

metro

Česko se proměnilo ve fanzónu. Podívejte se, jak hokejový národ sledoval klání svých hrdinů.

STRANA 2



INZERCE



Nedělní tečka za hokejovou horečkou

Statisíce lidí po Česku včera sledovaly **vyvrcholení hokejového šampionátu**. Ačkoliv výsledek souboje českého týmu se Švýcarskem o zlato byl známý až po uzávěrce, jedno je jisté od soboty: **Letošní mistrovství světa bylo nejnavštěvovanější v historii.** STRANA 3

Michal Prokop nejen o hudbě

Legenda českého bigbeatu Michal Prokop natáčí své desáté album. „Aspoň kousek z nové desky chceme zahrát už v létě na festivalech,“ říká pro Metro muzikant, ale také zkušený průvodce televizní talkshow. „Moderování už je pro mě uzavřená kapitola,“ tvrdí. STRANA 7

Downey baví i překvapuje

Špionážní minisérie Sympatizant přináší divákům na obrazovkách platformy Max, dřívějšího HBO Max, v posledních týdnech veskrze netradiční pohled na válku ve Vietnamu. Objevuje se v ní i pokaždé jinak namaskovaný herec Robert Downey Jr. STRANA 8

Tofu je zdravé a může chutnat

Když se řekne tofu, málokdo si v duchu řekne „mňam“. Spíš si představíme náhražku masa bez chuti. Jenže ve skutečnosti jde spíš o mýty, které už nemají s realitou nic společného, ačkoliv se k veganství hlásí stále více lidí a také známých osobností. STRANA 9

„Únava je pryč, chceme hrát“

Nové album skupiny Moimir Papulescu & The Nihilists s názvem Mystery Women in the Acid Pools vyšlo po osmnácti letech od předchozí nahrávky. Je to začátek nové éry kapely, nebo završení obnovení činnosti? I na to odpovídá v rozhovoru pro Metro. STRANA 10

NEWS



Fandilo se v pražských Riegrových sadech (vlevo nahoře) i v Českých Budějovicích (vpravo dole).

Hokejová horečka

Vyprodané stadiony i některé fanzóny, plná náměstí napříč republikou. A sehnat místo v hospodě s televizí? Skoro zázrak. Celé Česko opět žilo hokejem. Fandilo se za každého počasí. Některé obchodní řetězce včera zavřely už v 19 hodin, aby i zaměstnanci stihli finálový zápas. **MET**

INZERCE

VELETRH VĚDY
PVA EXPO Praha
30. 5. – 1. 6.

Největší vědecká událost v ČR!

Akademie věd České republiky

vstup zdarma

www.veletrhvedy.cz

PRŮJEM UŽ VÁS NEVYDĚŠÍ

Tasectan® 250 mg KIDS
10 sáčků / srovněk

Tasectan® 500 mg
Tobolky / Kapsuly
15 Tobolek / Kapsul

Zdravotnické prostředky

- Rychle* vyřeší akutní průjem
- Šetrně obnoví funkci střev

BAUSCH® Health

TAS-CZ2403-0623
Čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání. Tasectan je zdravotnický prostředek určený k obnově fyziologické funkce střevní stěny. Číslo notifikované osoby: 0373. *Podle výsledků klinických studií účinkuje tanát želatiny již do 12 hodin.

Překonali jsme rekord

Už po semifinálovém zápase Česka se Švédskem bylo jasno. Hokejové mistrovství světa v Praze a Ostravě vylepšilo rekord v návštěvnosti. Turnaj překonal maximum z roku 2015, kdy se hrálo také v Česku. Tehdy sledovalo v halách 64 zápasů 741 690 lidí a v průměru jich chodilo 11 589 na utkání. Letošní průměr je přes 12 300 diváků na zápas. Celkem na stadiony letos zavítalo přes 800 tisíc fanoušků.



Fanoušci před halou MAFRA

Co se týká celkové návštěvnosti hokejového mistrovství, tabulkám vedou šampio-

náty, které se konaly v Evropě. Pomyslný bronz má turnaj z roku 2017, který se hrál současně v Německu a ve Francii (686 391 diváků). Na čtvrtém místě je deset let „starý“ šampionát z Běloruska (640 044 diváků). Páté je opět Česko. V roce 2004 v halách vidělo zápasy 552 097 diváků. V top 10 je jediný mimoevropský turnaj. Na devátém místě je v žebříčku návštěvnosti Kanada. ČTK

KRÁTCE

Lepší než NHL

Před 52 lety s československou reprezentací ukončil třiaadvacetileté čekání na zlato, nyní žije v Kalifornii. Bývalý legendární hokejista Václav Nedomanský už v průběhu šampionátu ocenil atmosféru. „Těším se na hokej, viděl jsem v televizi několik zápasů, v Americe se to vysílá. Atmosféra je ohromná,

český národ je neuvěřitelný. Atmosféra je lepší než v NHL na většině právě probíhajících play-off zápasů,“ uvedl při příjezdu do Česka někdejší vynikající útočník. Toho také vůbec nemrzí, že na tom současném mistrovství kvůli válce na Ukrajině chybí Rusko. Nedomanský si myslí, že by ruští hráči dočasně neměli působit ani v zámoří. ČTK

INZERCE

JARNÍ NABÍDKA SE SKVĚLÝM ZVUKEM



Redmi 13C 5G
128 GB
1,-
TARIF 10 GB PLUS SVÝHODOU



Redmi Note 13 5G
256 GB
2 999,-
TARIF NEOMEZENÉ XL SVÝHODOU



Sluchátka od T-Mobile
1,-
Powered by Baseus



Sluchátka od T-Mobile
1,-
Powered by Baseus

V eShopu výhodněji

Nabídka telefonu Xiaomi Redmi 13C platí do 31. 5. 2024 při uzavření Účastnické smlouvy na tarif 10 GB Plus s výhodou v eShopu nebo aplikaci Můj T-Mobile na 2 roky a jejím dodržení. Základní cena telefonu Xiaomi Redmi 13C je 4 799,- Kč, základní cena sluchátek je 1 499,- Kč. Více na www.t-mobile.cz/telefony

Nabídka telefonu Xiaomi Redmi Note 13 platí do 31. 5. 2024 při uzavření Účastnické smlouvy na tarif Neomezené XL s výhodou na 2 roky a jejím dodržení. Základní cena telefonu Xiaomi Redmi Note 13 je 5 999,- Kč, základní cena sluchátek je 1 499,- Kč. Více na www.t-mobile.cz/telefony

Svět žasne, bavil také Jágr

Zahraniční média hanila rozhodčí a chválila NHL.

Švédská média měla jasno, Čechům do finále pomohli rozhodčí. Aftonbladet, jeden z největších a nejznámějších švédských deníků, napsal, že sudí udělali velkou chybu, když za zákrok loktem na Isa-

ca Lundeströma nevyloučili Jana Ruttu do konce utkání. Nutno dodat, že českého obránce dodatečně potrestala disciplinární komise šampionátu. Rutta nemohl nastoupit ve finále. Kromě kritiky rozhodčích ale švédská média oceňovala i atmosféru českého šampionátu a zejména pak fanoušky v halách.

Podobné ohlasy na turnaj přinesla i zámořská média,

kteřá také vyzdvihla atmosféru. Znamý americký sportovní web ESPN také připomněl, že na úspěchu Čechů mají nemalý podíl hlavně hráči NHL. „Útočník Boston Bruins Pavel Zacha vstřelil rozhodující gól v přesilové hře v druhé třetině a brankář Anaheim Ducks Lukáš Dostál zastavil 36 střel soupeřů,“ komentoval web ESPN čtvrtinářskou výhru Čechů nad USA.

Mimochodem, reklamu českému šampionátu dělá také legendární Jaromír Jágr. Jeho Instagram s mezinárodním zásahem se během šampionátu plnil pravidelným obsahem. Jágr dokumentoval, co se děje v jeho luxusním boxu i tribunách. Nejproduktivnější Evropan v dějinách NHL byl navíc včera uveden do Sině slávy Mezinárodní hokejové federace. Stejně pocty

se vedle nejvýraznější postavy české hokejové historie dostalo i Jaroslavu Pouzarovi nebo Igoru Libovi, kteří sbírali úspěchy v éře československé reprezentace. „Je to obrovská pocta být zařazený mezi skupinu hokejových legend,“ řekl Jágr, který se zároveň stal prvním hráčem, jenž byl do vybrané společnosti uveden i přesto, že stále neukončil kariéru. MAH a ČTK

„Vyřešme Holešovice zodpovědně“

Pražský magistrát vytvoří skupinu, která se bude zabývat situací kolem rozvoje stanice metra Nádraží Holešovice a jejího okolí.

Na popud Tomáše Portlíka z ODS bylo ve čtvrtek schváleno, že magistrát vytvoří pracovní skupinu, která se bude zabývat situací kolem rozvoje stanice metra Nádraží Holešovice a jejího okolí. Budou v ní zástupci všech politických stran, které jsou v zastupitelstvu. Portlík uvedl, že úkolem politiků je zabránit, aby v případě Nových Holešovic vznikly městu škody.

Kolem společné firmy pražského dopravního podniku (DPP) se soukromými partnery k rozvoji stanice vznikl spor v koalici. Piráti v čele s primátorem náměstkem Zdeňkem Hříbem z firmy chtějí vystoupit, o čemž však nepřesvědčili koaliční partne-

ry ze Spolu (ODS, TOP 09, KDU-ČSL) a STAN. Hříbův postup na čtvrtečním jednání kritizovaly opoziční Praha Sobě a ANO.

Společný podnik založil DPP v roce 2021 s firmou Karlín Group, později se do něj zapojila i CPI Property Group, která rovněž v oblasti vlastní pozemky.

Dozorčí rada DPP letos v lednu schválila prodej městských pozemků společnému podniku za nejméně 173 milionů korun. Pro prodej hlasoval i předseda dozorčí rady Hříb. Následně však změnil názor a nyní na radě města, která musí prodej pozemků v pozici valné hromady DPP finálně schválit, dvakrát zkusil prosadit vystoupení.

Neuspěl, radní však stále neschválili ani prodej pozemků a partnerské firmy kvůli nečinnosti města podaly na DPP žalobu.

Zabránit škodám

Po čtvrtečním diskuzi zastupitelstvo na návrh předsedy klubu Spolu Tomáše Portlíka (ODS) schválilo založení sku-

piny, která se bude zabývat dalším postupem města ohledně Nádraží Holešovice a jejího okolí včetně těch pozemků, kterých se společný podnik netýkal a které vlastní například České dráhy (ČD) nebo Správa železnic (SŽ). „Přestaňme si hrát na soudce, žalobce, policii. Naším úkolem je zabránit, aby v případě Nových Holešovic vznikly městu škody,“ uvedl Portlík.

Podpořil to i primátor Bohuslav Svoboda (ODS), který uvedl, že podle něj má město se soukromými partnery podniku dále jednat a zásadní je věc nějak řešit. „Nemůžeme to nechat ze stromu spadnout jako shnilou švestku,“ řekl.

Další analýza

Šéf DPP Petr Witowski pak ČTK a Právu řekl, že představenstvo podniku si aktuálně nechává k právnímu posouzení situace připravit další analýzu, která by měla být hotová v červnu.

Hříb jako důvod své změny názoru ohledně společného



Tomáš Portlík

ARCHIV T. P.

podniku uvedl podezření na propojení některých lidí kolem tohoto podniku s kauzou Dozimetr, o kterém napsal server Lidovky.cz.

Ve čtvrtek to mnohokrát zopakoval v diskusi, jedná se podle něj o důvodná podezření. Řekl také, že magistrátem zadaný audit zpochybnil postup přípravy podniku. Zásadní je podle něj také jednat nejen o pozemcích v majetku soukromých firem, ale také o těch, které v oblasti vlastní SŽ a ČD.

Zástupci opozice zpochybnili Hříbovo odůvodnění s tím, že jedná na základě uniklých informací z vyšetřování, které nelze ověřit a není na nich možné stavět tak zásadní rozhodnutí.

Přišla kritika

Hříbův postup kritizoval například předseda opoziční Prahy Sobě Adam Scheinherr, který v minulém volebním období jako náměstek pro dopravu společný podnik připravoval. „Pokud valná hromada není schopna rozhodnout, tak ať předá právo rozhodovat dozorčí radě nebo představenstvu DPP, ať si oni vezmou zodpovědnost, nebo ať předloží jasný návrh dalšího postupu,“ řekl.

Dodal, že Hříbova náhlá změna názoru je podle něj důsledek pirátského vnitrostraničského boje. Náměstka kritizovali i zástupci ANO. „Město má od roku 2021 uzavřenou smlouvu, kterou neplní,“ řekl šéf kontrolního výboru zastupitelstva Ondřej Prokop (ANO).

Jednání se zúčastnil i místopředseda ANO a poslanec Robert Králíček, který řekl, že se kvůli výrokům Hříba na svou adresu ohledně údajného napojení na podnikatele Pavla Dovhomilju, obviněného v Dozimetru, obrátí na soud.

iDNES.cz

KRÁTCE

Obrazárna

Po dvou letech se na zámku v Litomyšli opět otevře městská obrazárna. Její činnost přerušily opravy této památky zapsané na seznam UNESCO. Nová expozice představí od 9. června vybraná díla české moderny a avantgardy ze sbírek Městské galerie a velkoformátovou malbu nazvanou Ecce homo, jejímž autorem je Daniel Pešta.

Až v červenci

Se zpožděním začne sezona na koupališti v Novém Boru na Českolipsku. Do přírodní nádrže se při přívalovém dešti na začátku května dostala voda z kanalizace, a tak ji museli vypustit a vyčistit. Další vzorky vody budou hygienici odebrat na konci května, napuštění nádrže ale nějakou dobu potrvá. Koupání tak bude možné zřejmě až v polovině července. ČTK

Animefest

Fanoušci komiksů, filmů i počítačových her si o víkendu na brněném výstavišti užili akce Animefest, část z nich dorazila v kostýmech. K vidění byly propracované plyšové zvířecí hlavy, tlapy i ohony, špičaté elfí uši, rohy, pestrobarevné oděvy, sukně, kimona, pláště či paruky. „Návštěvníků navíc přibývalo, přišlo jich asi 37 tisíc,“ řekl ředitel festivalu Adam Rambousek. ČTK



INZERCE



Máme pro vás recept na nízké doplatky

S každým receptem přijďte rovnou k nám. Naši lékárníci vám nabídnou výhodnou alternativu předepsaného léku.*



*V závislosti na individuálním posouzení lékárníka, aktuálních skladových zásobách a dalších okolnostech.

VŽDY NABLÍŽKU



4 kroky KE SPOKOJENÉMU ŽIVOTU

CHRAŇTE SVŮJ ZRAK silou borůvek

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

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

Rychlá úleva pro suché, podrážděné a velmi citlivé oči.

Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



Rychlá úleva při zažívacích potížích!



Trápí vás nadýmání, plynatost, pálení žáhy, pocit plnosti nebo těžký žaludek? Pak právě pro vás je v lékárnách k dostání novinka, která zklidní váš zažívací trakt a podporí trávení.

Vsadte na doplněk stravy **GastroMed®**, který obsahuje unikátní GastroActive komplex pro správnou činnost zažívacího systému. Díky kombinaci 8 tradičních bylin, mimo jiné kmínu, máty pepřné a anýzu, tak podpoří vaše trávení, zklidní pohyby střev a zažívání bez těžkého žaludku. Přípravek je navíc vhodný pro diabetiky a také těhotné a kojící ženy.



Svírá vás KARPÁL v kleštích?

Bolest, zánět, ztuhlost, ztráta citlivosti a celkové oslabení ruky? Syndrom karpálního tunelu může přerůst ve špatně snášené bolestivé trnutí, postižení úchopu a necitlivost dlaně vyžadující operační zákrok s dlouhou rekonvalescencí.

Postižení nervů v oblasti zápěstí je jednou z nejčastějších obtíží horních končetin. Syndrom karpálních tunelů se obvykle objevuje na dominantní ruce manuálně pracujících osob nebo jedinců vykonávajících monotónní pohyb – například práci na počítači. **KARPALex CBD®** je zdravotnický prostředek, který zmírňuje příznaky syndromu karpálního tunelu, jako jsou bolest, zánět a ztuhlost, regeneruje nervy, zlepšuje citlivost a pohyblivost rukou. Jedinečné složení na bázi CBD (kanabidiol) a rostlinných extraktů a unikátní chladivý roll-on aplikátor zajišťují rychlý a intenzivní účinek.

Více informací v lékárnách
a na www.KARPALex.cz.

Chladivá masážní kulička
pro příjemnější a účinnější
aplikaci.



Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.

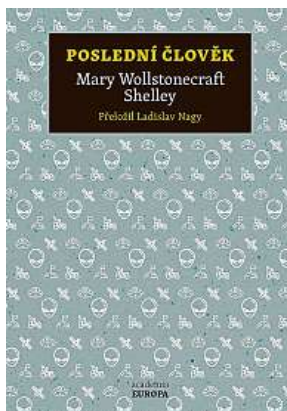
Konopí a kofein zastaví vypadávání vašich vlasů

Chomáče vlasů na kartáči po každém česání jasně značí problém s jejich zvýšeným vypadáváním. Příčiny špatné kvality vlasů bývají různé. Od stresu přes genetické předpoklady až po nezdravý životní styl.

Řešení nabízí **Capillus šampon s kofeinem**, který byl vyvinut speciálně pro šetrné mytí vlasů a účinné ošetřování pokožky hlavy při problémech s nadměrným padáním vlasů. Šampon obsahuje vysoký podíl kofeinu stimulující vlasové kořínky a konopný olej vyživující vlasovou pokožku. Dále také kopřivu pro dokonalý lesk vlasů. Při dlouhodobém používání dochází k omezení nadměrného vypadávání vlasů, zlepšuje se jejich vzhled i celková kondice. Capillus šampony z řady Cannaderm jsou k dostání v lékárnách a zdravých výživách.



Novinky k přečtení



Mary Wollstonecraft Shelley: Poslední člověk

Apokalyptický román se odehrává koncem 21. století, kdy je země zasažena neznámou pandemií, jež se rychle rozšíří po celém světě a téměř vyhubí lidstvo. Vedle tématu apokalypsy se román věnuje politickým otázkám, zejména pak rozpuštění monarchie a nastolení republiky v Anglii. Z angličtiny přeložil Ladislav Nagy. Academia, 650 Kč



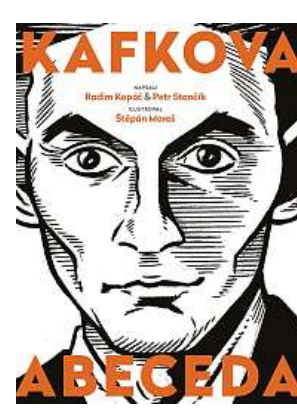
Pavlína Mähringová, Veronika Břicháčková: Velká prázdninová bichle

Kniha obsahuje na více než 400 stránkách 190 perfektních receptů na celé léto. Recepty na sladké i slané snídaně, jednoduché obědy, grilování pro masožravce i vegetariány nebo paletu zeleninových a ovocných salátů či tipy na svačiny na výlety. Sestavit ji pomáhala nutriční terapeutka Dana Hrnčířová. viceznkucharka.cz, 699 Kč



Monika Klemšová: Na paddleboardu za snem

Fascinující příběh bývalé úřednice Moniky Klemšové, která se rozhodla uskutečnit své sny a na paddleboardu zdolala tisíce kilometrů po vodách Evropy a Severní Ameriky. Její příběh je důkazem toho, že sny lze uskutečnit v jakémkoli věku, a že i po padesátce je možné překonat hranice a objevovat nové obzory. Grada, 399 Kč



Radim Kopáč, Petr Stančík: Kafkova abeceda

Literární kritik a publicista Radim Kopáč a prozaik a básník Petr Stančík vzdávají hold pražskému německy píšícímu židovskému spisovateli Franzi Kafkovi. Tato kniha je neotřelým příspěvkem k letošnímu připomenutí stého výročí Kafkovy smrti. Ilustracemi je doprovodil Štěpán Mareš, i díky tomu nelze knihu přehlédnout. Malvern, 298 Kč

INZERCE

SOUTĚŽ DENÍKU

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

VYHRAJTE

2 VSTUPENKY NA KONCERT VOJTĚCH DYK & D.Y.K. PRAGUE OPEN AIR LEDÁRNY BRANÍK DNE 19. 6. 2024

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Kdo je autorem Branických ledáren?

A) architekt Josef Kovařovič

B) architekt Karel Kovařovič

ODPOVĚDI zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, PŘÍJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĚ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Dyk. **1 výherce získá 2 vstupenky na koncert Vojtěch Dyk & D.Y.K.** Výherce bude kontaktován e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

Proveďte tento jednoduchý TEST NA VBOČENÉ PALCE

Máte některý z těchto 7 příznaků? ▼

Pokud máte více než 3 příznaky a máte obavy z chirurgického odstranění vbočených palců, určité čtete dál!

Nemusíte se v tom vyznat. **Ortoelastické separátory na vbočený palec** je metoda vyvinutá fyzioterapeuty zejména pro ženy, které se bojí bolestivé operace a nechtějí žít s bolestmi a deformovanými chodidly.

Umožňují **bez skalpelu nebo použití zařezávacích se ortéz** upravit tvar chodidel a zbavit se vyhrzlého kloubu. Měkké a flexibilní separátory vyrobené ze speciálního, termoplastického, prodyšného materiálu. Vlivem tepla se přizpůsobují tvaru chodidel a **vynucují korekci křivého palce**.

Noste je minimálně 6 hodin denně. Jednoduchá domácí metoda navrací cho-

1 Bolest v kloubu palce nohy?

2 Mozol pod velkým prstem?

3 Oteklý, zvětšený nebo červený kloub?

4 Zakřivení palce u nohy, které tlačí na ostatní?

5 Máte pocit ztuhlosti/znečitlivění prstů a chodidel?

6 Rychlá únava chodidel?

7 Bolest nohou a zad?

dílům správný tvar – rychle, bez oděrek, puchýřů, ran nebo čekání na zhojení po operaci, i když vás vbočené palce trápi delší dobu.

- Super pohodlné - můžete je nosit v botách/pantoflích
- Můžete v nich spát

Vyzkousejte zdarma Ortoelastické separátory pro vbočené palce a získáte zpět krásná chodidla.



Prvních 20 lidí, kteří volali 30.05.2024, získá 100% slevu! Ortoelastické separátory na vbočené palce pak dostanete úplně zdarma! Rozhoduje pořadí přihlášek.

Zavolejte: 555 441 688

Pondělí-pátek 8:00-20:00, sobota-neděle 09:00-18:00 (Běžný místní hovor)

František si užil Jízdu králů

Po roce se včera Vlčovem na Uherškohradištsku znovu jela Jízda králů. V jejím čele se v sedle koně vydal do ulic devítiletý král František Janča. Na cestě vesnicí ho provázela družina mladíků, pro které byl dnešek okamžikem, kdy podle tradice přestali být chlapci a stali se z nich muži. Jízda králů patří k nejznámějším folklorním zvykům v zemi. Král, jímž se chlapec může stát pouze jednou za život, byl podle zvyklostí oblečen do dívčího kroje, v ústech měl na důkaz mlčenlivosti růži. Slavnostní ošacení si vyzkoušel už při takzvaném předávání vlády. „Nebylo to zas tak hrozné v tom ženském kroji. Jenom to trochu dusilo,“ prohlásil Janča. Koně, na kterém král objížděku absolvoval, se nebál. Myslí si, že trénování jízdy v sedle mu šlo. „Těšil jsem se hodně,“ řekl před zahájením Jízdy králů Janča. Žák třetí třídy základní školy chodí do kroužku plavání, rád také hraje na foukačí harmoniku. Nervozita v královské rodině byla podle královny matky Barbory Jančové před slavnostním dnem menší než v roce 2022. Tehdy byl králem Františkův starší bratr Zdeněk. „Člověk už ví, kam si má stoupnout. Užíváme si to,“ líčila Jančová. **ČTK**



Zlatou palmu získalo v Cannes drama Anora

Zlatou palmu, hlavní cenu na filmovém festivalu v Cannes, obdržel americký režisér Sean Baker za komediální drama o mladé sexuální pracovníci Anora. Zvláštní cenu poroty si ze 77. ročníku přehlídky odnesl íránský režisér Mohammad Rasúlof, který nedávno uprchl ze své vlasti, kde byl odsouzen k několikaletému trestu vězení. „Tento film je velkolepý, plný lidskosti... Zlomil nám srdce,“ zhodnotila podle agentury AFP vítězný film předsedkyně poroty Greta Gerwigová. Anora se prosadila v konkurenci dalších 21 snímků. Velkou cenu poroty, která je druhým nejdůležitějším oceněním na tradičním festivalu, si odneslo indické drama All We Imagine as Light (Vše, co si představujeme jako světlo), které podle agentury AP značná část pozorovatelů považovala za největšího favorita na hlavní cenu. Americko-mexický film Emilia Pérez francouzského režiséra Jacquese Audiarda získal Cenu poroty. **ČTK**

INZERCE



VŠECHNY LETÁKY POD PALCEM





PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD



www.mojeportmonka.cz

POJĎ S NÁMI DĚLAT PLZEŇ BEZPEČNĚJŠÍ

100 000 Kč

náborový příspěvek

pravidelný měsíční příjem
po absolvování nástupního kurzu od

35 000 Kč



nabor.mpplzen.cz








POP CORN

Downey baví i překvapuje



Seriál Sympatizant adaptuje stejnojmennou knihu od Viet Thanh Nguyena.

Špionážní minisérie Sympatizant přináší divákům na obrazovkách platformy max, dřívějšího HBO Max,

v posledních týdnech veskrze netradiční pohled na válku ve Vietnamu. Činila tak více než originálně, tedy prostřednictvím mnohdy chaotického a v čase poskakujícího vyprávění napůl francouzského a napůl vietnamského komunistického špiona, kterému se v posledních dnech války podařilo uniknout do exilu v USA. A to jen proto, aby zde započal další neméně zajímavou kapitolu svého života.

Seriál Sympatizant (The Sympathizer) adaptuje stejnojmennou knihu od



Robert Downey Jr.

Viet Thanh Nguyena, který za toto dílo v roce 2016 vyhrál Pulitzerovu cenu za nejlepší dílo v kategorii fikce. Kniha v sobě, podobně jako seriálová adaptace, míchá několik žánrů. Od toho špionážního přes temnou komedii až po pohled na život imigrantů v cizím státě. V hlavní roli dvojitého (možná spíše trojitého) agenta, známého pouze jako Kapitán, se představuje Hoa Xuande (možná ho znáte ze seriálu Kovboj Bebo) a jeho americkou spojku s mnoha tvářemi hraje po každé jinak namaskovaný herec Robert Downey Jr.

Právě on je svým karikaturním ztvárněním celkem čtyř různých postav v seriálu jakousi třetíčkou na dortu. Naštěstí není jediným lákadlem a nemusí táhnout káru příběhu sám.

Olovená vietnamská vesta

Nic si nenalhávejme. Hollywood mnoho desítek let naprosto kašle na to, zda v nějakém ze svých děl plnohodnotně obsadí vietnamské herce. Ti nemají v amerických filmech ani vlastní večerky. Maximálně hrají vedlejší role ve filmech, které se věnují právě válce. Příkladem budiž klasiky, jako je Olovená vesta, Četa, Lovce jelenů, Apokalypsa, případně si připomeňme flashbacky z prvního Ramba. Špionážní minisérie Sympatizant se ale, tak jako zmiňovaná díla, nezaměřuje na to, jak se konflikt podepsal na Američanech. Jde na to podvrtně a tak nějak z druhé strany.

Děj se tedy, jak už bylo řečeno, točí kolem Kapitána – dvojitého agenta, který slouží jak rozvědce komunistického Severního Vietnamu, tak tajně službě donedávna patřící jihovietnamskému režimu. Respektive jejímu generálovi, kterému se rovněž podařilo emigrovat do USA.

INZERCE

V přírodě
můžu relaxovat
bez obav

Značka

S-quitofree
Aktiv Forte
sprej proti komárům
100 ml

189 Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 03.05.2024 189 Kč



S-quitofree
emulze proti
hmyzu pro děti
100 ml

89⁹⁰ Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 03.05.2024 89,90 Kč
07.11.2023 104 Kč

Používejte biocidy bezpečným způsobem.
Před použitím si vždy pečlivě přečtěte označení a informace o přípravku.

Moje dm-app
dm.cz

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI



Sandra Oh hraje
Kapitánovu milenkou. 2x MAX

VYZILÝ DOWNEY

Za kvalitami úspěšného seriálu stojí především režisér Park Chan-wook. Tenhle jihokorejský filmař je v tuzemsku znám především díky v současnosti již kultovnímu Old Boyovi (2003). Režisér od první až do poslední vteřiny stopáže seriálu pracuje v nejednoznačném módu. Žádné straně proto nejspíš fandit nebudete, respektive to není záměrem.

Dalším již zmiňovaným kladem, díky kterému má relativně nenápadný retro seriál také dostatek komerční pozornosti, je účast Roberta Dow-

neyho Jr. Ten ve stylu Eddieho Murphyho v Zamilovaném profesorovi hraje „v seroši“ hned čtyři různé postavy, které si díky šikovné práci trikařů dokonce nejdnou posedí společně u jednoho stolu.

- Konkrétně jde o vyzilého, otrlého a po všech stránkách nesentimentálního zástupce CIA Claudea, podivného plešatého profesora Hammera, slizkého kongresmana Neda Godwina a mého vůbec nejoblíbenějšího člena „týmu“ – namyšleného režiséra Nika Damianose, jehož

postava, jak se ukazuje ve čtvrté epizodě s názvem Chceme dobré repliky, odkazuje na reálného filmového veličána Francise Forda Coppola.

- Jasně, práce maskérek ve všech čtyřech případech hraničí s parodií. Herecky ale dělá Downey radost sobě i divákům. A co je nejlepší, nežřidka si pro sebe krade ty nejlepší scény, takže vás jeho přítomnost v záběru pokaždé donutí dávat pozor. Třeba když jako agent CIA Claude sporádá vařeně vejce poté, co se tím

samým kusem pokrmu zadává jeho vězeň.

Konce bývají těžké, že?

Kapitán uzavřel na obrazovkách svůj příběh. Vrátil se do Vietnamu, kde je nucen vyprávět svůj příběh... a čelit rozhodnutím, která učinil. Pro mě je Sympatizant důkaz toho, že i takhle precizně vypiplané a o skutečné události opírající se retro, kde si tvůrci manýristicky vypráví děj tak, jak chtějí, může dobře posloužit i jako oddychovka. I když opět záleží na tom, jak moc otrlí diváci vlastně jste.

JAR



FILIP
JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

Rostlinné výrobky provází mýty. Přitom jsou zdravé a chutnají

Tofu pozitivně přispívá k otázce životního prostředí.

Když se řekne tofu, málokdo si v duchu řekne „mňam“. Spíš si představí náhražku masa bez chuti. Jenže ve skutečnosti jde spíš o mýty, které dnes už nemají s realitou nic společného, ačkoliv se k veganství a s ním spojené této náhražce masa připojuje stále více lidí a také známých osobností.

Jedním z nejznámějších veganů je zpěvák Ben Cristovao. Tofu je pro něho číslo jedna. „Záleží mi na zdravém stravování na bázi produktů vyrobených v souladu s principy udržitelnosti. Tofu v tomto směru optimálně splňuje všechna kritéria,“ vysvětluje.

Intolerance na potraviny

Co tofu vlastně je? Jde o rostlinný výrobek ze sóji, jenž je vhodný nejen pro vegany, kteří se jimi stali v souvislosti se svými hodnotami, ale také pro ty, kteří mají intoleranci na určité potraviny či látky. Mimo jiné je cenově, ekologicky a nutričně přívětivé a variabilní ve smyslu způsobu zpracování, dochucení i kombinování při vytváření jakéhokoli menu. „Tofu je skutečně natolik zázračným produktem pro tvorbu jídelníčku, že pokud by nebylo k dispozici, žádalo by se vymyslet ho. Naštěstí k dispozici je, a to v mnoha podobách a příchuťích prostřednictvím našeho bohatého sortimentu,“ konstatuje Natálie Gaberová ze společnosti Alfa Bio, která přináší na trh oblíbené produkty pod značkou Lunter.

Podle šéfkuchaře Lukáše Kováče je s ohledem na šíři sortimentu a kvalitu produktů velkou chybou vnímat tofu pouze jako hmotu na zaplnění žaludku při stravovacích omezeních a cílených režimech ve formě různých diet. „Charakteristicky nenápadná a zároveň lahodná chuť tofu v původní nebo zpracované podobě je základem pro kulinářské kreace,

kteří se díky variabilitě stávají pokaždé novým originálem,“ upozorňuje Kováč. Díky tomu, že se tofu připravuje tak snadno, je ideální surovinou v provozním i výživovém smyslu. Dokáže se stát zdravější verzí tradičního štedrovečerního menu či při vaření guláše, kuchtěni pomazánek, dortů a podobně.

Tofu pozitivně přispívá k otázce životního prostředí.

Pokud je vyráběno lokálně, podle výzkumů je jeho ekologická stopa menší. Dokonce jen šest procent vypěstované sóji není určeno na krmení dobytka.

Pozor na zbytečnou chemii

I to však může vzbudit výčitky environmentálně založeného svědomí. K dispozici jsou ale i produkty z bobů, které necestovaly přes půl ze-



Jedním z jídel, která lze připravit z tofu, je asijské poke. LUNTER

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*

Moje dm-app

nyní stáhnout

Download on the App Store GET IT ON Google Play

* Po prvním stažení aplikace Moje dm, registrací a následném propojení s vaší dm active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony, nelze kombinovat s kupony, eKupony či aktivitami na celý nákup. Sběrání a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou 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. 2016/1278.

Moje dm-app dm.cz

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM ZDE NAKUPUJI

měkoule. Některé firmy svůj byznys navíc zakládají na náhražkách masa, které se snaží vypadat a chutnat jako maso, ale jejich výživové hodnoty jsou plné éček a přídavných látek. Certifikát Donau Soja je proto pro zákazníka spolehlivým lokalizujícím poznávacím znamením.

Stejnouměnná nezávislá nadnárodní nezisková organizace sdružuje 318 farmářů ze středoevropského regionu. Kontroluje a potvrzuje splnění přísných regulací Evropské unie, dodržování ekologických standardů a absenci genetické modifikace v pěstitelských i zpracovatelských procesech. TEREZA ŠIMURDOVÁ

JAK TO VIDÍM JÁ

Kámen úrazu

Tofu jsem si koupila dvakrát v životě. A ani jednou nevěděla, co s ním. A hlavně mi, přiznám se, v syrové podobě vůbec nechutnalo. Můj kámen úrazu spočíval v tom, že jsem nevěděla, jak tofu zpracovat. Vaření se sympatickým šéfkuchařem Lukášem Kováčem mi ale otevřelo oči. Tofu nemusí být jen nuda a odpůrce chuti. Právě ty chutě v něm jádu objevovat, nacházet a přidávat. V neposlední řadě mi také došlo, jakým způsobem má tofu vliv na životní prostředí. Pokud se budete o tento sójový výrobek zajímat více, zjistíte, že jednak není tofu jako tofu a jednak když budete hledat lokální výrobce, můžete pomoci naší planetě.

TEREZA ŠIMURDOVÁ
redaktorka



Dva tofu chody během pár minut

Tofu už dávno není jen zdravou alternativou v porovnání s neveganskými produkty. Dokonce může dobře chutnat. O tom jsem se přesvědčila v kuchařské škole Chefparade+, kde jsem připravovala tři chody s šéfkuchařem Lukášem Kováčem.

Tofu kulíčky v ořechové směsi

Jako první jsme začali předkrmem, který se hodí také jako svačina či podle mého názoru i jako večere. Z tofu pomazánky jsem tvarovala kulíčky, které jsem posléze obalovala v rozemletých ořechích.

Použit můžete jakékoli – arašidy, kešu, pistácie – je to jen na vás. Obalené kulíčky jsem odložila na talíř a přesunula se k plotně. Zde jsem se vrhla na cibulovo-hruškové čatní. Šalotku jsem nakrájela na kostičky, přesunula do rozehřátého oleje na pánvi a restovala. Mezitím jsem si připravila na kostičky nakrájené hrušky.

K orestované šalotce jsem přidala lžici třtinového cukru, aby přiměřeně zkaramelizovala. Za neustálého míchání jsem po zhruba pěti minutách přidala hrušku a opět

jsem míchala. Podle chuti lze přidat třeba chilli papričky. Když už hrušky povolily, čatní jsem posolila, sundala z plotny a mohla servírovat. Na talíř jsem nandala cibulovo-hruškové čatní a navrch jsem dala tofu kulíčky obalované v ořechích. Na ozdobu jsem přidala klíčky a první chod byl na světě.

Bagetka s tofu směsí

Dále jsem se vrhla na hlavní chod. Když šéfkuchař Kováč předpěkal bagetku, už mi bylo jasné, o co půjde. Vegan-ský street food. V pánvi jsem

orestovala na kostičky nakrájenou šalotku, do ní jsem posléze rozdrolila klasické tofu. Vařila jsem společně několik minut, než tofu trochu zhnědlo, a potom jsem přidala barbecue omáčku. Vše jsem restovala několik minut a pak sundala z plotny.

Bagetku jsem přeřízla napůl, aby se dala rozevřít a plnit potravinami. Potřela jsem ji sojónézou, přiložila ledový salát, rajčata a na to jsem naservírovala směs tofu s cibulkou. Navrch jsem ještě dala smaženou cibulku a bylo hotovo.

TES

Nihilisti jsou zpátky a hlásí: Únava je pryč, chceme hrát

Svrázná elektronika, mučivý dance, česká new wave, nihilistický rokenrol. Nové album skupiny Moimir Papalescu & The Nihilists s názvem *Mystery Women in the Acid Pools* vyšlo po osmnácti letech od předchozí nahrávky. Tahle parta vznikla v létě roku 2003. Založili ji Mirek Papež, známý pod pseudonymem Moimir Papalescu, La Petite Sonja a Hank J. Manchini. S Moimirem a Hankem jsme novinku probrali v rozhovoru. Je to začátek nové éry kapely, nebo završení obnovení činnosti? „Byli jsme unavení, ale teď tu je nová chuť hrát,“ říkají.

Takže jedete dál?

Hank: Za mě to je prostě pokračování tam, kde jsme skončili. Po pár letech a s novými zkušenostmi z našich dalších hudebních projektů. **Moimir:** Nemám rád věštění z koule, takže nevím, jestli se nám povede něco, co pak zase pustíme ven. Ale prostě chuť udělat pár dalších songů tu je.

V roce 2006 jste měli za sebou dvě alba a hráli na všech festivalech. Proč jste se rozhodli skončit? A dá se na tu éru navázat?

Moimir: V člověku zůstane vždycky něco z minulosti zakódovaného a já osobně se nehodlám nějak uměle od toho, co bylo, odtrhávat. Je prostě jiná doba, spousta změn člověk absorbuje denně a podle toho pak vypadá. Spíš zahazuju to, co se ukázalo postupem času jako nefunkční.

Hank: Byli jsme myslím dost unavení právě tím, jak byla hudební scéna a všechno kolem nás stejné, a chtěli jsme jít prostě dál. Teď si rozhodně mnohem důkladněji vybíráme, kde chceme hrát a co se bude s kapelou celkově dít.

Jak moc se tedy proměnila hudební scéna?

Moimir: Na přelomu nového tisíciletí a následujících několik let ještě tak nějak fungovaly klasické nosiče, nebyl Facebook, hudebníci byli daleko více fixováni v jednom teritoriu. Pak to v tomto ohledu ale začal být daleko větší hukot – jako by se vše předimenzovalo, zrychlilo, těch barev a odstínů a taky možností bylo najednou čím dál víc. My jsme sice s Nihilisty tehdy skončili, ale to neznamená, že jsme někam zalezli. Ten vývoj jsme si pěkně užili a vyzkoušeli i u našich jiných projektů. Spolupráce s Devo, s lidmi z Einstürzende Neubauten, Johnem Fryerem, Stevem Buscemim a tak by se dalo pokračovat. Všechno má ale zákonitě svá pro a proti. Třeba pozornost posluchačů se od té doby daleko více roztránila – poslechovost nevydrží moc dlouho. Vydáš singl a za týden už abys vydal další. Ale naštěstí je tu třeba zase ta renesance vinylů. Prostě člověk, pokud není konzervativní, si cestu vždycky najde.

Je něco, co vás na současné scéně elektronické hudby baví? Případně nakolik vás to ovlivnilo při přípravě aktuální desky?



Po více než sedmnácti letech je na scéně třetí album skupiny Moimir Papalescu & The Nihilists s názvem *Mystery Women in the Acid Pools*. Kapela už ale má chuť nahrávat další věci.

INDIES SCOPE

Hank: Nesleduju přímo elektronickou scénu a vlastně ani nevím, co to je. Mě baví jakákoliv hudba, která mi je blízká, a z toho pak čerpám. **Moimir:** Už jsem slyšel pár výtvorů z oblasti umělé inteligence, a tak mě to logicky zajímá, co se bude dít. Ne že bych tím žil, ale docela mě tohle téma baví. Jinak hudbu vnímám v celkovém kontextu a momentálně se mnohem více než o elektroniku zajímám o nový jazz a také tribální taneční hudbu.

A je možné, že umělá inteligence pronikne i do další tvorby kapely? Využíváte ji v současné době?

Moimir: Není důvod. A tím

myslím, že ani do budoucna. Nihilisti to nepotřebují, ale třeba u jiných mých projektů se to klidně stát může. V případě Magnetik jsem kdysi plánoval spolupráci se zpěvákem Karlem Hálou, dokonce jsme si spolu v rámci soustředění byli zalyžovat. Bohužel Karel pak záhy odešel na věčnost. Pokusit se ho ale reinkarnovat právě prostřednictvím AI by mě docela lákalo.

Proč jste se rozhodli pro label Indies Scope?

Hank: Před lety jsme vydali u labelu Indies s mojí tehdejší kapelou první album a pamatuju si, že nám absolutně do ničeho nekecali – a to se

počítá. Navíc nebyl problém sjednotit spolupráci s naším labelem Drug Me Records, což byla také jedna z našich podmínek.

Moimir: Prostě sympatické label.

Jaká je nejbližší budoucnost Nihilistů?

Hank: Koncerty a práce na novém albu. Začalo nás to spousta zase bavit.

Dá se tedy předpokládat, že se fanoušci dočkají nového alba spíše v časovém horizontu, který byl mezi debutem a druhou deskou?

Moimir: Tak dalších osmnáct let nebo kolik to doufejme nebude. **PETR HOLEČEK**

INZERCE

ZLAŤÁKY®



BUDOUCNOST VE ZLATĚ

1000 USD ROK 2005 1000 USD

1000 USD ROK 2010 2900 USD

1000 USD ROK 2020 5800 USD

1000 USD ROK 2024 11600 USD

www.zlataky.cz



Rozdáváme 100 balení **ZDARMA!**

Terapeutický chlad v masti odstraňuje bolest jakéhokoli původu během 50 vteřin

První bylinná kryoterapie proti bolesti kloubů, svalů a páteře

Doporučení Světové zdravotnické organizace WHO

Záchrana při bolestech bederní páteře, kolen nebo loketních kloubů během změn počasí. Lék proti bolesti po nehodách a poslední záchrana, abyste nemuseli na operaci. To vše říkají odborníci o této chladivé masti a ještě dodávají:

„Už po 50 vteřinách zapomenete na bodání, praskání a pálení v těle. Jedná se o vynikající kombinaci léčivých vlastností kryoterapie a bylin“. Získejte přípravek na regeneraci páteře a svalů již za 0 Kč!

Obnovte svůj pohybový aparát zdarma

Chcete konečně chodit, ohýbat se a vstávat ze židle bez bolesti? Máte už dost stlačujících ortéz a neskladných berlí? Ztrácíte trpělivost s léky proti bolesti, které mají opožděné a navíc nežádoucí účinky? Nechcete slyšet o žádné léčbě ani injekcích?



„Chladivá mast proti bolesti **postaví na nohy každého,**“ ujišťuje profesor Adrien Moreau z francouzské Kliniky pro obnovu pohybového aparátu. „Zklidňuje podráždění a zmírňuje ztuhlost kloubů již od 1. použití. Poskytuje úlevu od bolestivých křečí a otoků. Poskytuje lokální znečistlivění během 50 vteřin, tlumí bolest a působí proti zánětu. Váš věk nehraje roli. Nezáleží ani na tom, jak dlouho vás trápí problémy s pohyblivostí. Tato mast příznivě působí na čerstvé pohmožděliny, zlomeniny a popáleniny. Stejně tak blahodárně působí na dlouhodobé poškození kloubů,“ dodává profesor Moreau.

Léčba tohoto typu byla **doposud dostupná pouze ve specializovaných ordinacích.** Díky úsilí Kliniky pro obnovu pohybového aparátu ji však nyní máte doslova na dosah ruky. Chcete vyzkoušet chladivou zklidňující mast ZDARMA a bez nutnosti vycházení z domu?

Mast, která léčí bolest chladem, se pouze nyní rozdává ZDARMA! Zavolejte na telefonní číslo uvedené v dolní části stránky a získáte jeden ze **100 bezplatných balíčků.**



„Tento geniální lék je prvním, který kombinuje až 2 přelomové lékařské objevy. Patří mezi ně kryoterapie a bylinná medicína,“ vysvětluje profesor Moreau. Kryoterapii neboli léčbu chladem **používali již staří Egypťané.** Účinnost kryoterapie potvrzují nejvýznamnější vědecké instituce včetně Světové zdravotnické organizace WHO. Chladivý účinek v naší masti znečistlivuje bolestivá místa a uvolňuje napjaté

svaly. Vysoce kvalitní rostlinné výtažky již od 1. aplikace ▶ bojují proti zánětům, otokům a zarudnutí ▶ působí protirevmaticky ▶ posilují svaly, klouby a kosti ▶ a obnovují jejich pružnost. S touto mastí se každý den vrátí k plné fyzické aktivitě v průměru 199/200 tzv. beznadějných případů.“ „Ve vědecké komunitě se domníváme, že tato mast je lepší než tradiční lázeňská léčba,“ říká profesor Moreau.

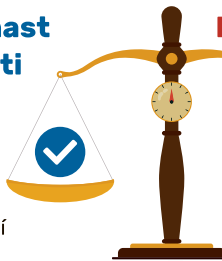
Nejedná se o tiskovou chybu.

ROZDÁVÁME 100 BALENÍ MASTÍ ZDARMA

Proč je lepší než tradiční metody?

Chladivá mast proti bolesti

- ✓ Účinná a bezpečná
- ✓ Neprochladí celé tělo
- ✓ Její používání je pohodlné
- ✓ Nezatěžuje organismus
- ✓ Vydrží na 568 aplikací



Klasická kryoterapie

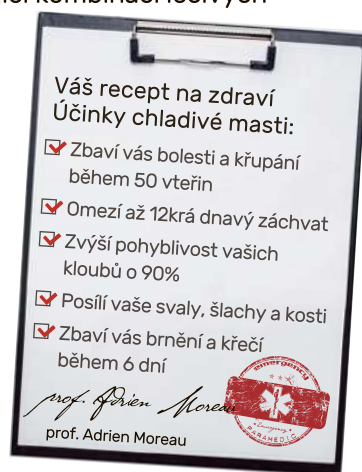
- ✓ Není vhodná pro osoby se srdečními problémy
- ✓ Nemůžete ji používat sami
- ✓ Může podráždit kůži, způsobit omrzliny
- ✓ Chladí celé tělo
- ✓ Je těžko dostupná a drahá

Zbavuje bolesti bez nutnosti operace

Již 3,5 milionu lidí z celé Evropy se díky této masti zbavilo křupání a praskání v kloubech, bolesti zad nebo pocitu „těžkých“ nohou na konci dne. A dlouhodobé výsledky jsou přímo imponující! Pravidelné používání masti zmírňuje necitlivost, parézy a kontraktury. Až 26% uživatelů uvádí, že se díky tomu vyhnují rehabilitaci, invalidnímu vozíku nebo chodítku.

Efektivnost bez nákladů – jedinečná příležitost!

Vyjádření profesora Adriena Moreau: „Vytvořili jsme metodu, která čerpá to nejlepší z kryoterapie i bylinné medicíny. Je ve formě praktické masti, která působí proti bolesti kostí, svalů a kloubů již během 50 vteřin. Proč rozdáváme takový průlomový přípravek ZDARMA? Nejsme charitativní organizací. Víme, že účinky naší léčebné metody vzbudí obdiv a brzy se o nich bude mluvit



i v této části Evropy. A pak budeme zaplaveni objednávkami. Jedná se tedy o jedinečnou příležitost vyzkoušet tuto mast za opravdu příznivých podmínek. Později bude jistě mnohem dražší.”

„Škoda, že ji nevyalezli už před 30 lety.“

Ze začátku jsem se této masti bála. Myslela jsem, že mi po ní bude zima. Přípravek však chladí pouze v místech, kde ho rozetřete, a navíc tak příjemně. Mast jsem použila na kyčel, která mě trápila už 30 let. Bolest přešla asi po minutě. Po 4 dnech jsem zahodil berli do kouta. Růžena, 60 let, Brno



Chcete se zbavit bolesti svého života a získat zpět svou kondici ZDARMA? Zavolejte na níže uvedené telefonní číslo.

Bolest zmizí jako mávnutím kouzelného proutku.

Získejte jedno balení masti za 0 Kč!

Zavolejte: **296 330 872**

Nabídka platí do 10.06.2024

Po-Pá 08:00-20:00, So 8:00-20:00. Běžný místní hovor bez dalších poplatků.

Pozor! Na jednu domácnost připadá jedno balení.

PLAY

Dis pro porce

Donášku jídla si neobjednávám moc často. Bývá trochu dražší. Jinak má ale spoustu výhod. Ušetří se čas. Jídlo z restaurace si vychutnáte v doma. Je to, zvláště s dětmi, zajímavá až sváteční akce. A potom je tu ještě jedna výhoda: Sníte, kolik chcete, a zbytek si necháte na druhý den. Nezdá se to, ale je to docela zásadní! Zjistil jsem totiž, že se často bohatě naobědvám z poloviny porce. Když za cenu jednoho máte dva obědy, přestává být donáška drahá. Porce v restauracích někdy bývají docela velké. To vede k nepříjemné volbě: Přejít se, či nechat zbytek

” Když za cenu jednoho máte dva obědy, přestává být donáška drahá.

vyhodit? Nejlepší je nechat si jídlo zabalit. To lze ale praktizovat, jen když má člověk namířeno domů, ne do práce nebo do muzea. Balíček vám potom trochu překáží. A zbytek jídla, když ho konečně donesete domů, už pravděpodobně nebude v nejlepší kondici. Bylo by tu ještě jedno řešení. Bohužel je ve většině restaurací zakázané: dětské porce pro dospělé. Nikdy jsem to nepochopil. Připadá mi to férové – zaplatit nižší cenu a dostat méně jídla. Na tom přece nemůže nikdo prodělat! Podobnou situaci řešil v seriálu After Life Ricky Gervais. Jeho postava vzala synovce do restaurace a chtěla si dát to co on. Číšník řekl, že to nejde, protože to je dětské jídlo. Proběhla peprná slovní přestřelka, která měla nakonec jednoduché a vtípné vyústění: „Jemu to přinese dvakrát a já si nedám nic.“ Tak vtípný a pohotový bohužel nejsem. Ale možná to celé má jen dětem kompenzovat to, že svět je plný věcí, které jsou pro dospělé a děti je mají zakázané.



MARDOŠA
ČLEN KAPELY TATA BOJS

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

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

LUŠTĚNKA: PROGRAMOVÁNÍ
ŘEŠENÍ SUDOKU:

LUŠTĚNKA

- unavený nevyspáním
- změny směru obrácením
- pásek na krku psa
- části těl s funkcí
- usmrcení jedem
- řemen u kalhot
- žáci 8. třídy (hovor.)
- říční ryby
- nábory branců
- obal na dopis
- peněžní částky
- malý ořech

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

@mojemetro



#METROTAG



LEDŇÁČEK

Žádný jiný u nás ptáček nemá barev, co ledňáček. Ve vlnách řeky potravu loví, když zemdlí - na vrbě si hoví. Přírody naší je ozdobou, snese i vodu ledovou. Nad hladinou šum a křik - ryby loví rybařik.

Mirek Seifert

Pokud listujete deníkem Metro pravidelně, jméno Mirek Seifert nejspíš znáte. Čtenář z Brna je hravý jako jeho básně. Rubriku #metrotag zbojí jeho rýmy už poněkolkáté. Básník ještě navíc vždy žlutý rámeček vylepší obrázky. Děkujeme, že čtenářskou rubriku využíváte.

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, vzkaz, 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!



Skončily zlaté časy a žně pro výrobce čajů a tabletek na hubnutí! 

Tato náplast vám zajistí ploché břicho za 96 h

a zhubnete jen vy, ne vaše peněženka!

Tenká jako papír, pod oblečením neviditelná a neskutečně účinná. Diskrétní náplast vám zajistí zhubnutí o 4 kg za necelých 24 hodin! Bez odvodnění, pročištění, otravy chemikáliemi. Nasycená přírodními látkami, které spalují tuk a pocházejí z mysu Cape Grim v Tasmánii. Z nečistší oblasti na světě! Společnosti, které obchodují se zastaralými prostředky na hubnutí, dělají všechno, aby tato geniální náplast zmizela z trhu. Objednejte si ji, dokud je k dispozici, už za 0 Kč!

Odteď se nemusíte cpát prášky, popíjet odporné bylinky, potit se v posilovně ani se vzdát dobrot, abyste získali vysněnou postavu. 4 kilogramy dolů už po 1. dni, vyřovaný pas, pružná pokožka a skvělá kondice – jedna malá, napůl průsvitná náplast vám poskytne tohle všechno! Výrobci čajů a prášků se bojí o svou budoucnost – a není divu. Geniální přípravek vyvinutý na základě ekologických přísad z Tasmánie jim každý den ubírá desítky zákazníků! Dosud trvale zhublo už 568 973 lidí a bude jich ještě víc. Kožní tvarovač postavy byl právě zpřístupněn ZDARMA.

Konečně něco, co vás zbaví kilogramů, ale ne peněz.

Pravda je nepříjemná, ale musíte se ji dozvědět: dosud nikomu nešlo o to, abyste zhubli jednou provždy. Spousta firem nabízí

Urychleně pomáhá zrychlit metabolismus. Výsledek? -9 cm v obvodech

Výborná metoda z Tasmánie představuje záchranu pro ty, kteří se neradi trápí a potí a z hubnutí chtějí mít jen to nejlepší: ploché břicho, lehké tělo a životní energii. Přírodní látky, slisované v tomto geniálním přípravku, zrychlují metabolismus až o 300 %. Jíte, co chcete, a tukové vrstvy se prostě nemají šanci ukládat!

Petr Dvořák,
dietolog



ŠTÍHLÉ TĚLO UŽ ZA 4 DNY

BEZ OPAKOVANÉHO TLOUSTNUTÍ



produkty, které fungují chvíli nebo vůbec ne. Tyto firmy přesně vědí, že vracející se kilogramy znamenají vracející se zákazník. Prof. Oliver Munro, badatel léčivých vlastností tasmánské fauny a flóry, spoluvůrce náplastí na hubnutí, ujišťuje: *Nášťestí máme konečně slušnou alternativu. Do distribuce byly uvedeny bezplatné náplastí, které pracují na vaší postavě 24 h denně, dokud není ideální. A to je trvalý výsledek!*

Čím vyšší máte nadváhu, tím rychleji zhubnete!

Látky, kterými je náplast napuštěná, se z ní uvolňují celý den a mění organismus na stroj na spalování podkožní tukové tkáně. Čím víc máte nadbytečných tukových buněk,

tím rychleji se jich vaše tělo začne zbavovat. Výzkumy potvrzují: „191 z 200 lidí, kteří si nalepili náplastí během týdne, v průměru zhublo o víc než 25 kilogramů,“ říká profesor Munro.

Tentokrát se zbavíte tuku a komplexů natrvalo

Tuto náplast vytvořili vědci, ne marketingoví experti. Opravdu funguje, je maximálně účinná a nekomplikuje každodenní život. Její používání je velmi pohodlné: nemusíte měnit stravovací návyky, zavádět dodatečná cvičení ani se vyhýbat alkoholu. I když není o moc větší než desetikoruna, rozhodně si poradí s břišní obezitou, spaluje podkožní tuk a modeluje štíhlé, svůdné hýždě, pas a stehna. Po 4 dnech se můžete s potěšením prohlížet v zrcadle a zkoušet oblečení až o 2 čísla menší než máte teď.

SLIB PROF. MUNRO: „Zdravé, štíhlé tělo vás nemusí nic stát!“



Přilepíte si náplast a nemusíte dělat nic víc. Přebytný tuk mizí před očima a už se nikdy nevrátí. Opravdu je to tak jednoduché! Bohužel tato metoda neunikla pozornosti velkých firem. Houževnatě se snaží zablokovat její prodej, rozhodli jsme se tedy poskytnout bezplatný balíček náplastí mimo oficiální distribuci.

Prof. Oliver Munro

ZAVOLEJTE SI PRO BEZPLATNÉ balení náplastí spalujících tuk a na vlastní kůži se přesvědčte, že zhubnete už za 4 dny.

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 14.06.2024 obdrží 100% náhradu výrobce!

ZAVOLEJTE 379 829 324



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



Radka, 57 let

Shodila jsem 22 kg
- bylo to banálně jednoduché!

SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	STŘEDA	ČTVRTEK
22/26 °C	16/20 °C	20/24 °C	21/25 °C

Teplotní rekordy: ↓ 4,1 °C (1836) ↑ 31,0 °C (1868) Bio: ❤️❤️❤️

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

FOTO: 2x AP

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
<p>20.10 Stíny v mlze II (8/12) Druhá tvář. Krimiseriál (ČR, 2023). Hrají: P. Špalková, J. Vyorálek, D. Švehlík, J. Plešl</p> <p>21.20 Reportéři ČT Kauzy a reportáže</p> <p>22.00 Plné hnízdo v Králověhradeckém kraji 2</p> <p>22.30 Marie Antoinetta (8/8) Seriál (Fr., 2022)</p> <p>23.25 Litviněnko (1/4) Dramatický seriál (VB, 2022). Hrají: D. Tennant, M. Levieva</p> <p>00.20 AZ-kvíz</p>	<p>20.00 Hatari! Dobrodružná komedie (USA, 1962). Dobrodružství lovců divoké zvěře v Africe. Hrají: J. Wayne, H. Kruger, E. Martinelliová, R. Buttons. Režie H. Hawks</p> <p>22.40 Divoch Komedie (Fr./It., 1975). Utekł na pusty ostrov, ale v patách má bohatou manželku a nezkrtnou blondýnu. Hrají: C. Deneuveová, Y. Montand, L. Vannucchi, V. Dobtcheff</p> <p>00.25 Boxer Drama (Irs./USA, 1997). Hrají: D. Day-Lewis, E. Watsonová, B. Cox, K. Stott a další</p>	<p>20.20 Specialisté (224) Pod povrchem. Krimiseriál (ČR, 2022). Hrají: M. Dejdar, J. Hána, Z. Kajnarová, V. Vodochodský</p> <p>21.25 Specialisté (9) Krevní pouto. Krimiseriál (ČR, 2017)</p> <p>22.30 Víkend Příběhy štěstí, proher a objevů</p> <p>23.10 Kriminálka Las Vegas V (8) Proměny. Krimiseriál (USA, 2004). Hrají: W. L. Petersen, G. Dourdan, G. Eads, J. Foxová</p> <p>00.05 Kriminálka Miami VI (19, 20)</p>	<p>20.15 Hořký svět (1) Dědictví. Komedijní seriál (ČR, 2022). Hrají: M. Ruml, B. Kohoutová, E. Holubová, B. Polívka</p> <p>21.30 Česko na grilu Kdo se stane historicky prvním vítězem nové rodinné soutěžní reality show Česko na grilu a odnese si titul i zajímavou výhru?</p> <p>22.50 Tátové na tahu (13) Komedijní seriál (ČR, 2018). Hrají: Š. Benoni, A. Geislerová, K. Dobrý, E. Josefíková</p> <p>00.00 Receptář prima nápadů</p> <p>00.45 Policie v akci</p>	<p>18.15 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>19.00 Party ride Příprava na dnešní mejdan</p> <p>21.00 Hot hity Žhavé klipy</p> <p>22.00 Naked Attraction Poland Polská verze nahé seznamky</p> <p>22.30 Virtuální svět TV Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova</p> <p>0.00 Óčko flirt Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka</p>

Kanada selhala, bronzové medaile vyválčili Švédové



K obratu z 1:2 na 4:2 nasměřoval Švédy obránce Erik Karlsson (na snímku vpravo), který kanadského brankáře Jordana Binningtona propálil od modré čáry. Karlsson pak jako kapitán převzal plaketu pro bronzové medailisty.

ČTK

Před finálovým duelem se hrál zápas „útěchy“ o bronz. Získali jej Švédové.

Souboj zklamaných neboli duel o třetí místo na hokejovém šampionátu včera odpole dne lépe zvládl švédský tým. Ač Seveřané prohrávali 1:2, bronzovou náplast za vyřazení před branami finále nakonec nad Kanadou vybojovali

li výsledkem 4:2, a to hlavně díky dvěma brankám Carla Grunströma a také zásluhou dobře chytajícího gólmána Filipa Gustavssona, který mezi tyčemi dostal znovu důvěru i přes včerejší semifinálovou „nakládačku“ od Čechů.

Hokejisté ve žlutomodrých dresech si tak mohli medailovou radost na MS oslavit po šesti letech. Naposledy byli úspěšní v roce 2018 v Dánsku, kde celý turnaj vyhráli. Naopak Kanadáné jsou od stejného šampionátu bez medaile poprvé, při-

tom při obou předchozích v Česku konaných šampionátech brali vždy zlato.

Do včerejšího utkání Švédové vstoupili lépe než soupeř z Kanady. Po dvanácti minutách hry poslal Švédsko do vedení Carl Grundström. Kanada srovnala stav v úvodu druhé třetiny, zásluhou Dylana Cozense. Švédové si v prostřední části mohli vzít vedení zpět, ale Lucas Raymond a Isac Lundeström na Binningtona nevyzráli. Ve 45. minutě tak poslal Kanadu do ve-

dení po skvěle sehraném protiútku Pierre-Luc Dubois. Švédsko srovnalo krok deset minut před koncem základní hrací doby, kdy Erik Karlsson od modré čáry trefil mezírku mezi betony kanadského gólmána. V 54. minutě pak po rozehrávce Binningtona napálil puk do sítě Carl Grundström. V závěru Kanada riskovala hrou bez brankáře, což potrestal Marcus Johansson.

Finálové klání mezi Češkem a Švýcarskem se hrálo po uzávěrce.

MET, IDNES.cz

KRÁTCE

Stars srovnali s Oilers

Hokejisté Dallasu porazili na svém ledě Edmonton 3:1 a vyrovnali stav finále Západní konference NHL na 1:1. Domácí útočník Radek Faksa zůstal mimo sestavu. Nejlepším hráčem zápasu byl vyhlášen Mason Marchment, který ve 44. minutě zlomil nerozhodné skóre 1:1.

Jágr vstoupil do Síně slávy

Hokejový útočník Jaromír Jágr byl včera v Praze uveden do Síně slávy Mezinárodní hokejové federace (IIHF). Stejně počty se vedle nejvýraznější postavy české hokejové historie dostalo i Jaroslavu Pouzarovi nebo Igoru Libovi, kteří sbírali úspěchy v éře československé reprezentace. S Jágre a Pouzarem stoupl počet českých zástupců v Síně slávy IIHF na 26.

ČTK

Spartané slavili titul

Nedělní zápasy Fortuna ligy, které se dohrávaly po uzávěrce, už nemohly nic změnit na faktu, že Sparta je letošním mistrem ligy, a proto se na Letné po závěrečném hvizdu rozhodčího mohly naplno rozprout oslavy titulu. Ty už od odpole dne probíhaly i na blízké Letenské pláni. Opačné počty zažívají po víkendů ve Zlíně, zdejší hráči po devíti letech sestupují do druhé ligy. Baráž o udržení v nejvyšší soutěži čeká Karvinou a České Budějovice, a to proti Vyškovu respektive Tábořsku. Prostřední skupinu ovládl suverénně Hradec Králové a v zápase o postup do 2. předkola Konferenční ligy vyzve pátý tým skupiny o titul.

MET



Liberec potvrdil příchod nového trenéra Kováče

Fotbalový klub Liberec potvrdil, že prvotní A-tým od příští sezony povede trenér Radoslav Kováč. Čtyřiačtyřicetiletý bývalý kapitán Slovanu po konci v Pardubicích podepsal se severočeským klubem bližší nespecifikovanou dlouhodobou smlouvu. Kováč už v sobotu po vítězství Pardubic 1:0 v Dolíčku nad Bohemians 1905 v posledním kole ligové nadstavby prozradil, že je dohodnutý se Slovanem. „Před nadstavbou se mi těžko spalo. Byl jsem už podepsán v Liberci a byl jsem snadný terč, ten tlak od vedení byl velký,“ řekl na tiskové konferenci Kováč. Ve Slovanu, který v této ligové sezoně obsadil po základní části sedmé místo a pak neuspěl v nadstavbové skupině o Evropu, nahradí na lavičce Luboše Kozla.

ČTK



Digitální
zdraví

Máme to ve své moci

Technologie nám nevládnou.
My vládneme jim.

Otestujte se i vy na digitalnizdravi.cz
nebo v aplikaci Moje O₂.

Více ze života **O₂**