatovat, že vše proběhlo hladce. Lokomotiva, jejíž stav poznamená-

la desetiletí strávená pod širým nebem, teď získala suché místo v depozitáři hned vedle vodíkových kompresorů ze ztužovny Schichtových závodů z roku 1911.

„Není to obyčejná parní lokomotiva. Říká se jí bezohňová anebo akumulární a byla určená do výbušných a potravinářských podniků, protože na rozdíl od těch běžných nevyпускаjí nebezpečné jiskry ani špinavý kouř. Tankuje páru jako auta benzin,“ uvedl při včerejším transportu stroje Krsek.

ČTK



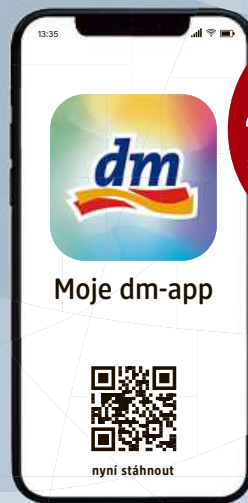
Jeřábničí nakládají ve Velkém Březně Schichtovu bezohňovou lokomotivu.

ČTK

INZERCE

„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

Stáhněte si nyní aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadněte si nakupování.



400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA*



* Po stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony, nelze kombinovat s kupony, eKupony či aktivitami na celý nákup. Sběrání a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojenecnou mléčnou výživu dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

Moje dm-app
dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

ZE ŠROTU UNIKÁT

Původně stroj vyrobila německá strojírenská firma Orenstein a Koppel pro srbské ministerstvo války a sloužila ve státní munici továrně.

- Za druhé světové války se dostala do Ústí nad Labem, do Schichtových závodů, které prosluly výrobou mýdla s jelenem, tuku Ceres nebo kosmetiky Eli-da. „Zatím nevíme, zda to byla německá válečná kořist, anebo její převoz do Ústí souvisel s faktem, že Schicht měl i v Srbsku svou továrnu,“ řekl Krsek.
- V Ústí sloužila do roku 1986, kdy byla poškozena při nehodě a skončila odstavená na slepé koleji v areálu podniku. Odsud ji v roce 1993 těsně před sešrotováním zachránil spolek Zubnická museální železnice a převezl ji do svého depa historických vozů ve Velkém Březně.
- Muzeum odkoupilo stroj za 60 tisíc korun, za cenu šrotu. ČTK

Tenerife. Plameny poblíž ráje celebrit

Na Kanárském ostrově Tenerife, který sužují rozsáhlé požáry, skupují v posledních letech nemovitosti ve velkém známá jména českého showbiznisu. Domy či alespoň apartmány určené k dovoleně, nebo jako investice k pronájmu, si zde pořídili například muzikanti Michal David a Marek Ztracený nebo herečka Alice Bendová. David tady vlastní tři nemovitosti. Poslední z nich, kterou pronajímá, si pořídil přes realitní kancelář byznysmena Vlastimila Hájka, který na španělském ostrově po přestěhová-

ní se z Floridy už dva roky žije a úspěšně podniká. Loni prodal nemovitost například Šárce Grossové, vdově po ex-premiérovi Stanislavu Grossovi. Podle Hájka má na Tenerife byt či dům spousta českých celebrit, předních zpěváků i herců. Koupi však před veřejností mnohdy tají.

„Ve Španělsku to funguje samozřejmě úplně jinak, trh s realitami je tam stabilní. U nás je to nahoru dolů a miliony pak létají,“ řekla v pořadu Limuzína s Mírou Hejdovou Bendová, kterou fanoušci pravidelně oslovují s radou

o koupi nemovitosti v zahradě. Podle ní z pronájmu nelze nijak závažně zbohatnout, protože další peníze spolkou servisní agentury pro provoz takových pronájmů. Bendová říká, že jde spíš o to, že máte na dovolenou kam vyrazit a získané peníze utratíte během ní.

Ve Španělsku vlastní nemovitost například Ivana Gottaová či Štefan Margita, který s manželkou Hanou Zagorovou jezdí rád na dovolenou do Málagy. Španělsko si zamilovala také zpěvačka Tereza Kerndlová s manželem Re-

ném Mayerem. Ti si svůj vysněný dům pořídili v letovisku Estepona.

Kvůli vypuknutí rychle se šířícího lesního požáru na Te-

nerife muselo být v posledních dnech evakuováno několik vesnic. Reality našich celebrit však podle Hájka v ohrožení nejsou. IDNES.cz



Alice Bendová a Marek Ztracený mají Španělsko rádi. MAFRA, PROFIMEDIA

KULTURA



Během festivalu Soundtrack Poděbrady ožijí čilým ruchem. Promítá se po celém městě, návštěvníkům pomáhá mapka festivalu.

SOUNDTRACK

„Máme pro vás dvě zbrusu nové stage“

CO LETOS NEVYNECHAT



Koncert
Tros
Discoteqos



Koncert
kapely Buty



Promítání kultovního
snímku Je třeba zabít
Sekala 3x SOUNDTRACK

Už zítra startuje v Poděbradech Mezinárodní festival filmové hudby a multimédií Soundtrack. Potrvá až do neděle 27. srpna. Přijedou Vojtěch Dyk, Bogusław Linda, Olaf Lubaszenko, Rob Cass nebo Tereza Maxová a mnoho dalších. Na diváky čekají dvě nové scény. Festival bude zahájen zítřka uvedením filmu *Il Boemo s Vojtěchem Dykem* v hlavní roli. Dyk tak bude hlavní hvězdou zahajovacího večera. Miroslav Paszkovský z organizačního týmu si Poděbrady jako místo pro pořádání festivalu chválí. „Zájem města poskytuje velké množství zajímavých míst a v neposlední řadě také dostatečnou ubytovací kapacitu,“ říká deníku Metro.

Na jaké pecky se letos můžeme těšit?

Sobotní večer bude například patřit česko-polskému snímku *Je třeba zabít Sekala*, který je ověřen deseti Českými lvy. Je to přesně 25 let od jeho premiéry, což pro nás bylo velkým lákadlem. Je nám velkou ctí, že se této unikátní filmové projekce zúčastní hlavní protagonisté, polští herci Olaf Lubaszenko a Bogusław Linda nebo producent filmu Jaroslav Bouček.

A co se týče hudby?

Poprvé vystoupí na festivalu Buty. Koncert má podtitul *Filmová jízda* a naráží na legen-

dární road movie, která Radka Pastrňáka a jeho skupinu proslavila. Koncert bude netradičním tím, že všechny skladby, které zazní, budou doprovovzeny videoklipy nebo sestřihy z filmu *Jízda*.

Prý přijede britský producent Rob Cass z legendárního nahrávacího studia Abbey Road.

Ano, Cass spolupracuje se skladateli, kteří tvoří po Lady Gaga, Macy Gray, Radiohead a mnoho dalších. Těšíme se i na to, že osmdesáté narozeniny na festivalu oslaví zpěvák a herec Václav Neckář. Vystoupí jako tradičně se skupinou Bacily, kterou vede Neckářův bratr Jan. Čekat se dají největší hity! Festival v zámecké zahradě uzavře v neděli odpoledne stylově Ondřej Havelka a jeho Melody Makers s programem *Poklad na stříbrném plátně*. Repertoár budou tvořit nejznámější filmové melodie z třicátých a čtyřicátých let.

Chystáte nějaká vylepšení či novinky?

Novinkou jsou dvě zbrusu nové stage. Do prostředí zámecké zahrady jsme vsadili jednu čistě hudební stage. V prostorách lázeňského kongresového centra bude festivalový kinosál, kde budou promítány známé i méně známé tituly se zaměřením na výraznou filmovou hudbu. V ki-

„Naším cílem bylo nabídnout návštěvníkům více zábavy, proto máme nová místa. Při dvou nových scénách ale stále chceme mít program zdarma v parku.“

MICHAL DVOŘÁK,
ŘEDITEL FESTIVALU



nosále navíc festival zahájíme filmem *Il Boemo s Vojtěchem Dykem* v hlavní roli.

Proč jsou Poděbrady vhodné na pořádání festivalu? V čem je jejich přednost?

Je to oblíbená turistická destinace. Zájem města poskytuje velké množství zajímavých míst a v neposlední řadě také dostatečnou ubytovací kapacitu. Navíc vedení města je akci velmi nakloněno, bez čehož nejdou podobné aktivity realizovat.

Jaké jsou další vyhlídky na konání festivalu?

Pevně doufám, že dobré. Stále samozřejmě bojujeme s následky období covidu, kdy se nám rozpadlo prakticky vše. Od partnerských vztahů až po dodavatelsko-odběratelské vztahy. A přidalo se ještě to, co trápí pořadatele všech akcí – razantně stoupající náklady, rostoucí inflace a také nižší kupní síla. Bojujeme a nic nevzdáváme.

Je nějaká kapela či interpret, které jste chtěli, ale neuložili je?

Po loňském úspěchu bondovky *Skyfall* jsme opět pošilhávali po velkém titulu, možnosti je opravdu velké množství, nicméně i náklady na tyto trháky jsou enormní. Letos to zvládneme bez takového titulu, ale rozhodně máme v hledáčku několik slavných titulů pro roky příští. Uvidíme.

Pojďme to shrnout. Co podle vás osobně letos nesmí návštěvníci vynechat?

Je toho opravdu hodně, koukněte do programu. Navíc dramaturgie festivalu je postavená tak, že se jednotlivé časy doplňují, pokud bude návštěvník festivalu chtít, stihne prakticky vše.



PETR
HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz

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 utěsňují měchýř, obnovují sliznici močové trubice a posilují svaly pánevního dna až o 81 %, čímž navrací 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 zvýší, 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 estrogenu 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, smíchu, 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!

„Mokrě 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
- ✓ Snižet 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 06.09.2023 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

ZAVOLEJTE: **555 441 912**

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

DŮLEŽITÉ: Limit je 1 balení na domácnost

PLAY

Mr. Le Déan

Starého pana Le Déana, který měl poštovní schránku vedle mé, porazilo auto. Pár měsíců strávil v nemocnici. Někdy tou dobou mi přestal chodit domů předplacený měsíčník Le Monde diplomatique; zavolal jsem tam a vymáhal nedodaná čísla. Přislíbili je zaslat znovu, nepřišlo mi ale nic.

Nedlouho po svém návratu z nemocnice u mě zavzvonil pan Le Déan a podával mi tři výtisky mého měsíčníku (jedno číslo bylo dvakrát), jež našel ve své poštovní schránce. Doručovatel házel můj časopis do schránky souseda, který byl k mé směle křestním jménem Maurice.

„ Za čtyřicet let pobytu nevyhodil pan Le Déan nic z toho, co mu přišlo pod ruku.

Později mi přišla sousedka říct, že je na tom pan Le Déan zle; nezašel bych mu do lékárny pro léky? „Proč ne?“ řekl jsem a vystoupil o patro výš. Krom značně sešlého zevnějšku pana Le Déana jsem si v jeho bytě povšiml chodby zavalené haraburdím a obývací s úzkými uličkami mezi haldami krámů, pod nimiž

nebyl vidět nábytek. Za čtyřicet let pobytu ve čtyřpokojovém bytě nevyhodil pan Le Déan nic z toho, co mu přišlo pod ruku. Před týdnem pan Le Déan zemřel. Tři dny snášeli silní muži z jeho bytu černé pytle do obřího kontejneru stojícího před domem. Když kontejner odtahovali, byl naplněn až po okraj. Ještě ale není prý hotovo: zbývá vyklidit jeho sklep. Přemítám o kontejneru plném velkých černých pytlů, v němž se proměníla jedna lidská existence, a rozhodují se vyházet ze svého bytu vše nepotřebné... Včetně archivu Le Monde diplomatique.

www.martindanes.com



MARTIN DANEŠ
BŘEŤANSKÝ SVĚTEC

@mojemetro



Mezi nejnovější stanice pražského metra patří některé na trase A, ačkoliv od jejich uvedení do provozu uběhlo letos v dubnu už osm let. Nemocnice Motol ovšem má něco do sebe, i proto si ji zřejmě pro vyfocení analogovým fotoaparátem Cinema film 500T vybral @analog_trains. #metrotag #mojemetro

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfote 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!

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: VLČI

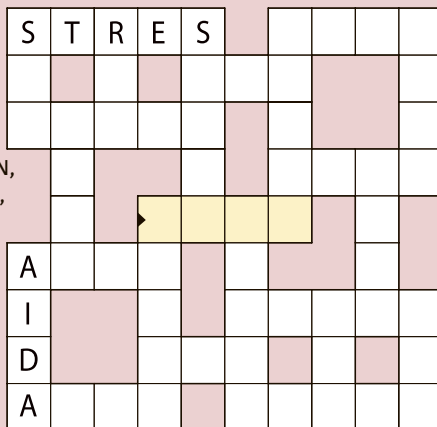
LUŠTĚNKA

Doplňte do obrazce všechna slova.

- 3 – OSA, REK, ROK, SUD, SÝR, TRH

- 4 – ANDY, ANTA, AŠAN, ENTL, KBEL, KOPS, STYL

- 5 – ČĚČKO, ČÍSLO, KHAKI, ONDRA, RAKEV, STVOL, VYDRA



F POHODĚ

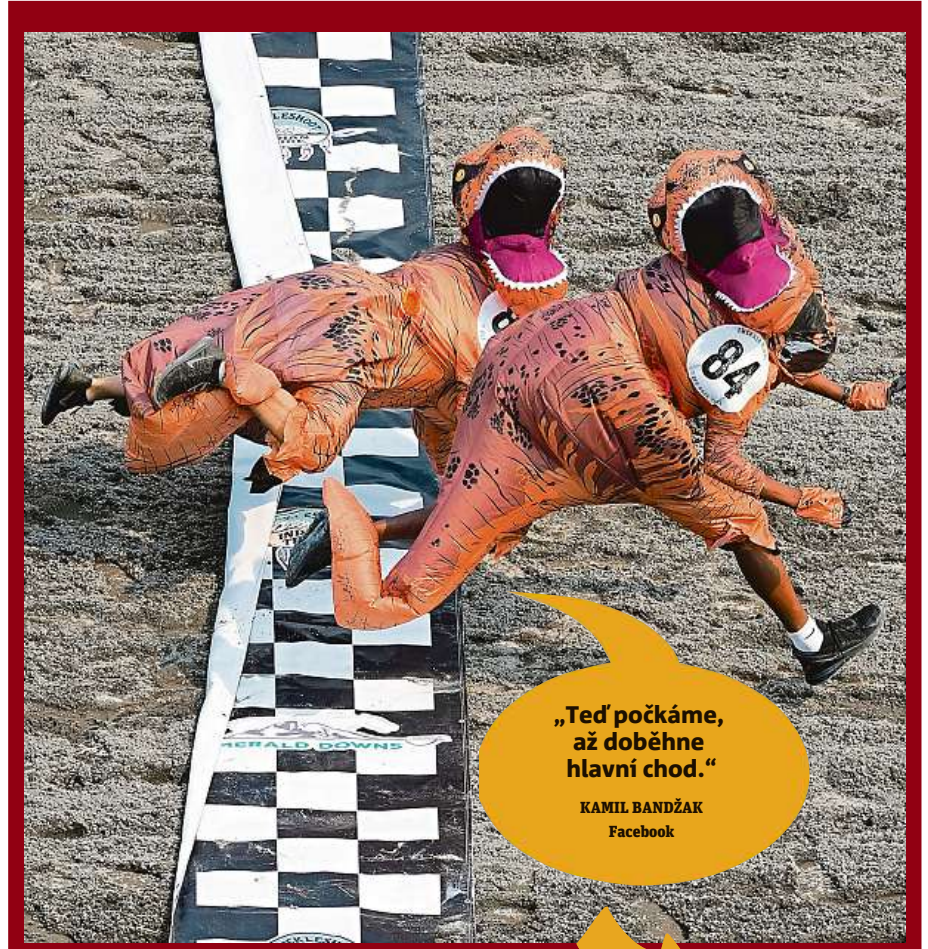
Milý deničku



SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
28/32 °C	29/33 °C	29/33 °C	28/32 °C

Teplotní rekordy: ↓ 7,5 °C (1957) ↑ 35,3 °C (1853) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Partie krásného dragouna
Krimikomedie (ČR, 1970). Slavná mordparta řeší případ vraždy bohaté živnostnice z Libně. Hrají: J. Marvan, J. Abraham, V. Menšík, J. Vinklář

21.40 Malý pitaval z velkého města (13/15)
Kasár. Krimiseriál (ČR, 1986)

22.44 Výsledky losování šťastných 10

22.45 Princip slasti (8/10)
Krimiseriál (ČR/Pol./Ukr., 2019)

23.45 Hříšná duše III (8/8)
Krimiseriál (USA, 2020)

ČT2



20.00 Hrbáč
Dobrodružný film (Fr./It., 1959). Kdo se skrývá pod maskou záhadného starce? Hrají: J. Marais, Bourvil, S. Sesselmannová. Režie A. Hunebelle

21.50 Módní návrhářka
Komédie (USA, 1957). Léto plné milostné vášně. Hrají: G. Peck, L. Bacallová, D. Grayová, S. Levene. Režie V. Minnelli

23.45 Salvador: Válka gangů

00.45 Křišťálový fantom

01.40 Krycí jméno Holec
Drama (ČR/Rak., 2016)

NOVA



20.20 Výměna manželek XII
Jak si mladička Káťa poradí v nestandardní rodině, kde v podstatě žije žena se dvěma muži? Dokáže se pohodlná Vevdy přizpůsobit životnímu stylu mladé rodiny?

21.35 Malé lásky
Tři osudy, tři ženy, tři porodů. A emotivní chvíle, které sledujeme zblízka přímo na porodních sálech

22.40 Námořní vyšetřovací služba XX (12)
Krimiseriál (USA, 2022-2023)

23.40 Mentalista VI (20, 21)

PRIMA



20.15 Vinaři (15)
Derby. Komedialní seriál (ČR, 2014). V bzeneckém sklipku se chystá losování dalšího ročníku regionálních hasičských her. Dobude Mušov křetickou pevnost? Hrají: V. Postránecký, J. Smutná, T. Kostková

21.35 Vinaři (16)
Hody. Komedialní seriál (ČR, 2014). Tradiční křetické hody dostanou letos těžkou ránu

22.45 Show Jana Krause
Žabavní hosté, témata bez cenzury

23.55 Ano, šéfe!

ÓČKO



16.00 Óčko hity
Klipy nonstop

20.00 O Black List
Hip hop a r'n'b

21.00 Óčko hity
Klipy nonstop

22.00 Naked Attraction Italy
Nové premiérové díly italské verze nahé seznamky

22.30 Single Man (7/8)
Sitcom (ČR, 2017)

22.45 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Oporou bude Davidová

Čeští biatlonisté se musí obejít na mistrovství světa na kolečkových lyžích bez zdravotně indisponovaného Michala Krčmáře. Dvaatřicetiletý reprezentant se dál zotavuje z virové infekce a chybí v nominaci pro letní šampionát, který se uskuteční od zítřka do neděle ve slovenském Osrblie. Hlavní oporou bude Markéta Davidová (vpravo), která bude obhajovat stříbro ze sprintu a bronz ze závodu s hromadným startem. Do šampionátu v Osrblie zasáhne 24 českých reprezentantů. **ČTK**



ČÍSLA DNE

15

O medaile i o místa na OH se bude do neděle bojovat na MS v rychlostní kanoistice v Duisburgu. O pařížské kvóty bude usilovat patnáct ze 24 členů české výpravy.

1

Puškař Petr Nymburský ovládl na MS v Baku neolympijskou disciplínu libovolná malorážka vleže a je v čele světového žebříčku. **ČTK**

INZERCE

SOUTĚŽ DENÍKU

metro
MOJE MĚSTO, MOJE METRO

**VYHRAJTE
TRIČKO A PEXESO S NOVÝM
ANIMÁKEM LETÍME 2**

S ČESKÝM DABINGEM

LETÍME 2
POBRODŽUVÁNÍ V OBLÁČNĚ
V KINECH OD 24. SRPNA

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA
JAK SE JMENUJE VRABČÁK?

A) Miša
B) Říša
C) Filip

ODPOVĚDI zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru Jméno, příjmení, adresa, telefon, správná odpověď (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Letíme 2. 3 výherci získají tričko a pexeso k novému animáku Letíme 2. Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

Patáková penalta zamíří až k policii

Na co se sázelo? Český fotbal řeší další skandál.

Fotbalová asociace ČR (FAČR) dostala od kurzové společnosti Fortuna informaci o podezřelých sázkách na nedělní třetiligový zápas ČFL mezi Admirou Praha a béčkem Českých Budějovic, při němž v nezvykle dlouhém nastavení prvního poločasu nařídil rozhodčí Michal Paták pro domácí tým kontroverzní penalty za údajný faul. FAČR chystá trestní oznámení na neznámého pachatele, její šéf Petr Fousek podá podnět k etické komisi a případně se také bude zabývat na nejbližším zasedání výkonný výbor.

Ze záznamu na sociálních sítích je patrné, že českobudějovický Jakub Pařízek ve váp-

ně patrně čistě obral o míč domácího záložníka Filipa Kouckého. K překvapení všech aktérů následně Paták, který byl už léte 2016 vyřazen z listiny pro profesionální soutěže a včera i z listiny pro všechny ostatní soutěže, odpískal pokutový kop, z nějž v nezvykle dlouhém nastavení Miroslav Horák zvýšil na 2:0. B-tým Dynama v Praze nakonec prohrál 1:2.

Fortuna, která je hlavním partnerem soutěže, informovala FAČR o nezvyklém množství podezřelých sázek na utkání. Společnost bude informovat ministerstvo financí a chystá trestní oznámení.

O jaký druh tipů šlo, asociace neuvědomla. Na opačné straně v úvodním dějství sudí zastavili pro údajný ofsajd dva úniky Dynama, byť podle záznamu se nejspíš o porušení pravidel nejednalo. **ČTK**

KRÁTCE

Velký obrat

České volejbalistky na mistrovství Evropy podruhé vyhrály, v Düsseldorfu po obratu z 0:2 na sety a po odvrácení dvou mečbolů zdolaly domácí Německo 3:2. Zítřka zakončí základní část duelem proti Švédsku. V neúplné tabulce skupiny C jsou Češky čtvrté, tedy na poslední postupové pozici. **SIM**

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Administrativní pracovníci/ka recepce a kartotéky, SŠ, PC, AJ výhodou, zdravotní způsobilost, bezúhonnost, komunikativnost, schopnost týmové práce, spolehlivost, vstřícnost, příjemné vystupování, ochota, empatie. Tel: 735 172 780, E-mail: losterova@revma.cz



Revmatologický ústav

Více na www.jobdnes.cz/detail/LPVYJZ

Konzultant/ka Pasivní Linky - Praha, Popovídáš si s klienty, kteří se nám ozvali (žádné volání studených kontaktů) Mluvíš jen o autech. To je dobré, ne? Vše tě naučíme. Jedinou orientaci v autech i vedení obchodního hovoru. E-mail: anna.bruckova@aaaauto.cz



AURES Holdings a.s.

Více na www.jobdnes.cz/detail/X7FYR4

Ref. odb. dopravy odd. přestupkového řízení MČ P3 Městská část Praha 3 přijme referenty/ky odboru dopravy odd. přestupkového řízení, platová třída 10, nástup dohodu, více na www.praha3.cz, tel.: 222 116 236 pí Jelinková.



Městská část Praha 3

Více na www.jobdnes.cz/detail/8AKU29

Studijní sestru/koordinátorku klinického hodnocení odborná způsobilost dle zák. 96/2004 Sb., zák. o způsobilosti k výkonu lékařských zdravotnických povolání a činnosti souvisejících se zdravotní péčí, SŠ či VŠO/VŠ. Email: personalni@revma.cz, tel: 234075204



Revmatologický ústav

Více na www.jobdnes.cz/detail/CMW40L

Technik zákaznického servisu - Praha, SŠ vzdělání technického zaměření / praxe v automobilové oblasti, komunikativní typ, příjemné vystupování, schopnost argumentovat a zvládat námítky, práce na PC, spolehlivost a samostatnost. E-mail: anna.bruckova@aaaauto.cz



AURES Holdings a.s.

Více na www.jobdnes.cz/detail/PKL1VQ

Posuzovatel/ka farmaceutické dokumentace, AJ, PC, VŠ Mgr. přírodní vědy a nauky (chemický/biologický obor), technické vědy (chemický/biotechnologický obor), farmacie, pečlivost, schopnost samostatné práce. E-mail: andrea.golova@sukl.cz



Státní ústav pro kontrolu léčiv

Více na www.jobdnes.cz/detail/Q4ZUR