

RYAN GOSLING
EMILY BLUNT

metro 

PONDĚLÍ 29. DUBNA 2024 Č. 82 • WWW.METRO.CZ

OD REŽISÉRA FILMU BULLET TRAIN

KASKADÉR



V KINECH OD 2. KVĚTNA

UNIVERSAL
© 2024 UNIVERSAL STUDIOS

EVROPA2

ÓČKO

GRUNEX

LURITY

tvstar

marie claire

NBS
REGION

A11

TOTALFILM

NAFILMU.CZ

OPD

CinemArt

NÁKUPY *OnaDnes* 13.—19.5.

WWW.NAKUPYONADNES.CZ

SLEEVY

**SLEVOVÉ KUPONY 2024 NAJDETE 7.5. ŽENA A ŽIVOT
13.5. ONA DNES a PORTMONKA / 16.5. MAGAZÍN DNES+TV**



NADACE
TEREZY MAXOVÉ
DĚTEM

CHARITATIVNÍ PARTNER

POŘADATEL

NÁKUPY
OnaDnes

metro

Neparkujte. Odtáhneme!

Co dělat v okamžiku, kdy vám něco zakazuje či příkazuje cedule na soukromém domě, na vratech nebo jinde, kde už to nespadá do majetku radnice? Může vám kdokoli nechat odtáhnout vůz, když mu zablokujete vjezd na pozemek nebo do garáže?

STRANA 6

Česko brázdí historické vlaky

Národní technické muzeum, České dráhy i soukromé firmy opravují staré lokomotivy. Možností svést se historickou soupravou je během roku několik. Nostalgické jízdy jsou připravené i na prvního máje. Festival parních lokomotiv se koná v září.

STRANA 4, 5



Zákaz
se týká
nejen
kamionů

Ředitelství silnic a dálnic o víkendu instalovalo další **značky se zákazem předjíždění** vozidel **nad 3,5 tuny na dálnici D1**. Jeho dodržování budou policisté kontrolovat. **STRANA 9**

FRAJER

„CO DO BOT NATEKLO,



Jakub Jonáš z Jeseníků se chystá přejít Severní Ameriku v barefootech.

v barefoot botách, tedy takových, které mají obvykle tenkou, nebo dokonce téměř žádnou podrážku, tudíž jejich nositel cítí povrch pod nohama i pohyby při došlapu. Ještě před odletem poskytl Jakub Jonáš deníku Metro rozhovor.

Dokážete vysvětlit, proč chodíte takové štreky?

Jeden z důvodů, a nejspíše ten první, je ten, že jsem vyrůstal v Jeseníkách, kde jsem jako mladý měl svobodu objevovat hory. Čím více jsem ale objevoval, tím jsem posouval hranice. Začal jsem chodit na dlouhé pochody, kde jsem se seznamoval se spoustou lidí, a pak jsem přešel na ultramaratony. Možná znáte Beskydskou 7, Pražskou 100 nebo Jeseníckou 100. Jsou to běžecské závody v horách, většinou delší než 100 kilometrů. Na Jesenícké 100 jsem potkal Martina, toho, kdo se mnou chodí na všechny dlouhé treky, a tam to všechno začalo.

Který moment rozhodl o tom, že jste se přehoupli za oceán?

Jakmile jsem se dostal do skupiny těchto „ultrašlenců“, začal jsem objevovat, že existují ještě delší trasy než 100 kilometrů. Začali jsme s Pacifickou hřebenovkou (PCT), kterou jsme také dokončili, a potom jsme věděli, že už nic není nemožné. Během takových štrek řešíme jen základní přežití, což zahrnuje vybrat místo ke spaní, kolik jídla si vzít na danou vzdálenost, a hlavně kde nabrat vodu. Tohle já, jakožto pracu-

jící v cestovním ruchu, ocením, protože to беру jako takovou dovolenou od lidí. Na většině tras není signál, takže mám šanci zapřemýšlet o všem.

Proč jste si vybrali právě Continental Divide Trail? Co vás na něm láká?

CDT neboli Continental Divide Trail jsme měli na „bucket listu“ už hned po dokončení Pacifické. Láká nás dokončit Triple Crown (CDT, PCT, Appalachian Trail), což znamená projít tři hlavní traily v USA. PCT máme za sebou. Teď nás čeká CDT, který je delší a trošku divočejší. Uvidíme, co nás překvapí. Může se stát cokoliv. Požáry. Sněh. Láká nás divoká příroda a vysoké hory. Projdeme spoustou národních parků jako například Yellowstone, Skalnaté hory, Glacier. Největší obavy máme z medvědů, lépe řečeno z grizzlyů, kteří jsou mnohem nebezpečnější než černí medvědi, jež jsme zažili na Pacifické hřebenovce.

Postrádali jste na minulých cestách něco tak moc, že to teď berete?

Letos určitě vezmeme rolničky a spreje proti medvědům. Jinak po každém delším treku řešíme a stále vylepšujeme vybavení, aby nám to nejlépe vyhovovalo a samozřejmě aby bylo lehčí než předchozí trek. Co se týče vybavení, jsme připraveni na cokoliv a nic nás nedokáže překvapit.

Zajímavé také je, že místo pevných pohorek jste si vybral barefoot boty. Proč jste se tak rozhodli?

V barefootech chodím už asi osm let a nedám na ně dopustit. Většinou chodím v nízkých a prodyšných botách, ale na zimu volím vyšší a kožené. Pacifickou jsem šel v botách na běhy a plavání, nazval jsem je „nateče a vyteče“, protože co nateklo, tak i vyteklo, navíc rychle uschly.

Posledně jste chodili pouští i sněhem, opravdu jste u bot s tenkou podrážkou neměl problém?

V poušti jsem měl občas problémy s přehříváním, stačilo jen najít nějaký potůček a nohy ochladit. V zimě a ve sněhu to byl úplný opak. Nohy byly stále v mokru a každý večer jsem musel sušit. Dokonce v Sierra Nevadě jsem nosil nesmeky a zdolával čtyřtisícové vrcholy. Během PCT jsem měl čtyři páry bot, jedny v průměru na 1100 kilometrů.

Jak na tak dlouhé cestě pečujete o nohy?

Každý to má jinak, ale já jsem se naučil, že základem je mít dobré, lehké a hlavně prodyšné boty, protože pak noha netrpí. Pokud mám jen chvilku, tak botu sundám a nechám nohu provětrat, pak předejdu puchýřům či plísňím.

Chodíte nalehko, něco kolem sedmi kilogramů na zádech. Jak se do tohoto limitu vejdete?

V batohu vždycky máme karmatku, spacák a stan nebo tarp. Co se týče oblečení, tak mikinu, péřovku nebo syntetiku, nepromokavé kalhoty, dvě až tři trička, nějaké termoprádlo, pár trenek a pár ponožek. To úplně stačí. Pak je základem dobře vybavená lékárníčka, nabitá powerbanka, vařič s plnou plynovou bombou a nic vás nemůže překvapit. Já si nedokážu představit ráno bez kávy, takže kdekoliv jsem, tak sebou tahám kávu.

Teď jsou moderní navigace, moderní systémy, solární napájení. Spoléháte na techniku?

Pokud taháme elektroniku, je dobré mít silné powerbanky a rychlé nabíječky. Pro navigaci v terénu většinou používáme aplikace v mobilu, placené i neplacené. Jedna funguje i jako sociální síť, kde lidé nechávají komentáře, jako například kolik vody teče v prameni nebo jestli vůbec teče, kolik stanů se vejde na jedno kempoviště, kde je nejlepší místo na spaní, nejnižší pivo a tak dále. Na tento trek jsem si pořídil i satelitní SOS komunikátor, který v nouzi zavolá pomoc i bez telefonního signálu. Solární panely jsou super, ale taky ne. Jsou dobré během poledních pauz, kdy dobjete lehce powerbanku nebo mobil, ale jakmile jste v pohybu, tak nejsou moc spolehlivé.

Na cestách budete několik měsíců, jak to zvládne vaše nejbližší okolí?

Budeme v USA asi pět měsíců. Já vím, není to krátká doba. Pracuji v našem malém rodinném podniku. Máme lyžařský areál, pár penzionů a restauraci v Ostružné v Jeseníkách. Rodiče s tím nejsou úplně v pohodě, ale podporují mě v mých aktivitách. Pro nás to je většinou sezónní práce, takže snad se jedno léto obejdou beze mě.



IVETA BENÁKOVÁ
iveta.benakova@metro.cz

PRŮBĚH CESTY

Fanoušci ho najdou jako DvaNaTahu na Facebooku, Instagramu a YouTube.

- „Budeme se snažit dávat každý den fotografie, videa a příběhy z naší cesty,“ slibuje Jakub Jonáš.

MET

INZERCE

! VYKOUPIME !

**jakoukoliv nemovitost
i spoluvlastnický podíl**

**DŮM, BYT, CHATU,
CHALUPU, GARÁŽ, ...
PENÍZE IHNEDE**



+420 770 156 156

**info@nemovitostnivykupy.cz
www.nemovitostnivykupy.cz**

SPECIÁLNĚ O VLASECH

Můj lékař mi doporučil používat přípravky TH, které by měly vyřešit můj velký problém s vypadáváním a růstem nových vlasů. Jelikož nevím, kde tyto účinné výrobky sehnat, obracím se na Vaši redakci o poskytnutí bližších informací.

pan Pavel V.

Výhradním prodejcem těchto velmi kvalitních zahraničních výrobků TH, které jsou založeny výlučně na přírodní bázi, je firma SENS – Kyjov. Jedna vlasová kúra se skládá ze dvou krémů THERMAL (1 ks 330 Kč) a šamponu THERMAL (330 Kč), dohromady 990 Kč. Uvedené přípravky si můžete i s přesným návodem koupit, případně objednat na adrese:

**SENS – 697 01 Kyjov,
Komenského 606, Tel.: 518 615 091**

I VYTEKLO“



Ušetřete až
47%

**NIŽŠÍ
CENY
KAŽDÝ
DEN**

OD PONDĚLÍ 29. DUBNA



500 g - balení

-47%

37.90

19.90

Brokolice
1 kg = 39,80 Kč

PLATÍ DO 1. 5. 2024



MALÝ
OBSAH
SEMEN

1 kg

-40%

49.90

29.90

Vodní meloun

-44% **27.90**

PLATÍ DO 1. 5. 2024



**2
KUŘATA
V BALENÍ**



-30%

64.90

44.90

Fuet Extra
100 g = 26,41 Kč



**SUPER
CENA**

cena za 1 kg

49.90

Kuře duo



100 g

-37%

26.90

16.90

Anglická slanina

* Uspora na měrné ceně v porovnání s produktem ve stálé nabídce, který může být po dobu trvání akce krátkodobě nedostupný.

Nabídka zboží platí do 5. 5. 2024 nebo do vyprodání zásob.

RAČTE SI NASTOUPIT.



Vyjede v létě?

Fanoušci vlakové historie se mají na co těšit. Pokud vše půjde dobře, měla by být pro letní sezonu v provozu úzkorozchodná mašinka 705.914-0. Ta bude pendlovat na osoblazské úzkokolejce ve Slezsku. Stroj z 50. let nedávno prošel velkou rekonstrukcí. České dráhy investovaly do jeho obnovy několik milionů korun. Opraveny byly všechny součásti lokomotivy včetně hlavního rámu a zkorodovaných částí skříňe. Technici také do stroje dosadili úplně nový spalovací motor, který splňuje současné emisní limity. **FOTO: ČESKÉ DRÁHY**

Ušatá se vrátila

V obnově vlaků se čini i Národní technické muzeum (NTM). To letos vrátilo do provozu parní lokomotivu 464.102 z roku 1940. „Velkou poklonu zasluží realizační tým Michala Bednáře ze společnosti 1. kolínská lokomotivní, která stroj kvalitně a včas opravila,“ uvedl Karel Ksandr, generální ředitel NTM a dodal: „Opravená lokomotiva se stane ozdobou muzejního vlaku, který jsme v letošním roce sestavili jako první vlak NTM pro jízdy po tratích.“ Pokud mašinu na dráze uvidíte, všimněte si svislých plechů na usměrňování kouře. Právě kvůli nim se lokomotivě říká „ušatá“. **FOTO: NTM, TEXT: MAH**



INZERCE

BAUHAUS®

MUŠKÁTY 4PACK

Pelargonium peltatum, zonale
převísle i vzpřímené, mix
barev, prémiová kvalita z ČR,
Ø květináče 9 cm

4pack

119,-!



PŘÍŠTÍ STANICE NOSTALGIE



Albatros se vrátí do provozu

Legendární rychlíková lokomotiva z roku 1947 bude opět dělat radost. České dráhy využily nabídku společnosti Steam Story Agency, že zajistí opravu lokomotivy. Za to získá firma stroj na 30 let do nájmu. „Jsem rád, že se našel soukromý investor, který má možnost vložit několik desítek milionů korun do oživení československé parní legendy, která už 12 let stojí bez hnutí v depu,“ říká Jiří Jeřeta, člen představenstva a náměstek generálního ředitele Českých drah pro osobní dopravu. Lokomotiva 498.022 se po opravě stane největší z provozních muzejních parních strojů v majetku Českých drah. Jen samotná lokomotiva bez tendru má 15,5 metru na délku a hmotnost kolem 100 tun. Přezdívkou albatros dostaly tyto lokomotivy kvůli modrému laku kotle. V době největší slávy tahaly důležité expresy a rychlíky například z Prahy do Brna a Bratislavy nebo z Bratislavy do Žiliny.

FOTO: J. DVOŘÁK

V Benešově opět zavoní kouř

Společnost Steam Story Agency má s historickými vlaky bohaté zkušenosti. Také letos chystá Festival parních lokomotiv. Ten se koná v Benešově u Prahy od pátku 13. do neděle 15. září. Těšit se můžete například na parní, motorové a elektrické lokomotivy z Česka, Rakouska, Slovenska, Německa a Maďarska. „Návštěvníci uvidí i motorový vůz řady VT 5145 Blauer Blitz, který před 60 lety jezdil na legendárním expresu Vindobona. Využijte jedinečné příležitosti spatřit jednu z perel nejslavnějšího mezinárodního expresu v bývalém Československu,“ zvučí pořadatelé na festival. Celkem bude v rámci akce vypraveno přes 35 zvláštních vlaků. Součástí festivalu je i výstava v depu.



Retro 1. máj

Netradiční akci si můžete ve středu užít v Zubrnicih (červený vlak) v Ústeckém kraji. Na retro 1. máji nebudou chybět mávátky, dobové transparenty a ozdobená auta. Průvod půjde z návsi zhruba ve 12.30 na nádraží, kde přivítá vyzdobený vlak, který přijede ze Střekova. Podobná akce se koná v Ústeckém kraji ještě jedna. Na Švestkové dráze, tedy na lince z Litoměřice do Mostu, jsou připraveny nostalgické jízdy. Společnost AŽD ve středu do trať vypraví soupravu taženou lokomotivou z roku 1925.

FOTO: ZUBRNICKAZELEZNICE.CZ A CDNOSTALGIE.CZ

INZERCE



Na skútru zábavně a bezpečně!



2+2
ROKY
GARANCE

Address 125 NYNÍ ZA 59.900 Kč

Vlastníte skútr Suzuki a toužíte zažít nevšední jízdu a zároveň zdokonalit své řídicí schopnosti? Nechte se vtáhnout do dne plného zábavy, vzrušujících výzev a užitečných tipů, které z vás učiní lepšího jezdce. Přidejte se ke známým osobnostem, profíkům a ostatním nadšencům a zažijte svůj skútr jinak. Na přibližně 60km trase líbivou krajinou plnou zajímavých míst a klikatých silnic můžete plnit připravené nezákladné úkoly a zúčastnit se tak soutěže o ceny. Těšíme se na vás!

Sobota 18. května 2024, Praha Kunratice – Karlštejn

Registrace u vašeho autorizovaného prodejce Suzuki a více informací na www.suzuki.cz

f SuzukiMotoCzech

SUZUKI
ASSISTANCE

SUZUKI
GENUINE PARTS

www.suzuki.cz

Neparkujte, nebo vás necháme odtáhnout. Tak snadné to není

Co krok, to dopravní značka nebo tabulka s nějakým zákazem. Česko se „výhrůžkami“ jenom hemží.

Možná si ještě vybavíte pražskou „aféru“, kdy strážníci vykazovali ze svažů Petřina sňukující děti. Aby pak udělalo město výjimku, když nechalo drobotinu s rodiči provozovat zimní klouzání, a navíc přidalo pár plastových bobů.

Jednalo se o pozemek města a to může pohyb po trávnících, v parcích a na jiných plochách vymezit vyhláškou a třeba ho i sankcionovat.

Odtáhnout ho můžete, ale na vlastní náklady

Co ale dělat v okamžiku, kdy vám něco zakazuje či příkazuje cedule na soukromém domě, na vratech nebo jinde, kde to už nespadá do majetku radnice? Může vám kdokoli nechat odtáhnout vůz, když mu zablokujete vjezd a stání před vjezdem na pozemní komunikaci z místa ležícího mimo pozemní komunikaci,“ připomíná mluvčí pražské městské policie Irena Seifertová.

„Zákon o provozu na pozemních komunikacích stanoví, že je zakázáno zastavení a stání před vjezdem na pozemní komunikaci z místa ležícího mimo pozemní komunikaci,“ připomíná mluvčí pražské městské policie Irena Seifertová.

Jak si vjezd a případný zákaz stání majitel vyznačí, je na něm, žádná státem uznaná tabulka není. „Jestliže zaparkované vozidlo brání výjezdu nebo vjezdu na místo ležící mimo pozemní ko-



Špatně parkující vůz před vraty můžete odtáhnout, ale bez nahlášení a bez asistence policie musíte odtah zaplatit ze svého. Až následně můžete náklady na odtah vymáhat od majitele auta. METRO

munikaci, je dotčený řidič oprávněn kontaktovat městskou nebo státní policii. Ta dle konkrétní situace posoudí, zda vozidlo tvoří překážku provozu na pozemních komunikacích, a je oprávněna nařídít odtah takového vozidla, samozřejmě pak i dále řešit přestupek řidiče,“ upřesňuje Seifertová.

Pokud se rozhodne vlastník pozemku vozidlo odstranit, musí si sám sehnat odtahovou službu a náklady, případně jiné odškodnění po majiteli vozu následně vymáhat v občanskoprávním řízení. Vzniká tu ale mimo jiné riziko, že vůz bude při odtahu poškozen a majitel vozu pak může naopak škodu po tom,

kdo jeho vozidlo nechal odvézt, vymáhat.

Když zavoláte strážníky, chybu neuděláte

Podrobnosti přidává i právnička zabývající se případy z oblasti dopravy, přestupků a všeho kolem řízení a provozu aut. „Pokud budeme brát v potaz, že jste stál na cizím pozemku, který byl označen i cedulí, ale i kdyby nebyl, tak majitel pozemku nemůže nechat odtáhnout vozidlo, natož jej poškodit,“ zdůrazňuje Nela Mízerová z karvinské advokátní kanceláře Práva řidiče.

Správný postup by měl být podle ní takový, že poškozený by měl zavolat policisty a ti by měli danou věc řešit.

„Nikoliv že on takto bude nakládat s vaším majetkem, to je protiprávní. Pak by se to mohlo řešit udáním jako poškození cizí věci,“ říká Mízerová k situaci, kdy by došlo ke škodě na majetku.

Zákaz může být nezákonný. Pokuta až 300 tisíc korun

Jen tak ale něco někomu zakázat, a ještě na ceduli, nemusí být nevinné. Zvláště když se jedná o dopravní značku a umístí ji ten, kdo na to nemá právo. Například si dá před dům zákaz zastavení, který odněkud přemístí. „Může se jednat o přestupek ze strany osoby, která tuto značku neoprávněně umístila. Za takový přestupek lze

VSTUP ZAKÁZÁN?

Některé zákazy místní úřady přehánějí.

- Před pěti lety musela havířovská radnice po rozhodnutí soudu zrušit zákaz vstupu na trávníky a pokuty za takový „přestupek“.
- Nulovou vymahatelnost sankcí, navíc peněžitých, má ten, kdo si na soukromý či firemní pozemek dá ceduli typu „zákaz vstupu pod pokutou 50 000 korun“.
- Neoprávněný vstup na cizí pozemek ale může být považován za přestupek, nebo dokonce trestný čin.
- Každý má právo na volný průchod přes pozemky, které jsou ve vlastnictví obce, státu nebo právnické osoby, pokud tím nezpůsobí škodu na majetku či zdraví a nezasahuje do práv na ochranu osobnosti či sousedských práv. PH

uložit pokutu až do výše tři sta tisíc korun,“ říká Eduarda Hekšová, ředitelka sportebitelské organizace dTest.

Co se však týká upozornění na možné pokuty či odtahování, nejspíše se takové označení nebude považovat za neoprávněnou dopravní značku, ale spíše o upozornění na možné následky, které stanoví zákon či jiný právní předpis. „Umístění značky jako zákaz parkování na garáž může sloužit pro odrazení potenciálních parkujících,“ uzavírá Hekšová. PAVEL HRABICA

INZERCE

Portmonka
ZJEDNODUŠÍ SI NAKUPOVÁNÍ

VĚRNOSTNÍ KARTY POD PALCEM

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

www.mojeportmonka.cz

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

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

Oznámení

- Srdečně zveme na přednášku Archeologie a Bible – nejnovější nálezy 30.4. v 18.00 ve Freskovém sále Staré radnice Brno. Přednese historik W. Bynum. Pořádají Krestane-brno-vin.cz. Vstup zdarma.

Finance - nabídka

- Okamžitá půjčka pro zaměstnance, důchodce i OSVČ. Tel.: 774248427

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

737 352 730



Jindřichovice zakázaly vstup úředníkům. MAFRA

První pomoc z lékárny



Dýchejte naplno s probiotiky

Kýchání, smrkání a oči plné slz aneb pylová sezóna se vším všudy? **Řešte svůj stav od základu a bez vedlejších účinků** – specializovanými probiotiky v chráněném komplexu BioBoom!

Péči o váš střevní mikrobiom zajistí doplněk stravy **ALergoHelp BioBoom®**. Síla probiotických kmenů v unikátním komplexu BIOBOOM® spolu s beta-glukany, zeleným čajem, chlorellou a vitamínem D3 podporují obranyschopnost organismu před vnějšími vlivy, původci kýchání, smrkání a slzení očí.

K dostání také na www.AlergoHelp.cz.



Nedají vám zuby spát?

Ulevte si rychle od problémů se zlobivým zubem, s citlivými dásněmi nebo odhalenými krčky.

Spolehněte se na účinný přípravek **Dentacol**, který rychle uleví od nepříjemných pocitů v dutině ústní. Díky přírodnímu složení s obsahem hřebíčku a skořice Dentacol rychle zklidní problematické místo a pozitivně působí na mikroflóru ústní dutiny bez jakýchkoli vedlejších účinků. Obsažený alkohol navíc hubí nežádoucí mikroorganismy v ústech.

Dentacol rychle zklidní zlobivý zub či citlivou dásen a zajistí vám dlouhodobou úlevu.



Pálí, svědí, bodají? STOP hemoroidům!

Hemoroidy postihují až tři ze čtyř lidí. Příčinou jejich vzniku je především nedostatek pohybu, sedavé zaměstnání, nadváha, ale také těhotenství nebo nadměrný stres. Máte s hemoroidy problém i vy?



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

Trefou do černého je nejprodávanější gel na hemoroidy v kategorii zdravotnických prostředků – **Hemostop Gel Max** z prémiové řady Da Vinci Academia. Díky kombinaci dubové kůry, boswellie, Aloe vera a dalších devíti bylin působí Hemostop® již při prvotních problémech spojených s hemoroidy (svrbění, štípání a pálení konečníku). Díky Aloe vera má Hemostop® zklidňující účinek při podráždění a svědění v oblasti konečníku. Boswellie je využívána především pro své protizánětlivé účinky. Přípravek je vhodný také pro těhotné a kojící ženy.

Přímý zásah proti hemoroidům!

Konec bolesti zad, svalů a kloubů

Bolesti pohybového aparátu mají snadné a efektivní řešení. Konopné mazání **Thermolka** je totiž dostupné i ve formě náplastí. Hřejivé náplastí intenzivně prohřejí a rychle uleví od bolesti, ztuhlosti i přetížení pohybového aparátu.

Zdravotnický prostředek **Cannaderm thermolka HŘEJIVÁ NÁPLAST NEW** vyniká vysokou účinností při řešení bolesti a ztuhlosti svalů a zad i komfortním způsobem použití. Náplastí jsou ideální pro úlevu od přetížení pohybového aparátu v klidovém režimu. Silný hřejivý efekt náplastí intenzivně prohřívá a omezuje bolestivost postiženého místa. Díky inovované hydrogelové formě náplastí lépe přilnou k pokožce, ale je možné je také snadno odstranit bez nepříjemného podráždění pokožky a trhání chloupků.

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



Chatboti mohou poradit, říká studie. Nejsou však psychology

Umělá inteligence (AI) by se ráda stala psychoterapeutem. Opravdu dokáže pomoci?

Textů o AI jste už určitě četli mnoho. Umělá inteligence se snaží rozvíjet doslova v každém oboru. Jistě už jste slyšeli o AI v soudnictví, v IT technologiích, průmyslu a už se objevily i případy, kdy dokázala pomoci ve zdravotnictví. Mimo to, že umělou inteligenci zdravotníci a vědci rozvíjejí za účelem třeba dřívějšího odhalení nádorů, v zahraničí se už někteří pyšní tím, že navštěvují psychoterapie on-line. Jak se jmenuje dotýká se psychologie? No přece AI.

Leptší duševní pohoda

Jde o takzvané chatboty, které slouží ke konverzaci či tře-

ba vysvětlování některých souvislostí.

Nejnámější je ChatGPT, který podobně jako jiné chatboty využívá zpracování přirozeného jazyka k vytváření konverzačního dialogu podobného tomu lidskému. Jazykový model dokáže odpovídat na otázky a vytvářet různý psaný obsah, včetně článků, příspěvků na sociálních sítích, esejí, programových kódů a e-mailů – a nově může údajně pomoci k lepšímu psychickému zdraví.

Studie naznačují, že chatboti mohou poskytnout nástroje pro lepší duševní pohodu dostatečně dobře na to, aby alespoň trochu zmírnily příznaky deprese a stresu.

V některých případech úzkostných poruch je dopisování si s chatbotem pro lidi snazší než se fyzicky dostavit na sezení. Dle průzkumu 80 procent lidí, kteří používali zmiňovaný ChatGPT k pora-

denství v oblasti duševního zdraví, tvrdí, že je chatbot dobrá alternativa k běžné terapii. Umělá inteligence je navíc k dispozici nonstop, což je služba, kterou klasický terapeut nebo terapeutka nemohou poskytnout.

Nasbíraná data

Vít Janda z agentury ShortPro má ve svém okolí několik firem, které se snaží takové chatboty vyvíjet. „Na jednu stranu vidím upřímný zájem takto lidem pomoci v řešení jejich psychických potíží a nepříjemných situací a snahu skrze takové nástroje pomoci ‚všem‘, tedy i těm, kdo se z nějakého důvodu nedostanou k standardní odborné pomoci naživo,“ vysvětluje Janda a dodává, že samozřejmě vidí i tu druhou stranu mince, a to je na fenomén napojený byznys, který sbírá o lidech data a může s nimi poté pracovat. „Na to by lidé podle mě

měli pořád myslet, než půjdou sdělovat osobní informace a trable nejenom chatbotům, ale obecně kdekoli v on-line prostoru,“ apeluje Janda.

Podle něj lze obecně říci, že chatboti jsou pro lidi, kteří jsou technologicky více zdatní a například se bojí jít s těmito problémy mezi lidi, cestou, jak si s někým popovídat anonymně a kdykoliv. „Nicméně je důležité mít na paměti, že chatboti stále nejsou plnohodnotnou náhradou za profesionální psychologickou péči. Psycholog nebo terapeut může nabídnout hlubší porozumění, empatii a individualizované strategie, které AI nemůže plně replikovat,“ konstatuje pro Metro Janda.

Záchrana planety?

Antropolog Barclay Bram se rozhodl provést výzkum, jak vypadá terapie s chatbotem

v praxi. Po celý rok používal chatbota Woebot trénovaného v kognitivně behaviorální terapii.

„Postupem času jsem si všiml, že různá cvičení, která jsem s ním prováděl, se promítají do mého každodenního života. Naučil mě, jak si stanovovat chytré cíle – konkrétní, měřitelné, dosažitelné, realistické a časově omezené. Jeho vedení bylo praktické a podložené,“ uvedl pro New York Times.

Na druhou stranu, loni se v Belgii objevil případ, kdy se muž rozhodl ukončit svůj život po rozhovorech o budoucnosti planety s AI chatbotem jménem Eliza. Chatbot ho povzbudil, aby ukončil svůj život poté, co navrhl obětovat sebe samého, aby zachránil planetu. Ve výsledku je stále AI nevyškolená psycholožka, která mnohdy může tlumočit chybné informace z internetu.

TEREZA ŠIMURDOVÁ

INZERCE

Přidejte se do našeho týmu jako

PEČOVATEL/KA

Nabízíme **smysluplnou práci** v péči o seniory na **plný i zkrácený úvazek** v Brně-Modřicích. Kromě **příjemného pracovního prostředí** nabízíme **dotované obědy pro zaměstnance**. Naši kolegové mohou využívat **bazén** v budově a **masáže**.

Podporujeme vzdělávání a profesní růst. **Zkušenosti** s prací **mít nemusíte**, do profese pečovatele/ky Vás zaučíme, máme vlastní promyšlený vzdělávací plán a **certifikovaný kurz**.

Zaparkujete zdarma přímo u **domova**, nebo můžete využít dopravu **autobusovou linkou 49**, která má zastávku pár metrů od vchodu.



Dana Valachovičová
Ředitelka
SeneCura SeniorCentrum Modřice
d.valachovicova@senecura.cz
+420 722 960 884

Podrobnější informace k pozici:
www.brno-modrice.senecura.cz



Bič na TIR. Od června na celé D1

Nejfrekventovanější česká dálnice se snad zbaví pravidelných „závodů“, které mezi sebou pořádají někteří řidiči tiráků.

Ředitelství silnic a dálnic (ŘSD) začalo během uplynulého víkendu instalovat značky se zákazem předjíždění kamionů na dálnici D1. Jde o druhou etapu, která se týká úseků dálnice mezi 21. a 90. kilometrem a mezi 112. a 141. kilometrem.

Od června by měl zákaz předjíždění kamionů na D1 platit na určených místech v rozsahu od 21. kilometru do 230. kilometru. „Zákaz platí pro vozidla nad 3,5 tuny. Znamená to, že se netýká pouze kamionů. Vozidla nad 3,5 tuny budou smět předjíždět jen v úsecích, kde jsou v jednom směru tři pruhy, což platí většinou pro stoupání. Jinak budou muset jet v pomalém pruhu,“ uvedl mluvčí ŘSD Jan Rýdl.

Od podzimu platí zákaz předjíždění vozidel nad 3,5 tuny od 90. do 112. kilometru a od 141. do 182. kilometru. Už dříve se stejné naří-

zení začalo týkat úseku mezi 183. kilometrem až po Brno. Instalace značek na chybějících částech D1, která v sobotu začala, potrvá do konce května. „Cílem není nějaká šikana řidičů. Ale chceme, aby na dálnici, která je důležitou tepnou pro evropskou dopravu, byl plynulý provoz,“ připomíná mluvčí ŘSD Rýdl.

„Kontrolám dodržování zákazu předjíždění kamionů se věnují policisté z dálničního oddělení Velký Beranov a z oddělení silničního dohledu Krajského ředitelství policie kraje Vysočina v rámci

běžného výkonu své služby nebo při mimořádných dopravněbezpečnostních akcích. Za porušení lze uložit pokutu až 5500 korun a řidič dostane šest trestných bodů,“ uvedla mluvčí policie na Vysočině Dana Čírtková. Dodala, že od ledna policisté z dálničního dopravního oddělení ve Velkém Beranově uložili 757 pokut v příkazním řízení za 3,5 milionu korun.

Zákaz předjíždění kamionů bude platit také na úsecích dálnice D2, D8 a D11. A to vždy především v okruhu Prahy.



Nová pravidla na dálnici D1 by měla přispět k plynulejšímu provozu na nejzatíženější silniční komunikaci v České republice.

MAFRA

INZERCE

99 Propůjčím svým rtům intenzivní barvu a lesk66

Značka

s-he colour&style

Creamy Matt
rtěnka

2 g, více odstínů

89⁹⁰
Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 04.06.2023 89,90 Kč

Moje dm-app
dm.cz



s-he colour&style

Pure Nude

lesk na rty

5,2 g, více odstínů

89⁹⁰
Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 04.06.2023 89,90 Kč

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

KRÁTCE

Hyeny se mají čile k světu



Hyenka hřivnatá pustila po měsíci ke svým třem mláďatům chovatele Safari parku ve Dvoře Králové. Trojice vzácných přírůstků podle nich dobře prospívá a překvapila je svou dravostí. Chovatelé mláďata odčervili, zvažili a také je vybavili identifikačními čipy. Hyenky hřivnaté se narodily na Květnou neděli 24. března. Je to poprvé v historii českých zoologických zahrad, kdy se tento mimořádně náročný druh rozmnožil.

IDNES.cz

ZAHLENÁ VYSOČINA

16

Tolik tisíc vozidel z kategorie těžká nákladní doprava projelo v roce 2022 v průměru za 24 hodin úsekem dálnice D1 Velký Beranov – Měřín v roce 2022. Jedná se o nejvytíženější část D1.

Průzkum. Euro do roku 2030

Třetina malých a středních firem a podnikatelů se domnívá, že euro se v Česku začne používat do roku 2030. Další 28 procent očekává vstup Česka do eurozóny nejspíše později do roku 2035. V součtu to představuje většinových 61 procent, vyplývá z dubnového průzkumu ČSOB Index očekávání firem mezi více než 400 respondenty. Optimističtější jsou podle průzkumu menší a středně velké firmy s obrátem do 40 milionů korun. Ty velké se přiklánějí až k roku 2035.

ČTK

Sokolku střídá sokol

Do čela České obce sokolské zvolil výbor Sokola podle očekávání dosavadního prvního místostarosty Martina Chlumského. Chlumský organizaci dočasně vedl již od března, kdy v souvislosti s mnohamilionovým podvodem rezignovala starostka Hana Moučková. Byl jediným kandidátem na pozici starosty. Funkční období mu skončí v červnu 2025.



ČTK

Ušetřil 657 342 korun za šperky

Sleva 99,9 procenta platí. To je výsledek sporu mexického lékaře s francouzským klenotnictvím Cartier o náušnice. Koupil je za 28 dolarů (asi 658 korun). Sleva na internetu však byla omyl. Šperk měl stát 28 tisíc dolarů, asi 658 tisíc korun. Firma odmítla zboží dodat, nabídl jako omluvu sekt a pouzdro na doklady, mexický úřad pro práva spotřebitelů rozhodl v lékařův prospěch. Klenotnictví muselo zákazníkovi šperk dodat. Mexičan ale čekal na balíček čtyři měsíce.

ČTK

XTB nabízí vyšší úroky z neinvestovaných prostředků a usnadňuje začátky v investování

Společnost XTB, globální fintech nabízející online platformu a mobilní aplikaci pro investování, nabízí nově příchozím klientům vyšší úrokové sazby z neinvestovaných prostředků na prvních 90 dnů od založení účtu. Klientům společnosti se tak úročí i prostředky, které na svou investiční příležitost teprve čekají. Začátkům v investování platforma pomáhá také novou funkcionalitou, Investičními plány.

Investiční společnost XTB se stala prvním brokerem v České republice, který nabízí svým klientům úrokové sazby z neinvestovaných prostředků na účtech vedených v českých korunách, eurech nebo amerických dolarech. Pro nově příchozí klienty je zároveň úroková sazba zvýhodněná – pro vklady v českých korunách je stanovena na 6,0 %, pro eurové vklady na 4,20 % a pro účty vedené v dolarech na 5,00 %, a to po dobu prvních 90 dnů od založení účtu. Po uplynutí tohoto období klienti získají úrokovou sazbu z neinvestovaných prostředků ve

vyšší 2,00 % pro účty v eurech a Kč a 2,50 % pro účty vedené v dolarech.

„Více než 20 % našich klientů má účty právě v Kč, chtěli jsme, aby i oni mohli těžit z prostředí rostoucích úrokových sazeb,“ komentuje rozšíření nabídky úrokových sazeb o české koruny David Šnajdr, generální ředitel XTB Česká republika. Úroky se počítají denně a na účty klientů se připisují měsíčně. Vztahuje se na neinvestované prostředky stávajících i nových klientů bez ohledu na jejich celkovou výši.

„Navýšení úrokových sazeb nabízí investorům možnost vyčkávat na konkrétní investiční příležitost a zároveň si zajistit zhodnocení peněz, i když zrovna aktivně neinvestují. Stále více lidí zvažuje vstup na finanční trhy, a my jim chceme nabídnout další přidanou hodnotu, když už se rozhodnou s investicemi začít,“ komentuje zvýšení úrokových sazeb novým klientům Vladimír Holovka, obchodní ředitel XTB pro Česko, Slovensko a Maďarsko.

Otevřít cestu k investicím se XTB snaží i skrze řadu nových produktů, které na své platformě nabízí. Společnost plánuje rozšířit svou nabídku například o nové dluhopisy, penzijní produkty nebo multiměnovou kartu. Nejnovější služba Investiční plány, kterou u XTB můžete najít, nabízí klientům možnost investovat do

ETF fondů podle předem nastaveného cíle. Investoři si tak mohou vytvořit svůj vlastní plán výběrem ETF, o které mají zájem a investovat měsíčně částku od 15 eur. U jednotlivých investic se dá také libovolně nastavit procentní podíl a flexibilně je spravovat.

„V ETF a pasivním investování dlouhodobě vidíme velký potenciál, nabízí totiž investorům možnost vytvoření diverzifikovaného portfolia bez nutnosti manuálního výběru jednotlivých nástrojů. Pro naše klienty je tak investování ještě snazší a přístupnější,“ říká Holovka. Investoři mají v rámci investičních plánů k dispozici přes 365 ETF fondů, které pokrývají různé třídy aktiv i komodit. Investoři tak mohou snadno diverzifikovat své portfolio a přizpůsobit ho svému postoji k riziku a výnosu. Zájem o podílové fondy eviduje XTB především od roku 2021, v posledních třech letech se počet investorů do ETF více než zdvojnásobil.

Své plány si investoři mohou doplňovat nebo upravovat přímo v aplikaci, nebo si nastavit opakované platby. Peníze se tak investují automaticky na základě preferencí, které lze kdykoliv upravit podle aktuálních potřeb a investičních cílů. Investoři tak mohou snadno reagovat na nové okolnosti ve svém životě nebo také na trhu. Více informací najdete na www.xtb.cz.

xtb

ZÍSKEJTE ÚROK AŽ

POČÍTÁNO DENNĚ, VYPLÁCENO MĚSÍČNĚ

USD 5,0 %

CZK 6,0 %

EUR 4,2 %

STÁHNOUT Z Google Play

Stáhnout z App Store

www.xtb.cz

Roční úroková sazba. Nabídka pro nové zákazníky na 90 dní od uzavření smlouvy. Dlouhodobí zákazníci mají nižší úrokovou sazbu. Podrobnosti na www.xtb.com/cz/uroceni-hotovosti. Investování je rizikové. Investujte zodpovědně.

Plné sklady jízdních kol. Lidé je nekupují a čekají na velké slevy

V covidu šláplo Česko do pedálů. Bylo to vřově bezpečnější než jezdit v MHD. Cykloboom skončil.

Trh s jízdními koly a cyklovybavením se v Česku propadl o třetinu. Může za to ochlazení covidové cyklistické vlny, kdy byla kola nedostupná a stály se na ně fronty. Současná poptávka podle odborníků odpovídá té předpandemické. Prodejci však mají plné sklady, a tak plánují zlevňovat.



Lidé s nákupem nových bicyklů vyčkávají. MAFRA

Teplá zima zatím prodeje nerozhýbala

Letošní zima byla neobvykle teplá a i navzdory opětovnému ochlazení zahájila řada cyklistů už sezonu naplno. Na prodejích se to však zatím neodráží. Podle odhadů společnosti Opravykarbonu.cz, která se specializuje na cykloservis, se trh propadl přibližně o jednu třetinu. A to primárně v segmentu kol s pořízovací cenou do 40 tisíc korun.

Příčinou je opadnutí nákupní horečky po odeznění pandemie koronaviru. „Trh procházel v období covidu velkým boomem, byla obrovská poptávka po kolech,“ vysvětluje obchodní ředitel Sportisima Tomáš Borek.

Právě v období pandemie kupovalo kola násobně více lidí, než bylo běžné, a prodejci na to nebyli připraveni. Stávalo se tak, že kol byl nedostatek a lidé čekali v pořadníku. Na to řada prodejců postupně reagovala tím, že si vytvořila velké zásoby, a to hlavně

v období let 2022 a 2023. „Většina prodejců počítala, že se trend cyklistiky udrží. Poptávka se ale vrátila na předcovidové období, proto má větší na prodejci plné sklady,“ dodává Borek.

Levnějším kolům se daří

Trh se během pandemie zčásti nasýtil a zčásti stojí za ochlazením trhu i ceny. Vlivem předchozí extrémně

vysoké poptávky jsou nyní kola často dražší. Zájem se tak soustředí na levnější segment, jak potvrzuje například řetězec Decathlon. Tomu se daří růst i v současné situaci.

„Od začátku roku jsme zaznamenali růst o více než třicet procent meziročně. Minulý týden jsme zaznamenali rekordní obraty od roku 2020,“ říká Jiří Uher, který má cyklo-

sortiment v Decathlonu na starosti. Největší růst pozoruje společnost v silniční cyklistice a elektrokolech. Majoritu obrátu však stále tvoří klasická horská kola bez elektrického pohonu a dětská kola. V globálním pohledu se zájem o cyklistiku spíše opět ustálil, a to přibližně tam, kde byl před vypuknutím pandemie. Protože ale prodejci počítali s násobně vyšším

zájmem, mají plné sklady. To je vede ke snížení plánované výroby nových kol a zvažování, jakou strategii nyní zvolit.

Kdo si počká, ten asi ušetří

Vzhledem k plným skladům a nižšímu zájmu snižuje řada prodejců cenu. „Trh je nyní přesyten koly a plný slevových akcí,“ říká Tomáš Borek. Přičemž Sportisimo na sníženou poptávku zareaguje podobně. „Menší přebytky zboží u určitých artiklů vyřešíme speciálními cenami pro naše zákazníky,“ dodává Borek.

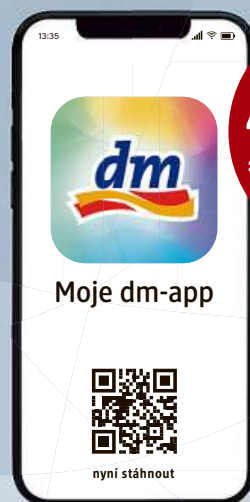
Ceny kol by přitom mohly ještě klesat, zejména pokud na český trh vstoupí zahraniční konkurence. „Předpokládáme, že do budoucna bude velkým trendem prodej kol od zahraničních výrobců, protože na český, ale i polský a slovenský trh přichází opravdu široká nabídka kol ze západní Evropy. To pravděpodobně způsobí i pokles cen,“ myslí si Tereza Copers ze společnosti Allegro.cz.

IDNES.cz

INZERCE

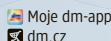
„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

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



400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA*

* Po 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. 2016/728.



dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

KOLOŠILENÍ

427

Až o tolik procent se během některých měsíců covidového období roku 2021 zvyšovala poptávka po jízdních kolech v porovnání s rokem 2020. Meziročně to bylo téměř sedmdesát procent. Výrazně tehdy stoupl zájem o elektrokola, ale i ta zaznamenala nyní pokles. PH

DEKÁDA BEZ IVETY

10

Tolik let uběhlo od smrti zpěvačky Ivety Bartošové. Trojnásobná zlatá slavice tragicky zahynula 29. dubna 2014. Půvabná blondýna ke konci života bojovala se závislostí na alkoholu, léčích a také s nevyrovnaným soukromím. Svůj život ukončila sama, krátce po svých 48. narozeninách skočila pod vlak. ČTK

Rusové se posunuli

Ruská vojska dobyla další vesnici v Doněcké oblasti na východě Ukrajiny. Novobachmutivku, uvedlo ruské ministerstvo obrany.

Ukrajinská strana se zatím k ruskému tvrzení nevyjádřila, odkud server BBC News na svém ruskojazyčném webu. Novobachmutivka leží severozápadně od města Avdijivka, odkud ruské invazní síly vytlačily ukrajinské obránce po měsících bojů letos v únoru. Poblíž je také obec Očeretyn, kterou ruská vojska podle médií nečekaně ovládla před několika dny.

Místo se stalo ohniskem bojů v posledních dnech. Případný průlom by podle analytiků mohl ohrozit další ukrajinské pozice v Doněcké oblasti. Ruské ministerstvo také tvrdí, že ruská vojska odrazila řadu ukrajinských protiútoků u města Časiv Jar, které je také pokládáno za další klíčovou pozici, kde se obě strany opakovaně střetly, dodala agentura Reuters. Útoky ruských jednotek probíhaly i jinde. Dronový útok v noci na neděli těžce poškodil hotel v jihoukrajinském městě Mykolajivu. IDNES.cz a ČTK

KRÁTCE

Historik

V 91 letech zemřel Robert Kvaček, jedna z největších osobností poválečné české historické vědy. Mezi jeho zájmy patřily dějiny diplomacie mezi světovými válkami a v období druhé světové války a kulturní dějiny konce 19. a počátku 20. století. Rodák z Dvorců u Jičína vystudoval Filozofickou fakultu Univerzity Karlovy, kde také přednášel. ČTK

POPCORN

Ve vzduchu je touha po pozornosti a ponižování

Streamovací platforma Voyo má ve svém hledáčku několik pořádných bizárů. Tentokrát nás zaujala reality show s názvem **Růže pre nevestu**, kterou lze na Voyo nalézt již jako druhou sérii. **Výjimečně jsem se do této jednohubky pustila já.**

Žijeme v době, kdy světu vládne trend (nebo snad klišé?), že bojujeme za rovnoprávnost žen a stále omíláme dokola, že by měly držet při sobě. Přitom to tak může být ale z mého pohledu pouze do chvíle, než se mezi nimi objeví chlap. Pak začíná válka. Ale k tomu se dostaneme.

Úlet, Norsko, prostě bizár

Reality show **Růže pre nevestu** je slovenská verze známého celosvětového formátu **The Bachelor**. Kdo ví, ten ví. Kdo ne, nechť se podívá, co je **Růže** vlastně zač. Osmnáct žen soutěží o jednoho chlapa, v této sérii o Radka Urbanyaka. Ten žije v Norsku, je velmi bohatý, vlastní několik barů a hledá nevěstu. No, není už jen tohle úlet?

V rámci několika měsíců se Radko bude poznávat postupně se všemi ženami, až na konci zbyde pouze jedna, která by se měla stát jeho partnerkou a měla by mu nejvíce

sednout. V show vypadává ta žena, která nedostane na ceremoniálu růži. Ten se koná každý týden.

Nutno podotknout, že všech osmnáct ženských je fakt nádherných, až moc nerozumím tomu, že to mají zapotřebí. Celý koncept o hledání lásky není úplně od věci, ale funguje možná tak napsaný na papíře v teoretické fázi. V praxi? Jde jednoznačně o bizár.

Tajná agentka

Celý formát **Růže pre nevestu** vylepšuje fakt, že je mezi těmi osmnácti babami tajná agentka, psychologka Timea. Ta reality show dodává trochu serióznosti, což ve výsledku nemá žádný efekt, ale snaha byla. Timea totiž v prvních dvou epizodách nenápadně vyslýchá a vnímá ženy a zjišťuje, zda jsou v show kvůli slávě, nebo opravdové lásce.

Po jejím odchodu se to ve vile pořádně rozjíždí. Epizoda od epizody je víc spicý, postupně show ukazuje charakter holek, přičemž většina z nich jsou krásné, přímo nádherné baby, ale s nulovými hodnotami a charakterem. To už konečnou ukazuje to, že se do projektu vůbec přihlásily. Dobrovolně se ponižují před dvěma národy v televizi, bojují o jednoho chlapa a jdou přes mrtvolu. Kam se ztrácí ta osvětla „ženy sobě“? Tu asi nechaly na Slovensku.

Nejvtipnější je, že se některé ženy ve vile přirozeně skamarádí. Dá se tomu ale říkat přátelství? Postupně na mě jako na diváka jejich pobyt



Radko většinu času věnoval práci, kam soustředil svou pozornost. **Teď však cítí, že přišel ten správný čas na lásku.** 2x TV MARKÍZA

působí spíš jako psychiatrie, kde je několik bláznivých žen, které bojují o Radka, ale možná by se ani nezlobily, kdyby se po vypnutí vrátily zpátky na Slovensko a narostla jim čísla na Instagramu. Z nejtýpějších povolání, jako je třeba asistentka prodejce, by se tak staly influencerky. Že by to byla cena útěchy? Uvidíme.

Radko si to užívá

Ve výsledku se tato reality show řadí mezi ty, u kterých se budete stydět, že na ně koukáte. Ve finále ale nejste jediní a divili byste se, kdo z vašich blízkých na **Růži** ujíždí. Bizár je totiž oblíbená forma zábavy Čechů, kteří přimmo milují smát se cizímu ne-

štěstí a hodnotit cizí vztahy na gauči u telky.

Dobrovolné ponižování v konceptu přilévá do ohně a hlavně – možná i Radko po první epizodě zjistil, do čeho se to vlastně namočil. A nebo si to spíš přirozeně užívá. Kdy totiž chlap dostane šanci být několik měsíců ve vile s tolika krásnými babami a každý den si randit s jinou, podle libosti, aniž by některá na něho byla našťavaná? Pokud máte rádi bizár, ostré hádky a intriky, reality show **Růže pre nevestu** je právě pro vás. Ale pozor. Hrozí zde nechtěná závislost.



TEREZA ŠIMURĎOVÁ
tereza.simurdova@metro.cz



Radko žije v Norsku a vlastní několik barů.

INZERCE

NAKOUPILI JSTE U NÁS?

Zlatá investiční mince Wiener Philharmoniker 1 Oz v průběhu let

ROK 2022

PRODEJNÍ CENA:

42 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA:

41 000 Kč

ROK 2023

PRODEJNÍ CENA:

47 500 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA:

45 000 Kč

ROK 2024

PRODEJNÍ CENA BŘEZEN:

~~51 000 Kč~~ 54 700 Kč

VIP VÝKUPNÍ CENA BŘEZEN:

~~48 900 Kč~~ 52 900 Kč



VÝBORNĚ. DOSTANETE VÍC...

www.zlataky.cz



IMR varuje: křečové žíly jsou uzlíkové žilní útvary, ve kterých se nebezpečně hromadí krev

ZBAVTE SE KŘEČOVÝCH ŽIL BĚHEM 72 HODIN

ROZDÁVÁME 1000 BEZPLATNÝCH PŘÍPRAVKŮ PROTI KŘEČOVÝM ŽILÁM

Lékařský ochranný štít 1000+ pro všechny osoby narozené v letech 1937-1999.

Získejte přípravek na odstranění křečových a metličkových žil za 0 Kč ↓

Institut MedicReporters bije na poplach: již každý 4. člověk v zemi má problémy s žilním oběhem, které se mohou projevat jako metličkové, křečové nebo vypouklé žíly a otoky. Neměli by se podceňovat - křečové žíly jsou vždy známkou poruchy průtoku krve, která přímo souvisí s rizikem život ohrožující embolie. Proto pokud:

- Máte křečové žíly, fialové metličky, vředy na stehnech, holeních a lýtkách
- Jsou vaše nohy často oteklé a bolestivé
- Máte noční křeče v lýtkách
- Vás trápí pocit těžkých, „olověných“ nohou
- Jsou žíly na vašich nohách vypouklé, zkroucené
- Často si stěžujete na bolest, necitlivost nebo brnění nohou

...pak určitě využijte Lékařský ochranný štít 1000+, se kterým můžete nyní získat průkopnický přípravek na odstranění křečových žil během 72 hodin - zcela zdarma. Pomůže vám uvolnit žíly, odstraní z nich nahromaděnou krev, zmírnit tíhu v nohách a bojovat proti křečovým žilám, čímž se sníží riziko hluboké žilní trombózy. Máte nárok na bezplatné balení přípravku proti křečovým žilám, pokud splňujete následující podmínky:

- Narodil/a jste se v letech 1937-1999
- Máte české občanství

V českém skladu je k rozdáni 1000 bezplatných přípravků - rozhoduje pořadí žádostí, proto neváhejte ani chvíli. Zavolejte na číslo: **566 809 507**, než vás někdo předběhne. Obdržíte přípravek, který již při 1. aplikaci utěšňuje a zpevňuje cévy, zlepšuje stav žilních chlopní, redukuje křečové a metličkové žíly, odstraňuje otoky a navrácí zkrouceným a vypouklým žilám jejich správný tvar. Studie prokázaly, že pravidelné užívání tohoto přípravku zabraňuje ischemii a srdečním chorobám, navrácí normální krevní tlak a pomáhá okysličovat všechny buňky v těle. Jeho silné protikřečové a protizánětlivé účinky jsou neocenitelné

v boji proti křečovým žilám, hemoroidům, metličkovým žilkám, překrvení a všem žilním onemocněním. **Jedná se o první specializovaný přípravek dostupný pro soukromé použití, který odstraňuje křečové žíly s 99,8% účinností bez nutnosti invazivních zákroků, jako je např. skleroterapie.**

Až 249/250 osob se zbaví vředů a křečových žil během pouhých 72 hodin - fenomenální účinnost přípravku potvrdila výzkumná centra ve Švýcarsku a Francii. Je to produkt, který také obdržel oficiální doporučení od flebologické kliniky A&J Medical během vědecké konference v Ženevě ↓

PROF. ISABEL BIANCHI:

Odstraňte křečové žíly, snižte riziko žilního přetížení a prodlužte si život až o 12 let

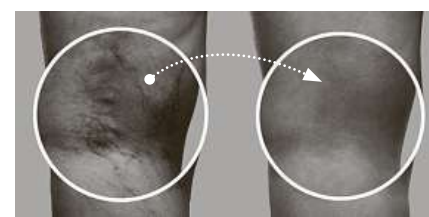


„Díky pokroku v medicíně je již možné odstranit křečové žíly a překrvení v mimonemocničním prostředí - bez chirurgického zákroku. To je obrovský pokrok. Inovativní přípravek proti křečovým žilám oceněn již na 6 lékařských konferencích obsahuje mikronizovanou flavonoidní frakci - diosmin a hesperidin v nejvyšší možné koncentraci, čímž okamžitě snižuje propustnost cév, odstraňuje otoky, snižuje zánět lymfatických cév, odstraňuje křečové žíly, metličkové žilky, vředy a zbarvení během 72 hodin po 1. užití přípravku. Jedná se o nejčastěji doporučovaný přípravek na křečové žíly v roce 2023 a odhadujeme, že v **příštích 3 letech sníží počet osob hospitalizovaných kvůli žilním onemocněním v Evropě až o 51%**“.

TATO NABÍDKA VRÁCENÍ NÁKLADŮ JE JEDNORÁZOVÁ A UŽ NIKDY SE NEBUDE OPAKOVAT.

Využijte Lékařský ochranný štít 1000+ a získejte specializovaný přípravek, který vás zbaví křečových žil, vředů a pocitu těžkých nohou během 72 hodin - za 0 Kč, **BEZ JAKÝCHKOLI SKRYTÝCH POPLATKŮ.**

Stačí jediný telefonát, aby se inovativní přípravek proti křečovým žilám objevil ve vaší domácí lékárně - a během pouhých 3 dnů porazíte bolestivé vředy, metličkové žilky i křečové žíly, zbavíte se otoků, zlepšíte stav žilních chlopní, odblokujete žíly a získáte zpět lehké, hladké a zdravé nohy. Zlepší se krevní oběh v celém těle, srdce začne pracovat efektivněji, z tepen a žil zmizí nebezpečná nahromaděná krev.



Fotografie dokumentuje výsledek po 7 dnech používání průkopnického přípravku na křečové žíly.

KDO DŘÍV PŘÍJDE, TEN DŘÍV MELE - NA NIC NEČEKUJTE!

Zavolejte: **566 809 507** a požádejte o bezplatný přípravek na křečové žíly

Po skončení programu Lékařský ochranný štít 1000+ bude specializovaný přípravek dostupný již pouze za obvyklou cenu - a to 1700 Kč za balení. Nenechte si ujít jedinečnou příležitost a požádejte o inovativní přípravek proti křečovým žilám za 0 Kč, na telefonním čísle: **566 809 507**. Tato nabídka nemá žádné „háčky“ ani texty psané drobným písmem. Můžete ji využít pouze do **18.05.2024**.

OMEZENÍ: 1 osoba může odebrat 1 produkt.

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

Samoléčba přináší výhody pro pacienty



Posílení role samoléčby se věnuje také white paper s názvem Vymezení role samoléčby v Evropě.

PROFIMEDIA

Podle expertů by se pacienti měli vyhýbat panu doktoru Google.

V Česku se ročně vyléčí 24 milionů lehkých onemocnění pro

mocí samoléčby, která tak uspoří českému zdravotnímu systému devět a půl miliardy korun.

Podle studie z roku 2013 si 80 procent lidí si uvědomuje zodpovědnost za své zdraví, ale jen 20 procent z nich se cítí jistých, jak k této zodpovědnosti přistupovat. Ačkoli

se zdravotní gramotnost v posledních letech zlepšila, téměř polovina Čechů ji má stále buď nedostatečnou, nebo problematickou. Mezi nejobtížnější úkoly patří posuzování různých možností léčby nebo využívání informací k předcházení nemoci.

Podle Petra Fifyky, místopředsedy Výboru pro zdravotnictví Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR samoléčba přináší mnoho příležitostí a je potřeba toto téma více otevřít ve veřejném i odborném prostoru, aby se stala běžnou a přirozenou volbou pro informované pacienty. „Přináší nejen úspory pro zdravotnický systém, ale i výhody pro samotné pacienty. Léčba lehkých onemocnění prostřednictvím samoléčby ušetří pacientovi v průměru hodinu jeho času oproti tomu, kdyby se stejným onemocněním navštívil lékaře,“ konstatuje Fifyka.

S tím souhlasí také Jan Žák, zástupce Asociace provozovatelů lékárenských sítí. „Lékařna je pro pacienta vždy prvním místem, kde může získat relevantní informace a podporu pro samoléčbu. Přibližně 58 procent lidí v Evropě žije v docházkové vzdálenosti do pěti minut od lékárny, a tak při řešení drobných potíží najde pacient odbornou pomoc téměř na každém rohu,“ upozorňuje Žák.

Prevence před zásahem

Podle Martina Kopeckého z České lékárenské komory je důležité začít se samoléčbou včas a nečekat, až se příznaky zhorší. „Jen pak může být samoléčba skutečně účinná. Pokud si nejste jisti, obraťte se můžete na zdravotníky v lékárně. Při déletrvajících obtížích je nutné kontaktovat svého praktického lékaře,“ dodává Kopecký.

Ke správné samoléčbě patří také zodpovědné zacházení s léky. Podle Petra Davídky z ministerstva zdravotnictví je nutné dodržovat jejich správné skladování a likvidaci. „Pacienti by měli s léky zacházet zodpovědně a dodržovat zásady správného zacházení. Za žádnou cenu nepoužívat prošlé léky. Léky po expiraci mohou ztratit svou účinnost, a některé mohou dokonce vyvolat nežádoucí reakci,“ vysvětluje Davídek. Důležité je podle něj také znát zásady správného nakládání s prošlými léky. „Jediným správným způsobem je odnést léky do lékárny. Ta se jich postará o jejich správnou likvidaci,“ dodává Davídek.

K zodpovědné samoléčbě patří také kontrola lékárníky každých několik měsíců, zda léky nejsou prošlé. Léky musí být vždy v původním obalu.

TEREZA ŠIMURDOVÁ

Kde hledat spolehlivé info?

I přes to, že se zdravotní gramotnost, která s tématem samoléčby úzce souvisí, zlepšila, podle odborníků není u mnoha Čechů stále solidní. Podle Tomáše Sedláčka ze Sdružení výrobců volně prodejných léčivých přípravků není vhodné hledat informace kdekoliv na internetu a kliknout na první odkaz. „Spolehlivé informace lze vždy získat u výrobce nebo na webových stránkách Státního ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL). Jako zdravotnický průmysl poskytujeme spotřebitelům velmi kvalitní a důvěryhodné přípravky založené na vědeckých poznatcích a inovacích, které jsou dostupné bez receptu,“ vysvětluje Sedláček. Podle něj je role lékárníků a farmaceutických asistentů více než důležitá.

Získejte zpět ztracenou mužnost bez operace!

PŘÍPRAVEK ZDARMA obnoví správnou velikost prostaty za 14 dní!

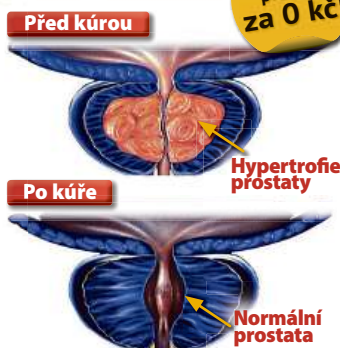
Téměř 1,5 milionu mužů z celé Evropy využilo **BEZPLATNÝ PRODUKT** a jednou provždy se zbavilo hyperplazie prostaty, získalo zpět **pohodlí při močení a plně sexuální možnosti**. Inovativní formule snižuje pálení a pocit tlaku na močovou trubici, snižuje frekvenci návštěv toalety a opravuje erekční mechanismus již od prvního použití.



Jiří B. (66 L), Opava

„Neustálý tlak na močový měchýř, noční vstávání na záchod a boj o jedinou kapku bylo utrpení. Byl bych se zbláznil, kdybych si neobjednal tuto bezplatnou kúru! Za pár dní se vše vrátilo do normálu. Už mně nic nepálí, můžu normálně čurat. Na záchod jdu jen občas a v posteli mám sílu!“

Na rozdíl od invazivních metod, které s sebou nesou riziko závažných komplikací (včetně impotence), nová kúra výrazně omezuje zvětšení prostaty a zlepšuje sexuální výkonnost 100% přirozeně a bezpečně bez ohledu na věk!



„Bioaktivní látky iniciují proces seberegenerace buněk prostaty, obnovují její normální hmotu a blokují mechanismy vedoucí k jejímu opětovnému růstu. Až 9 z 10 mužů deklaruje snížení zátěžového tlaku a pocitu přeplnění, větší komfort při močení a posílení erekce již 1. den kúry.“

specialista na urologii

Získejte **PŘÍRODNÍ PŘÍPRAVEK REDUKUJÍCÍ hypertrofiu prostaty ZDARMA!**

Zavolejte rychle a staňte se jedním ze 50 lidí, kteří **OBRDŽÍ PŘÍPRAVEK ZDARMA A ZÍSKÁ ZPĚT MUŽSKOU EFEKTIVITU!**

Prvních 50 lidí obdrží produkt v hodnotě **2500 Kč ZCELA ZDARMA!**

296 849 774

Fond 100% refundace je platný do **02.05.2024**

Po-Pá 8-20 hod., So-Ne 9-18 hod. (Běžný místní hovor bez příplatků) POZOR: rozhoduje pořadí přihlášek!

ZLATÁ PRAVIDLA SAMOLÉČBY

Expertí se shodí na takzvaných pěti zlatých pravidlech samoléčby. Která to jsou?

- Samoléčbu méně závažných onemocnění zahajte včas, nevyčkávejte na zhoršení příznaků.
- Výběr vhodného přípravku a způsob jeho užívání konzultujte v lékárně.
- Informace o přípravcích

získejte pouze z důvěryhodných zdrojů. Dodržujte pokyny z příbalového letáku nebo ty získané v lékárně.

- Nepoužívejte prošlé léky. Dodržujte zásady správného skladování a likvidace.
- Pokud vaše potíže přetrvávají delší dobu, obraťte se na svého praktického lékaře.

TES

Halóóóó, tady Impulsovi

Rozdáváme 3 500 000 Kč

Desítky, stovky, milony!

Rozdáváme nejvíc peněz v historii Impulsu.

25 let Ráááádia si zaslouží pořádnou oslavu.

25 týdnů plných desetitisícových výher,

25 prémiových volání o 100.000 Kč,

a 20. září padne milionový BANK!

Přihlaste se zdarma na www.impuls.cz

 **IMPULS**
25 Rááááadio
let

PLAY

Pröblém

Sloupkaře mohou potkat různé překážky. Většina souvisí s mentální a momentální zdatností tvůrce, případně s (ne)možností soustředění (provoz, počasí, rodina). Jsou i problémy technického rázu. Například, i když jsem ustrašený zálohovací maniak a rozepsaný soubor ukládám po každém třetím slově, přesto se mi jednou stalo, že jsem téměř hotový sloupek omylem smazal. Tloukl jsem pěstičkou do polštáře a hlavou do zdi, ale ani jedno mi článek zpět nepřineslo. A pak jsou takové drobné problémy, které je skoro radost

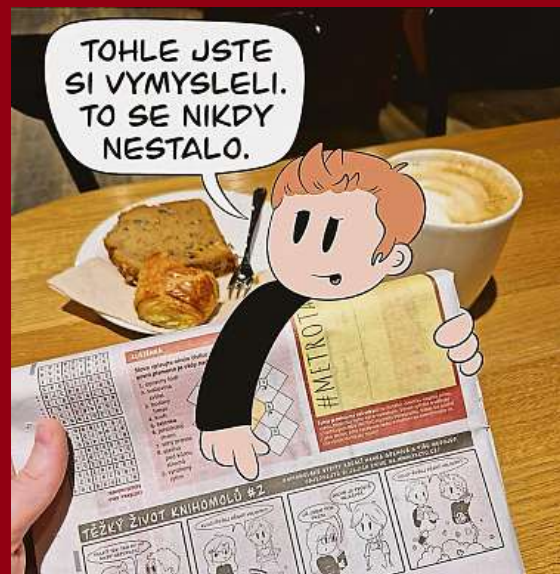
„Je mi jasné, že Marek Eben, to určitě řeší nějak elegantněji.“

řešit. Například psaní slova Citroën. Jako fanoušek Kachny o něm občas píši. Není to ale snadné. Sice vím, kde na klávesnici leží, ale neumím pod něj dostat E. Když chci třeba přehlasované O, tak to není problém. S E mi to ale nefunguje. Napadá mě, že bych se mohl zeptat Marka Ebena, protože ten také píše sloupky a také má rád Citroën. Tudíž se s tímto problémem musel též setkat. Než ho ale potkám, budu to řešit po svém. Vytvořil jsem si takovou berličku: z nějakého článku jsem si zkopíroval správně napsané slovo Citroën, dal ho do textového souboru a ten mám neustále na ploše. Nic jiného v něm není, jen slovo Citroën. A když potřebuji, slovo zkopíruji a vložím do článku. Jako dnes už několikrát. Je mi jasné, že Marek Eben to určitě řeší nějak elegantněji. Ale důležité je, že si člověk nějak poradí, ne? Na druhou stranu, kdyby náhodou čelil podobnému problému, mohu mu ten svůj textový soubor poslat. Paměti příliš nezabírá.



MARDOŠA
ČLEN KAPELY TATA BOJS

@mojemetro



Těžký život knihomolů je komiks, který pravidelně vychází v Metru v rubrice Play. Rudolf, jedna z hlavních postav komiksu, byl nespokojený s vyzněním stripu, který vyšel na začátku března. Co na to říct? Bylo to v novinách, takže je to pravda! Další díl komiksů o knihomolech nalistujete zase v pátek.

#METROTAG

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

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

LUŠTĚNKA: STÁZ
ŘEŠENÍ SUDOKU:

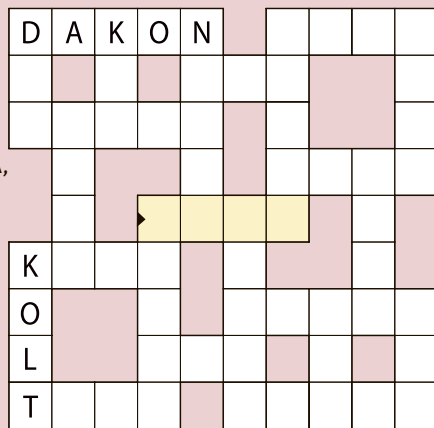
LUŠTĚNKA

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – ČIN, DAV, ESA, KYT, TÉR, TÓN

4 – ÁMOS, KAFR, OÁZA, PLAT, TELE, TŘES, ZITA

5 – ÁSANA, ASTAT, AURIN, NEHET, PAKÁŽ, SRNČE, VZTAH



SUDOKU

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

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



POČASÍ

| DNES | ZÍTRA | STŘEDA | ČTVRTEK |
|----------|----------|----------|----------|
| | | | |
| 24/28 °C | 25/29 °C | 24/28 °C | 23/27 °C |

Teplotní rekordy: ↓ 0,3 °C (1814) ↑ 30,7 °C (2012) Bio: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Stíny v mlze II (4/12)
Opravdová láska. Krimiseriál (ČR, 2023). Hrají: P. Špalková, J. Vyorálek, P. Batěk, P. Beretová

21.20 Reportéři ČT
Kauzy a reportáže s Anetou Snopovou

22.00 Plné hnízdo ve Zlínském kraji 2

22.30 Marie Antoinetta (4/8)
Seriál (Fr., 2022)

23.25 Vigil (3/6)
Krimiseriál (VB, 2021)

00.25 AZ-kvíz

ČT2



20.00 Hrabě Monte Christo (4/4)
Pomsta. Seriál (Fr., 1979). Jeden z nejkrásnějších příběhů všech dob o lásce, zradě a pomstě. Hrají: J. Weber, C. Romaneliová, J.-F. Poron, R. Dumas

21.40 Ucho
Psychologické drama (ČR, 1970). Trezorový film o moci a strachu. Hrají: J. Bohdalová, R. Brzobohatý, J. Císler, M. Holub

23.15 Píseň jmen
Drama (Kan., 2019). Hrají: T. Roth, C. Owen, C. McCormacková

01.05 Věk válečných lodí

NOVA



20.20 Specialisté (221)
Královna. Krimiseriál (ČR, 2024). Hrají: M. Dejdar, J. Hána, Z. Kajnarová, V. Vodochodský

21.25 Specialisté (4)
Poslední sbohem. Krimiseriál (ČR, 2017)

22.30 Víkend
Příběhy štěstí, proher a objevů

23.10 Kriminálka Las Vegas V (4)
Stará vražda. Krimiseriál (USA, 2004). Hrají: W. L. Petersen, G. Dourdan, G. Eads, J. Foxová

00.10 Kriminálka Miami V (7, 8)
Krimiseriál (USA, 2006)

PRIMA



20.15 Lež na pláži (5)
Narozeniny. Seriál (ČR, 2024). Hrají: S. Nováková, M. Trnavský, J. V. Prachařová, R. A. Prachařová

21.30 Česko na grilu
Rozpálené grily, slunce nad hlavou, ale i napětí a pořádná dávka emocí, to je nová ročníková soutěžní reality show

22.45 Tátové na tahu (9)
Komedijní seriál (ČR, 2018). Hrají: Š. Benoni, A. Geislerová, K. Dobrý, E. Josefíková

23.55 Receptář prima nápadů

00.40 Policie v akci

ÓČKO



15.00 New Music Radar

16.00 Óčko hity

19.00 Party ride

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction
Seznamka na tělo

22.30 Virtuální svět TV
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

SPORT



Pastrňák skóroval, jeho Boston má mečbol

David Pastrňák (na snímku) přispěl v prvním kole play-off NHL gólem k výhře hokejistů Bostonu 3:1 v Torontu a byl vyhlášen třetí hvězdou zápasu. U jeho branky asistoval krajan Pavel Zacha a Bruins vedou v sérii 3:1. Martin Nečas přihrál na jeden gól Caroliny, která podlehla na ledě New Yorku Islanders 2:3 v druhém prodloužení, nicméně stále má za stavu 3:1 na zápasy blízko k postupu.

ČTK

ČÍSLA DNE

9

Handicapovaný plavec David Kratochvíl získal na ME na Madeiře jednu zlatou, tři stříbrné a jednu bronzovou medaili. Česká výprava si z Funchalu odvezla celkem devět cenných kovů: tři bronzové nasbírala Agáta Koupilová a stříbro bral dvojnásobný paralympijský medailista Arnošt Petráček.

60

K nejrespektovanějším světovým horolezcům patří Radek Jaroš, který dnes slaví 60. narozeniny. První osmitisícovku a hned nejvyšší vrchol světa, Mount Everest, zdolal v roce 1998. O 16 let později se stal prvním Čechem, jemuž se podařilo vystoupat na všech 14 světových osmitisícovkách bez použití kyslíku – zkompletoval tedy Korunu Himálaje. ČTK

„I tuto výhru jsme si zasloužili“

Hokejisté dál vítězí, generálka na domácí světový šampionát je čeká v Brně.

Čeští hokejisté zdolali v Bratislavě Slovensko 4:1 a vyhráli i šestý zápas v závěrečné přípravě na květnové mistrovství světa v Praze. Dvěma góly o vítězství rozhodl útočník Petr Kodýtek, který v čase 47:44 posunul tým kouče Radima Rulíka do vedení 2:1 a v 54. minutě v přesilové hře také zvýšil náskok.

Generálka na mistrovství světa čeká české hokejisty příští týden od čtvrtka do neděle v Brně na Českých hře, oficiálně Betano Hockey Games, kde se utkají postupně s Finskem, Švédskem a Švýcarskem. Do šampionátu v Praze vstoupí v pátek 10. května zápasem proti Finům.

Debut v národním týmu si po pátečních premiérách Davida Špačka, který v bratislavském zápase otevřel skóre, a Ondřeje Kašeho v Trenčíně při výhře 4:2 tentokrát odbyl Matyáš Kantner. Na 4:1 dával kapitán Roman Červenka.

„Byl to jiný zápas než v Trenčíně. V první třetině jsme nehráli dobře do defenzivy, měli jsme tam moc okének a Slováci byli nebezpeční, párkrát nás přechlípili. Se štestím jsme to zvládali a pomohla nám vydařená akce a gól na 1:0. Pak už jsme byli lepší, měli jsme územní převahu. Škoda vyloučení, která nás poslala do tří a soupeř vyrovnal. Řekli jsme si, že už se chceme faulovat v útočném pásmu vyvarovat. Chtěli jsme pak navázat na druhou třetinu, což se nám naštestí povedlo. Za to jsme si vítězství zasloužili,“ řekl Rulík. ČTK



Radim Rulík (uprostřed) a jeho realizační tým pečlivě zvažují jména hráčů pro domácí MS v Praze a Ostravě. V přípravě se týmu daří. ČTK

KRÁTCE

Divácký rekord

Hvězdný argentinský fotbalista Lionel Messi podruhé za sebou vstřelil v zámořské MLS dva góly, v sobotu pomohl Interu Miami k výhře 4:1 na hřišti New England. Zápas i kvůli osminásobnému držitelu Zlatého míče sledovalo na Gillette Stadium ve Foxborough 65 612 diváků, což je nový rekord na utkání místního týmu Revolution.



Lionel Messi vede s devíti góly tabulku střelců MLS. AP

Už je v osmifinále

Osmnáctiletá česká tenistka Sára Bejlek na turnaji v Madridu pokračuje ve vítězném tažení. Ve 3. kole porazila 6:3, 6:1 Američanku Ashlyn Kruegerovou a postoupila do osmifinále. Její další soupeřkou bude Jelena Rybakinová z Kazachstánu. Bejlek do turnaje postoupila z kvalifikace a v 1. kole si na šestý pokus připsala premiérovou výhru na WTA Tour.

Neporazitelnost přece jen uhájili

Fotbalisté mistrovského Leverkusenu ve 31. kole německé ligy díky gólu Roberta Andricha v 7. nastavené minutě remizovali se Stuttgartem 2:2 a uchránili svou sérii bez porážky, kterou ve všech soutěžích protáhli už na 46 zápasů. Český útočník Patrik Schick hrál ve Leverkusenu do 74. minut.

Opět bronzová

Česká skifařka lehkých vah Kristýna Neuhortová obhájila na veslařském mistrovství Evropy v Szegedu bronzovou medaili z loňského šampionátu na jezeře Bled. Z vítězství se radovala Alena Furmanová z Běloruska, která na vrcholné akci startovala jako takzvaný nezávislý individuální sportovec a získala třetí evropský titul v kariéře. ČTK