



ILLUMINATION UVÁDÍ

# JÁ PADOUCH 4

V kinech od 4. července



**MOBIL  
.CZ**

**Kup eSIM**  
~~200 Kč~~

**99 Kč**

**Data a volání  
hned? eSIM!**



Více na [www.mobil.cz](http://www.mobil.cz)



# metro

## Test ve slovinských horách

Nový Ford Explorer je už jen elektrický. Pohodlné SUV jsme vyzkoušeli ve Slovinsku. Nadchl nás prostor, dojezd a také tajná schránka!

STRANA 12



# „Vesmír? Let v gripenu je fyzicky náročnější“

Rozhovor s **Alešem Svobodou**, kterého chce Česko vyslat do vesmíru jako svého **prvního astronauta**. Vláda věří, že se miliardová investice **mnohonásobně** vrátí.

STRANA 4

## Vteřiny, měsíce a roky Vladimíra Mišíka

Zpěvák, textař a skladatel Vladimír Mišík letos v říjnu vydá nové album *Vteřiny, měsíce a roky*, které je jeho třetí spoluprací s producentem a skladatelem Petrem Ostrouchovem. Navazuje na předchozí oceňované tituly *Jednou tě potkám* a *Noční obraz*. Tvůrci včera pro novináře ve studiu Sono připravili poslech nových nahrávek, na který Mišík nedorazil. Neumožnil mu to zánět průdušek, kvůli kterému leží v Nemocnici Na Františku. Ve studiu se sešla desetičlenná kapela, jejímž jádrem je kvarteto Blue Shadows. Na albu je i píseň *Milé mozkové závity* věnovaná zesnulému kapelníkovi skupiny Sto zvířat Janu Kalinovi.

ČTK



ZUZANA BŮNISCH (ANIMAL MUSIC)

INZERCE



INZERCE



# RYCHLE A NEMOŽNĚ

PAŘÍŽ. ABŮ DHABÍ. MEXIKO Film TAREKA BOUDALI

V KINECH OD 27. ČERVNA 2024

TOTALFILM NAFILMU.cz IMAX



# NEWS

ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

## Menstruační chudoba nutí ženy určovat priority

Výrobky pro ženy jsou obecně dražší než výrobky pro muže.

I přestože to některé ani nenapadne, hlavně muže ne, existují ženy, pro něž menstruace znamená zásah do měsíčního rozpočtu a stresování tím, jestli si zakoupí vložky, nebo něco k jídlu. Takzvaná menstruační chudoba je podle nového výzkumu psychologičky Manuely Haug mezi mladými ženami vnímaná jako problém.

### Pomůcky zdarma?

Haug oslovila 1102 respondentek, z nichž 30 procent uvádí, že jim zbývá méně než dva tisíce korun měsíčně po uhrazení nezbytných výdajů, jako jsou nájem, potraviny, doprava a podobně. Téměř 37 procent si každý měsíc dělá starosti, jak finančně vyjdou.

I nákup hygienických a menstruačních pomůcek tak může představovat důležitou položku v jejich rozpočtu. „Jako finanční zátěž to označilo téměř 40 procent mladých žen. Další čtyřicet procent si kvůli finanční úspoře kupuje menstruační potřeby nižší kvality. Čtvrtina také přiznává, že aby ušetřila, nosí menstruační po-



Menstruace je ve společnosti stále často stigma. PROFIMEDIA

můcky děle, než by měla,“ říká pro Metro Haug. Pomáhat by měly začít také samotné instituce. Ženy ze zmíněného průzkumu by například ocenily pomůcky zdarma dostupné ve veřejných institucích, čtvrtina z nich také uvádí, že ve škole nemají přístup k záchodům, kde je dostatek soukromí, aby si pomůcky vyměnily nebo třeba omyly menstruační kalíšek. „Čísla ukazují, že by se měly nejen vysoké školy zamyslet nad tím, co dělají pro to, aby minimalizovaly překážky pro menstrující osoby, a jak zohledňovat jejich potřeby,“ dodává Manuela Haug.

Mimo jiné, už v roce 2021 upozornil projekt Neviditelní, že 12 tisíc studentů vysokých škol v Česku je ohroženo chudobou. Podle jiného vý-

### DEN MIMO

Výzkum z Nizozemska naznačuje, že vliv menstruačního cyklu na životy žen se všeobecně podceňuje.

- Kvůli silným menstruačním bolestem ženy přicházejí až o devět dnů v práci či ve škole za rok.
- V průměru přijdou ženy kvůli menstruaci o 1,3 pracovního dne měsíčně. **TES**

síc jednorázových hygienických pomůcek. „U kalíšků se jedná pouze o pár kusů, v průměru asi osm za celou dobu nutnosti používání menstruačních pomůcek. Kromě toho, že se díky kalíšku extrémně minimalizuje odpad, velmi se minimalizují i náklady. Pokud budeme počítat 10 korun na jeden kus jednorázových pomůcek a porovnáme je s kalíškou, dostaneme se na částky 140 tisíc korun versus 7120 korun,“ upozorňuje Marešová.

### Fenomén pink tax

Ze studie newyorské organizace pro ochranu práv pracovníků a spotřebitelů The New York City Department of Consumer and Worker Protection (DCWP) vyplynulo, že výrobky označené jako „pro ženy“ jsou obecně dražší než výrobky označené jako „pro muže“ – a to bez smysluplného důvodu. Tomuto jevu se už od začátku 90. let často říká růžová daň neboli pink tax. Česká 21procentní sazba patří k nejvyšším v rámci Evropské unie. V okolních státech mají kromě Maďarska nižší zdanění na menstruační pomůcky. V Polsku je to pět procent, v Německu sedm procent, na Slovensku 10 procent a ve Velké Británii je to dokonce absolutně bez DPH. Dokonce i ve Vietnamu mají 5 procent a v Číně 13 procent. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

### ROKY KLIDU

# 5

Menstruační kalíšek vydrží pět let. Za tu dobu nahradí 1750 hygienických pomůcek. **TES**

INZERCE

# VÝSTAVA STANŮ

## 31. 5. – 25. 8. 2024



Vstup a parkování  
**ZDARMA**



PVA EXPO  
Praha Letňany



Máme i boty,  
batohy a oblečení



Zkoušení  
povoleno

**4camping**



# Auta začas pošumí po lučinách

**Berou půdu a ticho. Kolem dálnic se to ale bude měnit.**

Města na to přišla už před lety. Že nemohou každé tři měsíce vysekat trávníky až na hlinu, protože se pak práší, ulice a parky vysychají a ze zastavěné aglomerace se stává teplotní výheň.

Proto jsme si už zvykli, že ve vysečených plochách jsou větší či menší ostrovy dlouhé trávy. Udržují vlhkost, jsou domovem hmyzu nebo motýlů. Teď nastala doba, že na motýly a za makrofotografiemi opylujících včel možná budeme vyrážet i do blízkosti českých dálnic.

**Po „Via Slovakia“ přichází „Via Czechia“**

Poprvé si to ve velkém, a to v úseku téměř padesáti kilometrů, užijeme kolem nově budované dálnice D4 směrem do jižních Čech. Projekt osetí ploch kolem dálnice přírodnou směsí místních bylin a rostlin odstartovali již časně z jara jihočeští skauti, kteří si semena pro sadbu vlastnoručně nasbírali na okolních loukách.

„Semena pro výsadbu nasbírali v loňském roce při svých výpravách krajinou v okolí Písku či Příbrami ve spolupráci s jihočeskou Agenturou ochrany přírody a krajiny, která přispěla radami, kdy, kde sbírat a jaké rostliny jsou nejvhodnější,“ vysvětluje Daniela Pedret zastupující společnost Via Salis, která uvedeno dálnici staví.

Výsev divokých luk podél dálnice D4 navazuje na iniciativu, kterou před třemi lety úspěšně zahájil sesterský PPP projekt Via Salis na Slovensku. Osetí ploch kolem dálnice R1 Via Pribina prokázalo jednoznačný pozitivní efekt pro místní faunu a flóru. V Česku teď vytvoří osetý úsek souvislý koridor divokých luk v převážně monokulturní zemědělské krajině.

**Další soutěžní med? Ten dálniční nemusí být snem**

Mnoho velkých společností v Česku se pustilo do firemního včelaření a chlubí se vlastním medem. Například Letiště Praha praktikuje výstavbu úlů a medování již několik let a může se pochlubit i soutěžními oceněními. Možná se do nějaké medové soutěže přihlásí i včelari dálničního typu.

Travnaté svahy podél děčtyřky se nebudou střikat pesticidy a udržovat se budou pouze sečením. Šetrná údrž-

ba by měla poskytnout optimální podmínky pro růst světlomilných bylin s pestrobarevnými květy produkujícími nektar. A takové porosty jsou pak ideálním prostřed-

dím pro včely, čmeláky nebo motýly. Výsev divokých luk v nejtěsnějším sousedství autostrád je jen jednou z částí ambiciózní environmentální strategie pro dálnici D4. Po-

kud jde o ochranu biologické rozmanitosti, plán zahrnuje také instalaci včelích úlů athmyzích hotelů. K ochraně volně žijící zvěře v okolí dálnice potom poslouží budová-

ní přechodů. Spolu s propustky pod dálnicí bude po zprovoznění celé dálnice na konci roku 2024 takových přechodů a podchodů pro zvířata celkem dvacet. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

## NEPORAZITELNÉ

53.50 **-34%**  
**34<sup>90</sup>**

**Losos čerstvý - filet s kůží**  
chlazený, balený, cena za 100 g

LEPŠÍ PRO VÁS  
**ŠETRNE**  
K PŘÍRODĚ

ZE ZODPOVĚDNÉHO  
CHOVU  
CERTIFIKÁT  
**asc**  
ASC-AQUA.ORG



BĚŽNÁ CENA  
**233,-**  
**96<sup>90</sup>**



**Tchibo Gold Selection**  
instantní káva, 180-200 g,  
100 g od 48,45 Kč  
▼ 96,90 Kč

**Pizza Ristorante**

216-355 g, 100 g od 15,47 Kč  
bez Aplikace / od 14,06 Kč  
Aplikace  
▼ 54,90 Kč

BĚŽNÁ CENA  
**87.60**

**49<sup>90</sup>**



BEZ  
APLIKACE **54<sup>90</sup>**

MRAŽENÉ

**Kuřecí prsní řízký**  
chlazené, 1 kg

223,-

**-50%**

**109<sup>90</sup>**

CHOV | PORÁŽKA | BALENO



79.90 **-43%**  
**44<sup>90</sup>**

**Rajčata na větvičce**  
**Strabena**

250 g, 100 g = 17,96 Kč



**albert**  
STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

▼ Nejnižší cena za posledních 30 dní u nás.

**NEPORAZITELNÉ** - produkty, jejichž cena byla nejnižší ve srovnání s cenou uvedenou v letáčích vybraných obchodních řetězců ke dni tisku letáku 19. 6. 2024. Nelze garantovat, že cena produktů označených jako **NEPORAZITELNÉ** zůstane nejnižší po celou dobu platnosti letáku. Více na [www.albert.cz/neporazitelne](http://www.albert.cz/neporazitelne). Ceny platí v prodejnách supermarket Albert od 26. 6. do 2. 7. 2024 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejnách. Seznam všech prodejen na [www.albert.cz](http://www.albert.cz).

# FRAJER

# Rodák z Brna míří do vesmíru. Strach nemá

Česká republika s velkou pravděpodobností vyšle do vesmíru svého prvního astronauta.

Bude jím armádní stíhací pilot a brněnský rodák v jednom Aleš Svoboda. Dosud byl v rezervním týmu ESA – Evropské vesmírné agentury a čekal na rozhodnutí české vlády, která po roce váhání jeho let potvrdila. Příští rok mají politici navýšit rozpočet na výzkum, čímž vytvoří podmínky, aby Svoboda skutečně letěl.

Miliardová investice má Česku mnohonásobně vrátit a přinést mu mezinárodní pozornost a věhlas. Navíc let Cecha do kosmu podpoří ještě větší rozvoj českého kosmického průmyslu, který je již nyní velmi úspěšný. Do projektu se zapojují i další firmy, které chtějí na Mezinárodní vesmírné stanici ISS provádět výzkumy a experimenty.

**Popište prosím čtenářům Metra, v čem spočívá úkol vaší mise. Kdo je jejím iniciátorem?**

Iniciátorem projektu Česko do vesmíru je ministr dopravy Martin Kupka, do jehož kompetence vesmírný program v Česku spadá. Koordinátorem projektu je pak Václav Kobera, ředitel odboru kosmických aktivit. Cílů mise je hned několik. V prvé řadě se jedná o provedení vědeckých a technologických experimentů na Mezinárodní kosmické stanici (ISS). Za tímto účelem byla spuštěna začátkem roku výzva k předložení návrhů jednotlivých projektů.

**Kolik se jich sešlo?**

Okolo šedesáti a v následujícím období bude probíhat jejich vyhodnocení a užší výběr. Dalším cílem je zapojení představených prvních školních den, tedy 2. září. V neposlední řadě je cílem strategická propagace České republiky a našeho aerokosmického průmyslu, který má u nás vysokou úroveň a skutečně velký potenciál.

**V čem je pro Čechy ještě dobré, aby jejich krajan vyzrál do vesmíru?**

Vesmírné technologie hrají v evropském prostoru zásad-



Armádní stíhací pilot a člen záložního týmu astronautů ESA Aleš Svoboda na návštěvě vesmírné výstavy v Brně

2x SPACE MISSION

ní roli a podílejí se nemalou měrou na evropském hrubém domácím produktu. Proto je důležité zvýšit naše zapojení v kosmickém programu – podobně jako to vidíme i u ostatních evropských zemí.

**Jaké byly vaše pocity, když jste se před pár dny dozvěděli, že vaše mise dostala konkrétní časový rámec?**

Za sebe jsem pochopitelně moc rád, že to dostává podobu konkrétního projektu, jehož cíle a přínosy sahají daleko za samotný let.

**Jak se teď změní váš pracovní režim, běžný program, zkrátka jak se vám změní každodenní život?**

Změna nastane v okamžiku zahájení samotné přípravy na let, která trvá šest až dvanáct měsíců a je závislá na plánovaném termínu konkrétní mise. Do té doby budou muset být podpůrné aktivity projektu koordinovány s mým zaměstnavatelem, tedy českou armádou, a budou se odvíjet od podpory a zabezpečení základních logistických věcí a výdajů strany koordinátora projektu.

**Co na to vše říká vaše manželka, bojí se o vás?**

Vzhledem k mé profesi nemyslím, že by se bála jakkoli víc nebo méně, než se bojí normálně.

**Součástí tréninku a příprav před letem je i poměrně dlouhé odloučení, už jste podobný režim zažil?**

Harmonogram příprav je především dost členitý, zejména co se týče dislokace – probíhá na různých místech, většina je ale ve Spojených státech v různých zařízeních, dále pak v Německu. Pokud dojde k realizaci mise a s tím související přípravy, náročné to samozřejmě bude.

**Na co z toho, co vás čeká, se těšíte nejvíc a z čeho máte největší obavy?**

Nejzajímavější je pro mne samozřejmě samotný výcvik a provedení letu. Vnímám to ale v mnohem širších souvislostech a uvědomuji si obrovský přesah pro postavení České republiky a velký motivační potenciál pro mladou generaci. Vidím to vždy, když mám možnost vystoupit před publikem mladých lidí, zejména ve školním věku. Nemyslím, že by bylo něco, z čeho bych měl strach.

**Jsou pro organismus náročnější častá přetížení, kterým jste vystaven v gripenu, nebo bude větší zátěž pobyt ve vesmíru? A v čem?**

Každé je trochu jiné. Z hlediska fyzické náročnosti je horší létání v gripenu. Beztížný stav je naopak zcela nový vjem a každý na něj reaguje jinak.

**Nedávno médií proběhla informace, že byl zrušen let do vesmíru choreografa, herce a výtvarného umělce Yemího A.D. Dá se to nějak srovnat s vaší situací?**

Srovnávat to nijak nelze. Zmiňovaný let dearMoon byla

## SOUHLASÍ I FIALA

„Československo bylo třetí zemí světa a nyní máme šanci poslat dalšího občana do vesmíru,“ říká premiér Petr Fiala. Mise do vesmíru by se podle ministra dopravy Martina Kupky mohla uskutečnit do pěti let.

- Do vesmíru se v poslední době dostal švédský astronaut, teď prochází výcvikem astronaut polský.
- Svoboda v roce 2022 uspěl ve výběrovém řízení Evropské kosmické agentury (ESA) v konkurenci dalších dvaceti tisíc uchazečů. **MET**

soukromá aktivita japonského miliardáře. Vesmírný program České republiky, potažmo ESA, je zcela profesionální záležitost zaměřená na špičkový výzkum, technologie a strategické projekty.

**Co bych mohl jako Čech udělat, abych se dostal do vesmíru?**

Účast na pilotovaných kosmických letech je možná z velké části díky našemu členství v Evropské kosmické agentuře a od roku 2022 také díky zastoupení v oddělu astronautů. Výběr nováčků navíc probíhá s poměrně dlouhou periodou. Zhruba jednou za deset let. Takže základním předpokladem je přihlásit se, a pokud možno uspět.

**Co říkáte na české počiny spojené s vesmírem? Lidé z Akademie věd tuším posílají různé věci na Mars a podobně...**

Česká republika má ve vesmírných technologiích poměrně dlouhou tradici. Nejedná se jen o výzkum. Na stovkách projektů ESA již spolupracovalo několik desítek českých firem, což přináší zpět do Česka nejen zkušenosti a technologické know-how, ale také nemalé peníze. Díky technologicky vyspělým projektům a zapojení průmyslu se daří dosahovat až osminásobné návratnosti investovaných prostředků. Současnou snahou je tento potenciál dále rozvíjet.



FILIP JAROŠEVSKÝ  
filip.jaroševsky@metr.cz

## KOSMOS V BRNĚ

Stejně jako Svoboda i pořadatelé výstavy Space Mission vnímají jeho let nejen jako zviditelnění Česka ve světě, ale i jako inspiraci pro nastupující generaci.

- Na výstavě v Brně jsou pro fanoušky kosmonautiky připraveny stovky exponátů dokumentujících dobývání kosmu od prvních letů až po plánované mise. Součástí je i prostor plný simulátorů a trenážerů, na kterých můžete přistát na Měsíci nebo si vyzkoušet výcvik astronautů, ale i bojových pilotů, jaký prodělal také Aleš Svoboda. Více na space-mission.cz. **JAR**



Svoboda bude reprezentovat Česko i mimo Zemi.



**U příležitosti oslav 3 000 000 prodaných balení ikonického přípravku na klouby je nyní k dispozici 100 produktů za pouhých 0 Kč!**

# BOLESTI KLOUBŮ, ZAD A KOLEN KONEČNĚ ZMIZELY

**BALÍČKY ZA 0 CZK ČEKAJÍ NA ČÍSLE: 296 183 004**

**Toto** je jediná příležitost, jak si vyzvednout inovativní prostředek na klouby, který odstraňuje bolest, necitlivost a otoky nohou, rukou a zad během okamžiku. Již více než 3 000 000 lidí po celém světě potvrzuje, že tato vynikající kúra odstraňuje bolesti po úrazech a problémy s artritidou již po 1. aplikaci. Specifický výrobek vyvinul významný odborník. Jak vznikl?



**„Chtěl jsem najít způsob, jak se zbavit bolesti.“**

Dobrý den,, jmenuji se James Scott. Rád bych vám pověděl o produktu, který mě před několika měsíci zachránil a dnes pomáhá milionům lidí po celém světě. Pravdou je, že donedávna chyběla účinná léčba, která by si poradila s artritidou. Sám jsem si to vyzkoušel na vlastní kůži. Před několika lety jsem se potýkal s hroznými bolestmi páteře a necitlivostí končetin. Bolest byla tak nesnesitelná, že jsem se nemohl soustředit na práci. Upřímně řečeno, už jsem nebyl schopen ničeho, ale nemohl jsem se smířit s myšlenkou, že takový bude od nynějška můj život. Smutný, prázdný... mrtvý.

Rozhodl jsem se bránit. Dal jsem dohromady tým špičkových vědců a společně jsme vyvinuli vzorec, který pomáhá doplnit deficitu kloubní synovie. A to znamená, že se vaše klouby brzy přestanou o sebe třít, mikroškození kloubní chrupavky se zregeneruje a bolest, otoky a záněty navždy zmizí. Přesně to se stalo v mém případě.

Dnes jsem zdravý, fit a aktivní muž, který si užívá života. Doufám, že náš vzorec bude dělat totéž i pro vás.



**Právě v této budově byl odborníky vytvořen přípravek, který obnovuje kloubní chrupavku.**

**Za svůj objev získal prestižní ocenění Nejlepší lékařský objev roku 2022.**

Věděli jste, že každý, kdo je starší 35 let, musel až dosud počítat s tím, že jeho klouby budou každým rokem tužší a méně odolné vůči zranění? Naštěstí se to změnilo. Lidé v nejlepších letech už nejsou odsouzeni k poklesu kondice. Ne nadarmo je jeho inovativní vzorec

mnohými odborníky označován za zázračný přípravek proti artritidě. A přestože od jeho uvedení na evropský trh uplynulo teprve několik měsíců, získal již řadu ocenění v oboru.

## Jaké účinky můžete očekávat?

- Okamžitá úleva od bolesti kloubů, kolen a páteře
- Odstranění slzení, necitlivosti a tření kloubů
- Snížení otoků
- Rekonstrukce chrupavky
- Zvýšení produkce kolagenu v těle
- Úleva od revmatické a artritické bolesti
- Urychlení zotavení po úrazech, pohmožděninách a poraněních.
- Obnovení plné pohyblivosti nohou a rukou
- Eliminace vystřelování v kolenou a loktech při ohýbání

Jedná se o jednu z nejkomplexnějších a nejdražších metod, které kdy byly vyvinuty. Donedávna byla dostupná pouze na soukromých klinikách v zahraničí. **Nyní se vám může dostat do rukou za pouhých 0 Kč.** Nezáleží na tom, zda trpíte bolestmi zad, kyčlí, kolen nebo loktů - v každém případě můžete nepříjemnosti porazit působením „zevnitř“. To je velký krok vpřed v prevenci a boji proti problémům s klouby.

## Pro koho je tato akce výhodná?

Každá osoba žijící v České republice, která zavolá na uvedené číslo a odkáže na tento článek. Nemusíte nic podepisovat ani posílat žádná potvrzení.

## Do kdy je nabídka platná?

Tuto nabídku můžete využít do **18.07.2024** nebo do vyčerpání zásob propagačních přípravků. Proto je velmi důležité zavolat co nejdříve, abyste si mohli balení rezervovat.

## Proč rozdáváme balení za 0 Kč?

Protože společnost výrobce letos slaví 20. narozeniny a minulý týden dosáhl prodej jejího nejoblíbenějšího přípravku (nejprodávanějšího přípravku na klouby) 3 000 000 balení! Nejlepším způsobem, jak tento úspěch oslavit, je uspořádat akci, v rámci které mohou ti, kteří ještě neměli tu čest konkrétní přípravek užívat, získat za 0 Kč.

**Pozor na podvodníky!** Na trhu je nyní mnoho padělků tohoto opatření. Nenechte se oklamat. V naší zemi si originální přípravek neokupíte v žádné lékárně, získáte ho pouze prostřednictvím specializované infolinky.

**Zavolejte a vyzvedněte si kloubní regenerátor - stojí jen 0 Kč!**

**Prvních 100 lidí, kteří zavolají na číslo 296 183 004, obdrží od výrobce exkluzivní refundaci.**

**V souladu s podmínkami akce platí omezení: 1 balení na domácnost.**

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

\*Následující produkt je doplněk stravy a není určen k diagnostikování, léčbě ani prevenci jakýchkoli nemocí. Předkládaný obsah nepředstavuje lékařskou radu a nemůže nahradit konzultaci s odborníkem. \*Doplněk stravy je potravinou, jejímž cílem je doplnění běžné stravy. Doplněk stravy nemá léčivé vlastnosti. \*Tento reklamní článek je založen na fikci a jakákoli podobnost se skutečnými osobami, místy nebo událostmi je čistě náhodná. \*Účinky používání produktu závisí na individuálních dispozicích uživatelů a mohou se lišit. Informace uvedené v článku o účincích a rychlosti působení produktu nepředstavují záruku prodávajícího o jeho vlastnostech.

# Dobrácký nešika má tři dny na záchranu babičky



Rychle a nemožné zkusí oživit parodii. Žánr totiž upadá.



Francouzská komedie Rychle a nemožné paroduje mimo jiné i autařskou akční sérii Rychle a zběsile.



Hlavní hrdina snímku se vydává i ve stopách Toma Cruise.

**Do kin dnes míří snímek Rychle a nemožné. Šílená parodie na akční filmy má být jedním z hitů francouzské filmové sezony.**

Rychle a zběsile, Terminátor 2, Mission: Impossible, Rambo, Indiana Jones, ale taky Kingsman nebo Dámský gambit. To je výčet několika snímků, ze kterých si ode dneška dělá v kinech legraci režisér, scenárista a hlavní herecká osobnost v jednom Tarek Boudali. Jeho zbabělý mladý policajt Rayane v kinosálech řádl již před čtyřmi lety, a to v komedii Machr na 30 dnů. Tehdy byla na plátně zdrojem humoru a akce mylná diagnóza jeho ošetřujícího lékaře, po které si konečně začne užívat život naplno. Nyní má jít opět o adrenalinovou jízdu, jež má být plná gagů a vtipných narážek na ikonické scény ze slavných bijáků.

#### Lepší než alibi?

Mysleli jste si, že jste od tvůrců bláznivých francouzských

komedií Babysitting, Alibi na klíč nebo Alibi na klíč: Den D viděli už všechno? V Rychle a nemožné se mají tvůrci v čele s Boudalim podle českého distributora překonávat. A to hlavně v posouvání hranice absurdity. A o čem filmová novinka pojednává? Nemotorný, ale dobrácký policista Rayane zjistí, že jeho babičku unesl mexický drogový kartel. Teď má tři dny na doručení astronomického výkupného. Se svými partáky se coby rádobý neo-hrožený mstitel vydává na šílenou misi napříč Francií, Abú Dhabíb i mexickou džunglí, aby ji zachránil. Nemilosrdný boj s časem začíná.

#### Jako Tom

„Záměrem bylo natočit komedii v americkém stylu. Potřebovali jsme velkolepé sekven-

ce. A protože jsem chtěl parodovat Mission: Impossible, a zejména scénu, v níž Tom Cruise zdolává slavnou Burdž Chalífu v Dubaji, vybral jsem si Abú Dhabíb a věže Conrad,“ popisuje režisér a současně představitel hlavní role Boudali jednu z epických scén, která se natáčela na tři sta metrů vysoké dominantě spojených arabských emirátů.

„U mrakodrapu nejde o to, jestli se zraníš, nebo ne, ale jestli přežiješ, nebo ne. Neexistuje žádná střední cesta. Naštěstí mám po boku koordinátora kaskadérů Christopha Marsauda, který je velmi prozíravý. Je to můj druhý táta, naučil mě všechno, co umím. Mám k němu zvláštní vztah, vzhledem k tomu, že neustále svěřuju svůj život do jeho rukou. A svůj život nesvěřujete do rukou jen tak někomu! Když si vymyslím nějakou šílenost, řekne mi, jestli je to možné, nebo ne. A pokud ano, jdeme do toho,“ dodává a tvrdí, že se v novince rozhodně při zemi nedržel.

#### Oživený žánr

Rychle a nemožné zkusí v kinech nejen vydělat hromadu peněz, ale také oživit žánr, respektive subžánr filmových parodií. Od dob, kdy v kinech bodovala policajtská trilogie Bláznivá střela či horory inspirovaná sérií Scary Movie, uplynula již pěkná řádka let. Většina tvůrců parodií posledních let totiž nedodrží základní poučku, že aby měla parodie skutečně úspěch, musí především fungovat jako samostatný film. Tyto kvality mají jak snímky Připoutejte se, prosím! (1980) či Mladý Frankenstein (1974), který parodoval klasické horory, tak zvrácenější verze Hvězdných válek – Spaceballs (1987). Zajímavým počinem je také Star Trekem inspirovaný Galaxy Quest (1999). O resuscitaci žánru se pak v posledních letech pokoušely propadáky jako Padesát odstínů černé (2016) nebo youtuberský zatracovaný experiment Airplane Mode (2019).

FILIP JAROŠEVSKÝ

#### AUSTIN I CHARLIE

Parodie sklízely úspěch i v 90. letech, a to především díky komediantovi Mikovi Myersovi a jeho postavě Austina Powerse, který si vzal v kinech na paškál ságu o Jamesi Bondovi.

- Úspěch měla i dvojice snímků s Charliem Sheenem v hlavní roli. Jednička Žhavých výstřelů parodovala Top Gun, dvojka pak Rambo a další akční filmy. JAR

INZERCE

TSBOHEMIA.CZ

# Denně 30 000 Kč NA KOLO

Hrajte na [iDNES.cz/premium](https://idnes.cz/premium)



# Diabetes a jeho vliv na zdraví srdce a mozku. Jak může léčba pomoci předcházet komplikacím?

**Cukrovka není jen otázkou hladiny cukru v krvi. Jedná se o komplexní onemocnění, které může mít závažné dopady i na zdraví srdce a mozku. Zvýšené riziko srdečních a cévních onemocnění však pacienti s cukrovkou často podceňují a až polovina z nich o něm neví. Díky moderní léčbě však lze riziko těchto komplikací výrazně snížit.**

Lidé s diabetem často nepřikládají význam svému srdečně-cévnímu zdraví a soustředí se pouze na kontrolu hladiny cukru. „To je však chyba, protože diabetici mají až dvakrát vyšší riziko srdečního onemocnění nebo mrtvice než zdravá populace. Srdeční problémy navíc s věkem narůstají a u diabetiků jsou dokonce hlavní příčinou úmrtí,“ upozorňuje prof. MUDr. Zdeněk Rušavý, Ph.D.

## Rizika cukrovky – dopady na zdraví srdce a mozku

V ČR trpí diabetem přibližně 10 % populace, a jak potvrzuje profesor Rušavý, diabetolog působící ve Fakultní nemocnici Plzeň, výskyt cukrovky má v Plzeňském kraji, stejně jako v celé republice, dlouhodobě stoupající tendenci. V současné době se zde léčí přibližně 50 tis. diabetiků, z nichž



prof. MUDr. Zdeněk Rušavý, Ph.D.

90 % tvoří pacienti s cukrovkou 2. typu. Jejich léčba by však neměla být ponechána

pouze v rukou diabetologů, ale i dalších specialistů. Diabetes totiž významně ovlivňuje také zdraví srdce a cév. Pokud jsou hladiny glykémie zvýšené, vzniká ateroskleróza, která může být příčinou infarktu, mrtvice nebo amputace končetiny. „Diabetici jsou také náchylnější k dalším onemocněním, jako je obezita nebo vysoká hladina cholesterolu, což dále zvyšuje riziko kardiovaskulárních komplikací,“ varuje prof. Rušavý a dodává, že dlouhodobě vysoká hladina glykémie může rovněž poškodit nervový systém, což vede k diabetické neuropatii a výrazně zvyšuje riziko vzniku demence.

## Pokrok v léčbě diabetu

Moderní léky na cukrovku už neřeší jen úpravu hladiny cukru, ale chrání také cévy a srdce. Patří k nim například léky založené na účincích takzvaného hormonu GLP-1, které nejenže snižují hladinu krevního cukru, ale vedou také k velmi významné redukci výskytu srdečně-cévních komplikací. Navíc jsou schopny redukovat váhu, což je zvláště výhodné u pacientů s nadváhou a obezitou. „Při léčbě diabetu je klíčová také mezioborová spolupráce. Zásadní však je, aby se na léčbě aktivně podílel především sám pacient,“ dodává prof. Rušavý. Užitečné informace o léčbě diabetu 2. typu a o možnostech snižování rizik onemocnění, která s ním souvisí, najdete pacienti na [www.cukrovkacodal.cz](http://www.cukrovkacodal.cz).

CZ24CD00004

Riziko infarktu nebo mrtvice je u lidí s cukrovkou 2. typu 2–4× větší\*

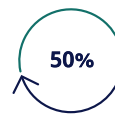
Více naleznete na [www.cukrovkacodal.cz](http://www.cukrovkacodal.cz)



Riziko infarktu a mrtvice se bez vašeho vědomí může tiše zvyšovat po několik let



Infarkt a mrtvice mohou u lidí s cukrovkou 2. typu nastat o více než 10 let dříve



Zvýšené riziko kardiovaskulárního onemocnění si uvědomuje pouze 50 % pacientů s cukrovkou 2. typu

**Věděli jste, že léčba GLP-1 RA může toto riziko snížit? Chcete se dozvědět více? Zeptejte se svého lékaře, zda je pro vás léčba GLP-1 RA vhodná.**

\* v porovnání s lidmi bez cukrovky

Novo Nordisk s.r.o., Karolinská 706/3, Karlín, 186 00 Praha 8, tel.: +420 233 089 611, [www.novonordisk.cz](http://www.novonordisk.cz)

CZ24DI00018



# Vítejte v lahodné Nelahozevsi, u mladičkého Antonína Dvořáka

## V rodišti velkého skladatele se „pohnuly ledy“.

V Nelahozevsi, jen půl hodiny od Prahy, ční nad Vltavou krásný renesanční zámek. Pod ním najdete rodný dům Antonína Dvořáka, který dostal zcela nový háv. „Již zítra budou pro širokou veřejnost otevřeny tři ze čtyř částí muzea a kulturního centra v rodném domě Antonína Dvořáka v testovacím provozu,“ uvádí manažer Jakub Fajnor. „V průběhu léta pak bude dokončena poslední část, jež poslouží jako moderní návštěvnické centrum,“ doplňuje.

### Génius v lavici

Návštěvníci se vcítí do časů mladičkého Antonína Dvořáka a zakusí atmosféru krčmy, která tehdy byla součástí domu. Také zhlédnou dobo-

vé školní lavice a zjistí, jaký na Dvořáka v prvních letech jeho života mělo vliv okolní prostředí, les a řeka, železnice, kostel či zámek.

V rámci testovacího letního provozu je připraven bonus, a sice zvýhodněné vstupné ve výši dětského pro všechny návštěvníky.

### V náručí Lobkowiczů



Původně barokní rodný dům Antonína Dvořáka s okolními hospodářskými budovami je významnou dominantou obce Nelahozeves a národní kulturní památkou. V roce 1884 jej zakoupila rodina Lobkowiczů. Později byl zkonfiskován nacistickým a komunistickým režimem. V letech 1976–2019 budovu spravovalo Národní muzeum, poté objekt převzala společnost Lobkowicz Collections, jež zahájila jeho proměnu v mezinárodní hudební centrum s novou muzejní expozicí. **HAL**



Vizualizace představující nový vstup do rodného domu Antonína Dvořáka

WRIGHT & WRIGHT ARCHITECTS

INZERCE

**NAKED**   
 **ATTRACTION**

**ÓČKO**

**CASTING STÁLE BĚŽÍ, NEZMEŠKEJ SVOU ŠANCI!**

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



# Sekačky na trávu a zahradní traktory

Pobyt na čerstvém vzduchu, pohodový odpočinek a relaxace. To jsou atributy životního stylu, které, zvláště v současné době, doporučuje deset z deseti lékařů. Neméně důležitou roli hraje i prostředí, ve kterém odpočíváme a trávíme volný čas. Neoddělitelnou součástí každé zahrady je trávník, který samozřejmě vyžaduje příslušnou péči. Většina lidí se o zahradu stará svépomocí a nejinak je tomu i s údržbou trávníku. Dnes se budeme věnovat asi té nejčastější činnosti na zahradách a tou je sekání trávy.



Jak ovšem tu vhodnou sekačku pro vaši zahradu vybrat? Pojdme si spolu projít body, na které by si měl dát pozor každý, kdo uvažuje o novém stroji. První rada na začátek tedy je: přesně si definujte vaše požadavky, a pečlivě vybírejte, porovnávejte a poslouchejte.

Sekačky na trávu se dělí podle způsobu sekání, šíře záběru, způsobu pohonu, typu pojezdu, úrovní vybavenosti, komfortu obsluhy a dalších vlastností.

Na drtivou většinu zahrad, s pravidelně udržovaným trávníkem je nejvhodnější motorová rotační sekačka nebo stále populárnější akumulátorová sekačka. Na za-

hrady s větší rozlohou trávníku je potom vhodný zahradní traktůrek.

Rovněž je nutné se zaměřit na způsob pojezdu sekačky a možnost mulčování. Například řada sekaček Honda je vybavena jak jednorychlostním pojezdem, tak i variabilním pojezdem, u akumulátorových sekaček EGO připadají v úvahu modely bez pojezdu nebo s variabilním pojezdem.

V současné době je moderní mulčování trávy. Pro dokonalý výsledek skutečného mulčování musí být usecena travní stébla co nejmenších rozměrů. Honda vyvinula a patentovala dvě technologie. První z nich se nazývá TwinBlade. Jedná se o použi-



tí dvou žacími noži současně navzájem odsazených namísto jednoho nože, které zaručí dvojnásobné přeseknutí



travního stébla. To zaručuje dokonalý sběr posečené trávy a co více, sběr i mokré či vlhké trávy.



Druhou z nich je integrovaný mulčovací systém. Jedná se o přívěru komínku výhozu trávy do sběrného koše s možností snadného ovládní pouze přesunutím jediné páky v horní části podvozku. Špičková ergonomie motorových sekaček Honda a AKU sekaček EGO je samozřejmostí a patří k tomu nejlepšímu, co se na trhu dá pořídit.

Srdcem motorových sekaček Honda je, jak jinak, než špičkový, benzínový 4 taktní motor Honda u AKU sekaček EGO zase výkonné baterie s dlouhou životností. Mimochodem AKU sekačky EGO se svým sekacím výkonem plně vyrovnají i těm nejvýkonnějším sekačkám s benzínovými motory, nevyžadují tolik údržby, jsou snadnější na obsluhu a při provozu jsou nesrovnatelně tišší.

A nakonec toto vše je dokonale usazeno a sladěno na podvozku, vylisovaném z ocelového plechu nebo odlitého z vysoce odolných plastů. Tvarováním žací komory „Optiflow“ je dosaženo ideálního toku vzduchu v prostoru žací komory. Proto sekačky Honda

a EGO tvoří naprostou a bezkonkurenční špičku v kvalitě sběru a naplnění sběrného koše.

kacích nožů s podpurnými ventilátory, patří traktory Honda na špičku v kvalitě sekání a sběru trávy. Standard-



Na sečení rozlehlých pozemků kde si již nevystačíme s rotační sekačkou je vhodné zvolit zahradní traktor, zařízení, které je větší, silnější, výkonnější, zachovává si schopnosti perfektního stříhu travního stébla, dokonalého sběru a vyčištění travnaté plochy a hlavně pohodlné a bez námahy ze sedačky a s volantem jako v automobilu. I zde platí zákonitosti s výběrem toho vhodného traktoru obdobně jako je tomu u sekaček. Každý zahradní traktor Honda je standardně dodáván s veškerým vybavením, nutným pro základní pracovní

ně montovaný integrovaný mulčovací systém je i u traktorů Honda. Jedná se o převěru komínku výhozu trávy do sběrného koše s možností snadného ovládní pouze přesunutím jediné páky hned vedle sedačky uživatele.

Po usednutí za volant otočíte klíčkem zapalování motor nastartujete, vlevo umístěnou pákou nastavíte výšku sekání a zatažením vypínače aktivujete dvojici sekacích nožů. Plynulá regulace rychlosti jízdy pojezdovým pedálem umožňuje plynule měnit rychlost jízdy dle aktuálních podmínek provozu. Pak už



činnost zahradního traktoru, tzn. sekání a sběr trávy.

Dvouválcové zážehové motory Honda „V-Twin“ poskytují nejvyšší možnou míru uhlazeného a konstantního výkonu a spolehlivosti. Jsou k dispozici tři pracovní režimy: sekání a sběr trávy a spadaného listí, sekání trávy se zadním výhozem a nakonec režim mulčování. Díky celé řadě technických řešení, ale hlavně díky originální konstrukci žací komory a se-

jen s úsměvem jezdíte, sečete metrovým záběrem a občas po upozornění světelné a zvukové signalizace vyprázdníte sběrný koš bez nutnosti vystoupit.

Široká nabídka příslušenství dělá z traktoru víceúčelový stroj, který budete využívat doslova celoročně. Ani akumulátorové stroje nezůstávají v této oblasti stranou a akumulátorová zahraniční technika EGO jako první na světě představila rider s nulovým poloměrem zatáčení poháněným přenosnými bateriemi EGO, které mohou pohánět i jiné stroje ze široké nabídky EGO. Vybere si jak majitel malé větší zahrady, tak i profesionál z komunální firmy.





# PLAY

## Volno!

Pro moje děti jsou prázdniny časem volna, zábavy, zmrzliny, koupání, výletů a zevlování. Čas, kdy nemusí vstávat do školy, můžou být venku až do tmy a podstatnou část dne tráví bez bot. Těší se na ně už od Vánoc. Pro rodiče ale prázdniny zdaleka taková idyla nejsou. S malými dětmi, které ještě nechodí do školky nebo do školy, jsou to prostě měsíce, kdy jsou vaši kamarádi většinou někde v trapu a vy buď trčíte doma, nebo trajdáte po babičkách a výletech. Všechno má trochu jiný rytmus, města jsou rozkopaná, v televizi reprízuji Malý pitaval a i ta do-

**Pro děti je to výstup z komfortní zóny, překonávání strachu a taky stýskání.**

prázdnin všechny. Takže nastupují (v lepším případě) babičky, dále tábory, příměstské tábory a převážení dětí někam, kde nebudou samy, a hlavně nebudou celý den na displeji. Rodiče to stojí čas, energii a spoustu peněz. A pro děti je to zase často výstup z komfortní zóny, překonávání strachu a taky stýskání. S většími dětmi to zatím neznám, ale tuším, že snahy udržet je mimo displej už jsou marné a že strach a stýskání se bude týkat spíš osamělých rodičů než jejich dospívajících potomků. Přeju nám všem, ať nás čeká víc těšení než stýskání. A nezapomeňte, že už za méně než půl roku budou Vánoce!

prava má volnější prázdninový režim. Ovšem pro pracující rodiče s mírně odrostlejšími dětmi představují prázdniny dvouměsíční logistický a plánovací quest, kdy je potřeba vyřešit neřešitelný úkol – pokrýt devět týdnů s dětmi, když máme k dispozici jen čtyři týdny dovolené a ve většině případů nepřichází v úvahu možnost vybrat si je během

DOBŘÝ DEN, JMENUJI SE  
**JULIE ČERVENÁ**  
BYLO MI PĚTATŘICET A MÁM DVĚ MALÉ DĚTI.



## @mojemetro



Jsme rádi, když nám dáte vědět, že vás to, co pro vás denně připravujeme, baví. Pak nám třeba, jen tak, pošle Petra Mrzenová do metrotagu sluníčko. Děkujeme a taky přejeme všem, ať se máte krásně. Rámeček níže můžete využít ke své tvorbě a použijte pak hashtagy #metrotag #mojemetro.

## #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!

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

REŠENÍ SUDOKU:  
LUŠTĚNKA: EDITOR

### LUŠTĚNKA

Doplňte podle legendy vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

- koumák, fiškus (expr.)
- ohrazené místo
- zdotat vzdálenost
- potíratí tukem
- tajenka
- literární posměch

		1	2	3	4	5	6
1							
2							
3							
4							
5						O	
6							





## SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



„Jsem bratr Dana Někonečného. Trrrrrr!“

MICHAL PRESLEY MATĚJKA  
Facebook

## POČASÍ

DNES



26/30 °C

ZÍTRA



28/32 °C

SOBOTA



29/33 °C

NEDĚLE



28/32 °C

Teplotní rekordy: ↓ 7,4 °C (1923) ↑ 37,2 °C (1935) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



## NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

FOTO: 2x AP

ČT1



**20.10 Nepodepsaný knoflík**  
Krimifilm (ČR, 2003). Co skrývá mlčíci vesnice? Hrají: O. Vlach, J. Zadražil, P. Oliva. Režie P. Kotek

**21.40 Musím tě svést**  
Komedialní drama (ČR, 2002). O svérázném řešení manželské krize. Hrají: I. Chýlková, I. Trojan, J. Kraus. Režie A. Sedláčková

**23.09 Výsledky losování Šťastných 10 a Extra Renty**

**23.10 Maigret a stará dáma**  
Detektivka (Fr., 1994)

**01.00 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou**

ČT2



**20.00 Výborná SHOW**  
Talk show. Hosté: M. Písařík, I. Brezovar a M. Lisá

**20.55 Trabantem z Austrálie do Asie (11, 12)**  
V pasti / Spanilá jízda. Cestopis

**21.55 Kafka (6/6)**  
Dora. Životopisný seriál (N/Rak., 2024). Hrají: J. Basman, L. L. Friešová, L. Eidinger, N. Ofczarek

**22.45 Praha 1952: Proces s Rudolfem Slánským**

**23.55 Šest posledních z Titaniku**

**00.55 Kruk (3/6)**

NOVA



**20.20 Policie Modrava III (6)**  
Neznámý útočník. Krimiseriál (ČR, 2019). Na Sušicku někdo během krátké doby znásilnil tři mladé ženy. Hrají: S. Norisová, J. Satoranský, F. Tomsa

**21.35 Dáma a Král II (4)**  
Hodný, zlý, ošklivý a mrtvý. Detektivní seriál (ČR, 2018). Hrají: T. Hořová, J. Cina, M. Dalecký

**22.45 Na vaší straně**

**23.30 Kriminálka Miami VIII (21, 22)**  
Krimiseriál (USA, 2009)

**01.25 Kriminálka Anděl II (9)**

PRIMA



**20.15 Slunce, seno a pár facek**  
Filmová komedie (ČR, 1989). I v idylických jihočeských Hoštčích může kvůli chytané svatbě dojít k ruční výměně názorů. Hrají: H. Růžičková, S. Tříška, V. Kánská. Režie Z. Troška

**22.35 Inkognito**  
V zábavné show se čtveřice osobnosti snaží uhodnout profesí jednotlivých hostů nebo jejich identitu. Moderuje L. Bouček

**23.50 Ano, šéfe!**  
Zdeněk Pohlreich je zpět v plné síle

**01.05 Policie v akci**

ÓČKO



**17.00 1Charted**

**18.00 Hitrádio desítka**

**19.00 Party ride**  
Příprava na dnešní mejdan

**21.00 Top 4 Óčko chart**  
První čtyři místa v hitparádě diváků Óčka

**21.15 Hot hity**

**22.00 Naked Attraction Poland**  
Polská verze nahé seznamky

**22.30 Virtuální svět TV**

**0.00 Óčko flirt**





### Nový explorer. Druhé elektrické SUV od Fordu

Po plně elektrickém Fordu Mustang Mach-E přichází na trh druhá elektrická novinka od modrého oválu. Jméno Explorer sice znáte už od devadesátek, ale o klasické spalovací SUV se tentokrát nejedná. Přijíždí menší auto, elektrické, na technickém základu, který Fordu poskytli Volkswagen ze svého modelu ID.4. Otestovali jsme je v okolí ledského jezera ve Slovinsku. Je tiché, pohodlné, nabažené technologiemi a jeho cena startuje na milionu korun. Vyzkoušeli jsme jak model s pohonem zadních kol, tak v provedení s pohonem všech. Ačkoli se může zdát jako prcek, není tomu tak. Ve druhé řadě sedadel nabízí překvapivě plno místa, s panoramatickým střešním oknem pak máte pocit, že sedíte v obýváku. Auto měřící 4,5 metru má kufr s objemem 450 litrů a pohodlná ergonomická sedadla.

TEXT A FOTO: PETR HOLEČEK

# Test pod Triglavem



### Promyšlený vnitřek

Interiér nového exploreru nás nadchnul. Hezky zpracovaná palubní deska má integrované prémiové reproduktory Bang & Olufsen, kterých je po autě rozseto rovnou deset. Skvěle vymyšlená je středová obrazovka velká skoro 15 palců, tu je možné posouvat do svislé nebo položené polohy. Pod ní je tajná schránka, která se zamyká společně s autem. Jízda v horách na klikatých silničkách nás velmi bavila, auto maskuje svou dvoutunovou hmotnost obřím výkonem, po sešlápnutí plynu vyletí jako šíp, je radost s ním předjíždět. Milá byla i spotřeba silnější verze, jen 19,5 kWh na 100 km. Variantu se 77kWh baterií je pak možné nabíjet až 135 kilowatty, tu silnější dokonce až 185 kilowatty. Pokud tedy zastavíte u rychlonabíječky, nezabere dobití baterie do osmdesáti procent ani půl hodiny. Při jízdě pomáhá řídicí rekuperace, při chytrém řízení použijete brzdy málokdy. Auto navíc pozná samo, kdy má začít brzdit. Tohle se Fordu opravdu povedlo.



### Chytrá rekuperace pomáhá při řízení

Díky platformě MEB od Němců má auto vyráběné v Kolíně nad Rýnem v nabídce zatím dva akumulátory, podle kterých se liší dojezd. Verze s jedním elektromotorem na zadní nápravě má výkon 286 koní a 77kWh baterií s udávaným dojezdem 600 kilometrů. Čtyřkolka se dvěma elektromotory má systémový výkon 340 koní a 79kWh baterií s dojezdem až 566 kilometrů. Abyste si mohli koupit nejlevnější verzi s cenou lehce nad milionem korun, musíte počkat do konce roku, kdy dorazí jednomotorový explorer s výkonem 170 koní a 52kWh baterií.





” Kouření už  
mi lezlo moc  
do peněz.

“

Tomáš, 37 let

Každý z nás  
měl jiný důvod.  
Jaký bude ten váš?



[vasduvod.cz](https://vasduvod.cz)

Přidejte se i vy mezi více než  
500 000 bývalých kuřáků,  
kteří odložili cigarety  
a udělali změnu.

Nejlepším způsobem, jak snížit zdravotní rizika spojená s užíváním  
tabákových a nikotinových výrobků, je úplně přestat tabákové  
výrobky a výrobky s obsahem nikotinu užívat.

Skutečný spotřebitel,  
který byl za svou účast  
v kampani odměněn.

**UNSMOKE**  
YOUR WORLD

  
PHILIP MORRIS ČR



## Mají nové logo a chtějí přivést medaili

Lakros bude zase vidět. Už za dva týdny zabojuje česká ženská reprezentace na mistrovství Evropy nejen o to, aby se dostala na světový šampionát v roce 2026. Češky zároveň chtějí z Portugalska přivést cenný kov. „Základ úspěchu je skupinu vyhrát a vyhnout se Anglii ve čtvrtfinále. Pokud se nám to podaří, čeká nás zřejmě někdo z dvojice Skotsko, nebo Wales, což jsou hratelnější soupeři,“ má jasno hlavní trenér ženské reprezentace Adam Ondráček (na snímku nahoře). Česká lakrosová unie zároveň včera představila nové logo (na trikách). Reprezentantky dorazila podpořit také zpěvačka a textařka Tereza Balonová (stojí v popředí), která je nová ambasadorka lakrosu v Česku. **MAH**

## KRÁTCE

### Klubům chybí dobrovolníci

Sportovním klubům a tělovýchovným jednotám chybí dobrovolníci, kteří by se podíleli na jejich vedení. V aktuálním průzkumu České unie sportu (ČUS), do něhož se na jaře zapojilo 2145 zástupců klubů a jednot, si na to stěžovalo 72 procent z nich. Předseda ČUS Miroslav Jansta na valné hromadě řekl, že to považuje za alarmující. I tento průzkum potvrdil klesající fyzickou kondici českých dětí.

### Bez NHL

Klub NHL se v nejbližší budoucnosti do Arizony po letošním odchodu nevrátí. Zámořská média uvedla, že se vlastník práv na jméno Coyotes Alex Meruelo vzdal plánů na vybudování nové arény v oblasti Phoenixu. **ČTK**

## ČÍSLA DNE

# 35

Příjmy klubů na fotbalovém trhu v sezoně 2022/2023 narostly o 16 procent, na 35,3 miliardy eur. Trhu dominovala Premier League, jejíž kluby zaznamenaly zisk 6,1 miliardy liber.

# 2

Tolik branek vstřelila Anglie ve skupinové fázi evropského fotbalového šampionátu. Tým sice postoupil z prvního místa do vyřazovacích bojů, ale fanouškům se předvedená hra nelíbila. Někteří dokonce po trenéroví týmu házelí vratné kelímky od piva. **ČTK**

# Basketbal slaví stovku

**K vidění bude i trofej pro vítěze NBA. Fanoušci se mohou těšit na hru tři na tři.**

Česko-slovenský basketbal dnes završí oslavy 100. výročí organizované činnosti na svém území. Oslavy zakončí zápasy premiérového ročníku soutěže 3x3 Profi Tour na náměstí Republiky v Praze, ocenění budou významní američtí basketbalisté s českými kořeny, k vidění bude i trofej pro vítěze NBA.

### Dlouhé oslavy

Basketbalisté odstartovali oslavy loni v září exhibičním duelem Česka se Slovenskem v 3x3 na hranicích v Novém Hrozenkově. Jubileum se promítlo i do uplynulého ročníku mužských a ženských soutěží, novinkou byly i společné Česko-slovenské poháry a jejich Final 8 pro mužské i ženské celky. V červnu vydaly obě federace pamětní list v podobě bankovky. **ČTK**

### Program pro fanoušky

Na náměstí Republiky budou připraveny dva kurty. Na jednom z nich vyvrcholí finálový turnaj premiérového ročníku mistrovství republiky Profi Tour 3x3 pro hráčky ženské ŽBL a mužské NBL.

Oslav se zúčastní významné osobnosti českého, slovenského, československého i světového basketbalu. Ve 14 hodin obdrží titul „Fatherland Order of Excellence by Czech Basketball Federation for outstanding performance“ významní američtí basketbalisté s českými kořeny. Osobně nebo v zastoupení rodiny se v Praze objeví bývalí hráči jako CJ Kupec, Joe Lapchick či Frank Kudelka.

Následně bude v Obecním domě k vidění trofej pro vítěze NBA, s níž se budou moci fanoušci vyfotit.

Program na náměstí Republiky uzavře zhruba v 17 hodin ocenění vítězů soutěže 3x3 Profi Tour. Po veřejné akci bude následovat galavečer v prostorách Obecního domu. Jeho záznam odvysílá ČT sport v pátek 28. června od 18 hodin. **ČTK**



## Mladá bikerka má jistotu

Úřadující mistryně Evropy ve freestyle BMX Iveta Mícuľová získala jistotu účasti na olympijských hrách v Paříži. Ve Francii by měla osmnáctiletá bikerka patřit mezi hlavní české medailové naděje. Dvojnásobná evropská šampionka z předchozích dvou let a držitelka bronzu z mistrovství světa v roce 2022 se kvalifikovala díky výkonům na světových a kontinentálních šampionátech a také v závěrečné kvalifikaci – v Šanghaji byla šestá. O start pod pěti kruhy ji tak nepřipravila ani nucená absence na nedávném druhém podniku olympijské kvalifikace v Budapešti kvůli zranění kotníku. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

### Auto-moto - poptávka

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