



**MUZEUM
ČOKOLÁDY**

NEJZÁBAVNĚJŠÍ MUZEUM
VOSKOVÝCH FIGURÍN

Grévin
PRAHA

chocotopia.cz

**ALL YOU NEED
IS CHOCOLATE**

Dvě muzea. Jeden zážitek.



Grévin Praha, Celetná 15 | Choco-Story Praha, Celetná 10

metro 

Pondělí, 30. července 2018

www.metro.cz

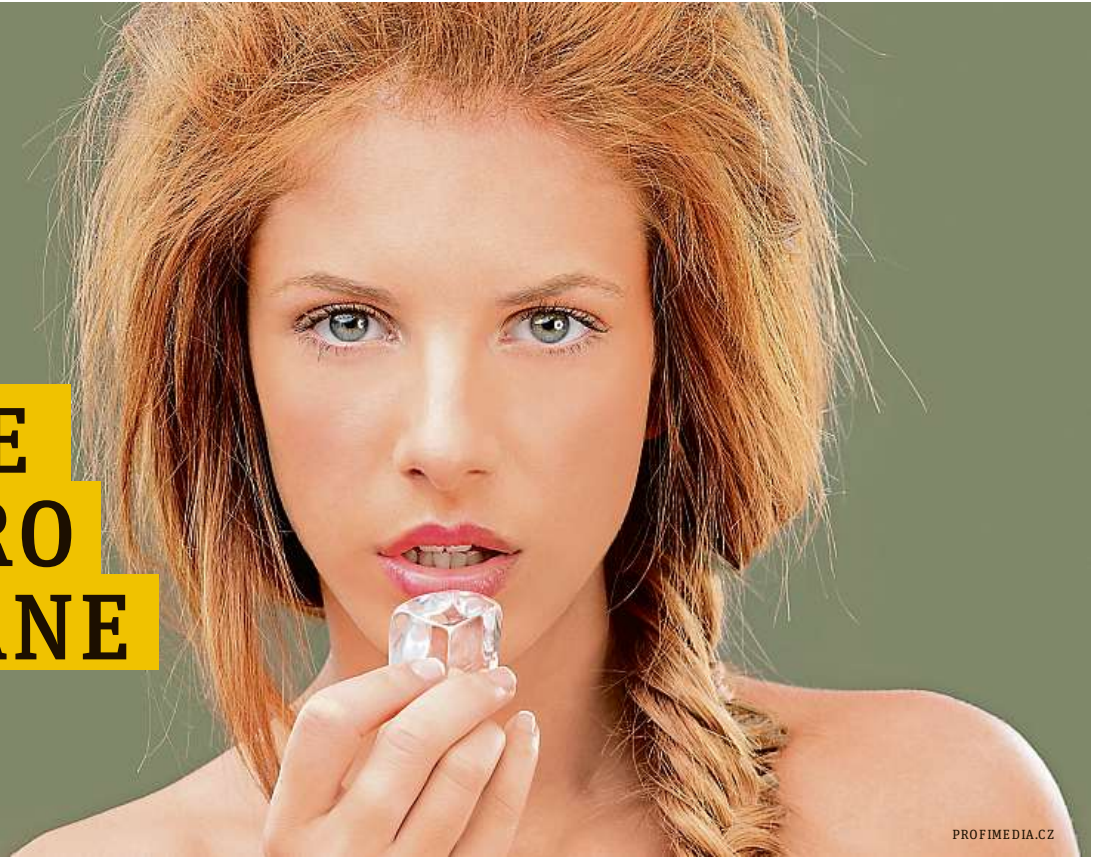
Volný prodej 6 Kč
/ ostatní distribuce

Největší deník v ČR

**VÍME, KDE
VÁS VEDRO
NEDOSTANE**

STRANY 10 a 11

**16 STRAN
LETNÍHO ČTENÍ**



PROFIMEDIA.CZ

XXXLutz

DOMY NÁBYTKU. TY S TOU ČERVENOU ŽIDLÍ.

-50%

NA ČALOUNĚNÝ
NÁBYTEK NA MÍRU

Platí
od 02.08.
do 05.08.
2018

NOVĚ E-SHOP
WWW.XXXLUTZ.CZ

Více informací na www.xxxlutz.cz

XXXL POUKAZ

Platí
od 02.08.
do 12.08.
2018

179,-

99,-

Cordon bleu
„Děvorubec“

RESTAURACE

XXXLutz

ilustraci foto



Milovníci burčáku, těšte se. Letos bude k mání od 1. srpna

Letošní rok je teplotně nadprůměrný a to se odráží i na kvalitě a zralosti hroznů.

Jako první se na vinicích budou sklízet odrůdy Irsai Oliver a Solaris.

Díky přízni počasí letos budeme moci ochutnat první burčák hned první den, kdy to dovoluje zákon. Moravští vinaři proto netrpělivě čekají na první srpnový den.

Zákon totiž hovoří jasně: Částečně zkvašený mošt lze nabízet k přímé lidské spotřebě mezi 1. srpnem a 30. listopadem kalendářního roku, v němž byly vinné hrozny sklizeny, pokud je částečně zkvašený hroznový mošt ve stavu kvašení.

„Ten, kdo by chtěl burčák neboli částečně zkvašený mošt prodávat dříve, porušil

by zákon. Tento rok je výjimečný, obvykle jsou téměř všechny hrozny v tuto dobu ještě tvrdé,“ sděluje Martin Půček za Svaz vinařů.

„Zatím nemám informace, že by už tento týden docházelo ke sběru hroznů. Pokud ano, jsou to jen jednotlivci. Cukernatost u hroznů na první burčák u prvních odrůd je ještě nedostatečná, podle našich zjištění pouze v ojedinělých izolovaných lokalitách dosahují některé odrůdy kolem 16 °NM, což po přidání cukru, v souladu s legislativou, by mohlo být pro burčák použitelné. Sběry spíše začnou probíhat až příští týden,“ dodává Půček.

Jako první se budou sklízet odrůdy Irsai Oliver, Solaris, následovat bude Muškát moravský. Vegetace je teď časněji přibližně o dva až tři týdny.

„Zdravotní stav hroznů je nyní výborný, stejně tak ani sucho zatím není zásadním problémem. Násada hroznů je nyní také výborná, ale do hlavní sklizně je ještě více než měsíc,“ komentuje aktuální stav na tuzemských



Burčák a zákon

Burčák musí být vyroben pouze z hroznů vypěstovaných a zpracovaných v Česku.

- Smí se prodávat pouze od 1. srpna do 30. listopadu daného kalendářního roku.
- Burčák nesmí být prodeji ředěný vodou.
- Při prodeji spotřebitel musí být informován o tom, že se jedná o burčák a kdo je jeho výrobcem.

vinicích Půček. „Celkově lze nyní říci, že pokud nedojde k velkému výkyvu počasí, mohla by být úroda nadprůměrná, co se týká množství na hodnocení kvality ročníku, si ještě musíme počkat,“ říká Martin Půček. **MBT**

UPOZORNĚNÍ

Milí čtenáři, deník Metro v tomto týdnu od pondělí 30. července do pátku 3. srpna jako každoročně v půlce léta nevychází.

Zpět bude opět v pondělí 7. srpna. Těšíme se na viděnou a užijte si toto speciální letní číslo!

VAŠE REDAKCE

INZERCE

**Jste zdravá žena po přechodu?
Chcete se zúčastnit klinického výzkumu?
A tuto účast mít finančně ohodnocenou?
TAK HLEDÁME PRÁVĚ VÁS!**

Společnost Quinta - Analytica chystá studii u žen po přechodu, které neberou žádnou hormonální léčbu. V rámci studie budou provedena krevní vyšetření, oční či vyšetření na řídnutí kostí. Finanční kompenzace za Vaši účast ve studii **55.000 – 68.000 Kč+ jednorázový příspěvek na cestovní náklady 3.000 Kč**. Pokud se chcete studie zúčastnit přihlaste se již nyní na stránce

<http://www.quinta.cz/dobrovolnici-7/>
nebo na telefonním čísle: 242 454 429

VŽDY NĚCO NAVÍC

**S NOVÝM CNG AUTEM
ZATOČÍTE S NÁKLADY
I EMISEMI.**



S výraznou slevou na nové CNG auto šetříte nejen svoji peněženku, ale i životní prostředí a zároveň jezdíte jen za 1 Kč/km.

800 134 134
www.ppas.cz

**PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ**

Vůbec není malá. Úpa má v kapse plno zajímavostí

Horské chalupy rozházené po loukách, výhled na Sněžku, pivovar a mraky cest pro cyklisty i turisty.

Víte, že počátky cestovního ruchu na české straně Krkonoš najdete v Malé Úpě? Historie obce, kde je nyní hlášených 135 obyvatel, ale zase má na svém území největší českou horu Sněžku, sahá až do roku 1566. Tehdy ji založili dřevaři z Tyrolska. Místo je také známo jako Pomezní boudy, ty zase založili vyhnanstvem potrestaní rakouští šlechtici. Bavili se tím, že opjeli horaly a sjížděli s nimi na saních na polskou stranu do Kowarů.

Idylická Malá Úpa leží v sedle ve výšce 1050 metrů a dnes nabízí po celý rok škálu vyžití pro každého. „V poslední době si nás oblíbily rodiny s dětmi, které se tu dokážou zabavit na celý týden,“ říká starosta Malé Úpy Karel Engliš.

V zimě se službami pyšní zdejší zimní středisko, Malá Úpa žije ale i v dalších měsících. Celoročně tu například začala fungovat řemeslná dílna pro děti a rodiče. Na území obce se také nachází deset „tisícovek“, vrcholů s nadmořskou výškou větší než 1000 metrů. Zdatnější turisté či sportovci mohou ulovit všechny. Z Malé Úpy je příjemný výstup na Sněžku, takže nemusíte čekat hodinovou frontu na lanovku z Pece.

Zážitkem je královská krkonošská hřebenovka z Harrachova až do Malé Úpy, kterou můžete spojit s návštěvou několika minipivovarů včetně cílového maloupského pivovaru Trautenberk. Ten byl založen před dvěma lety.

Pár let je tahákem i dětská Pohádková stezka z deseti krkonošskými pohádkami Marie Kubátové. A milovníkům historie doporučujeme Hornickou stezku, která ukáže památky po těžbě rud, přičemž lze nahlédnout i do štol.



Kostel je centrum obce. Konají se tu tradiční jarmarky.



Sládek pivovaru Trautenberk Vojtěch Kaprálek



Noční procházka tu nabídne krásné scenerie.

3x METRO



PETR HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz

BILLA

KAŽDÝ OCENÍ NÍZKÉ CENY BILLA JE LEVNÁ

ČESKÁ FARMA



Cuketa
volná, 1 kg
Česká republika

17⁹⁰



Závitky v rosolu
z pultu lahůdek
cena za 100 g

12⁹⁰

BILLA
Připraveno
u nás



Meruňková kapsa
z naší pekárny
1 ks, 85 g

9⁵⁰

100 g = 11,18 Kč



Hollandia
Farmář jogurt
400 g, 2 druhy

19⁹⁰

100 g = 4,98 Kč

BILLA
JE
LEVNÁ

www.billa.cz

Nabídka platí
od pondělí 30. července 2018

Světlo, teplo a stín prošly testy

Deník Metro vyzkoušel produkty zapůjčené z Výstavy stanů a vybavení do přírody, která se koná v pražských Letňanech.

Přinášíme uživatelské shrnutí funkčnosti věcí, které jsou něčím zajímavé a jež vám mohou zpříjemnit prázdniny.

Světlo na cesty

Kterákoliv hodina – a lampa ještě svítí. Výdrž kempingové lucerny Vango Galaxy Eco Rechargeable 60 je vzhledem k velikosti a 36 LED-diodám obdivuhodná. Navíc zaujala vzhledem i funkcími každého, kdo ji zažil na několika místech bez elektřiny, kam v první půlce léta vnášela světlo. Lampa je totiž se solárním panelem a manuální nabíjecí klíčkou nejen praktickým pomocníkem, ale také skvělou hračkou pro děti. Vypadá jako kříženec zmenšeného majáku a staré petrolejky v moderním hávu. S výškou 25 cm a šířkou 14 cm se dá skvěle použít na stůl, ale díky madlu a výsuv-

nému háčku se může i zavěsit – nabízí dvě úrovně intenzity osvětlení, při silnějším se dá i číst. Má vestavěnou baterii, kterou podle návodu stačí dosyta nabít za tři hodiny, plnou kapacitu však neumí dát najevo. Prostě byla píchuta do elektřiny přes noc před odjezdem. Pak ale přišlo překvapení. Slibovaná kapacita 12 až 15 hodin světla byla výrazně překonána. Od nabíjení byla používána devět nocí v rozmezí 3 až 5 hodin bez další potřeby napájení. Nakolik tomu pomáhá malý solární panel v horní části, není

plná a kolik její kapacity ještě zbývá

Schovka na festák

Kam složit v noci hlavu, když se vám nechce brát na letní hudební festival nebo na vodu drahý expediční stan? Nebo nechcete za stan na takovou akci utratit příliš? Jako ideální volba pro dvě osoby se jeví jednoduchý samorozkládací stan Nighttide od firmy Easy Camp. Zabalený vypadá jako placka ve tvaru kruhu o průměru 74 cm a výšce 4 cm, dá se tak hravě vložit i do plného kufříku auta.



Žár bez plamenů

METRO

jasné. Ale pomáhá. Protože i přes těšení se na vyzkoušení nouzové vestavěné klíčky k tomuto způsobu manuálního nabíjení vůbec nedošlo. Informace alespoň podle návodu: dvě minuty točení klíčkem má zajistit 25 minut svícení. K dispozici je i nabíječka do auta. Cena: 783 korun.

Metro plus: dlouhá výdrž svícení, alternativní způsoby nabíjení

Metro minus: při nabíjení není jasné, kdy je baterie

Na tomto stanu je nejlepší jeho postavení. Po rozbalení stačí vyhodit do vzduchu, on se sám během pár vteřin rozevře, pak už jen použijete kolíky, ukotvíte provázky a můžete se nastěhovat. Opticky má jednoplášťový stan zhruba velikost psí boudy, ale zevnitř je vždy větší. Přesto – slibuje rozměr ložnice 215 x 120 cm, ale pecka to není. Vzhledem k oválnému půdorysu je problém narvat dovnitř dvě samonafukovací karimatky

o šířce 2 x 60 cm. Jejich rohy se musí silou ohnout. A pak mají spáči uvnitř i při své výšce necelých 180 cm celou noc pocít nutností pokrčených nohou. Tady je asi jediné řešení – užít si festival tak, že únavou padnete dovnitř, do rána tvrdě spíte a máte jistotu ochrany před deštěm, a tak i nastýdnutím. Moskytiéra ve vchodu navíc přinese klid před komáry. Po festivalu ani obrovský návod nepomohl se složením – ztroskotání přišlo vždy u bodu č. 5 a stan byl vrácen prodejci nesložený. Samozřejmě je možné pustit si v mobilu návod na YouTube, ale kdo na to má v tu chvíli hlavu? Takže výzva pro výrobce – na festivaly potřebujeme stany, které se hlavně samy skládají! Cena: 1350 korun

Metro plus: rychlé rozložení, ochránil v přeháňce

Metro minus: složit ho zase zpět, velikost, ohýbající se kolíky

Žár bez plamenů

Loni získal dánskou cenu za design, je z velké části z pevného kartonu, lávových kamenů, mřížku má z bambusu... Jednorázový instantní gril Casus je zajímavá věc – dokáže po velmi rychlém zapálení briketek z dřevěného uhlí grilovat už během pár minut a zhruba hodinu udrží žár. Balíček o váze jednoho kilogramu se hravě vejde do tašky a jeho obsah vypadá dost stylově i pro městského člověka. Navíc je funkční a podle výrobce zcela ekologický

a schopný rozkladu v přírodě působením mikroorganismů (stačí počkat 200 let). Svou šanci dostal, když parta šestiletých holek nutně potřebovala po ránu ugrilovat plátky ananasu s cukrem. Sestavení je jednoduché i bez návodu, stačí škrtnout sirkou a zcela bez plamenů jen s pidi-mini-mikro-jiskřičkami se praskavě šíří žár kruhovými briketkami. Aha, proto může být mřížka z bambusu, viditelný oheň prostě chybí. Oproti klasickému grilu vypadá výhřevnost nižší, na oboustranné opečení ananasu je potřeba přes dvacet minut. Přestože reklamy na internetu ukazují veselé mladíky, kteří mají díky sřihu záznamu opečení vysoké steaků během chvíle, rychlejší je z osobní zkušenosti použít tenčí plátky krutího masa nebo klobásky.

Gril je perfektní, když se sejdete s přáteli na pikniku a nechce se vám tahat velký gril. Pozor, na první pohled není pro laika poznat, že je zapálený a žhavý. Je tak lepší mít ho z dosahu malých dětí. Na druhou stranu je možné zcela nenápadně grilovat třeba na náplavce. Cena: 259 korun

Metro plus: super rychlá, jednoduchá, funkční a ekologická věc

Metro minus: delší doba grilování



JAN DAVID
jan.david@metro.cz

Práce - nabídka

**NOVÁ PRÁCE
VE VÝROBĚ!**

**PRÁCE PRO MUŽE I ŽENY.
RŮZNÉ LOKALITY
- OSTRAVSKO.**

**VOLEJTE ZDARMA
NA 800 14 16 18!**

**ZÍSKEJTE NOVOU PRÁCI
V BRNĚ A OKOLÍ!**

**RŮZNÉ PROFESE
ZAJÍMAVÉ MZDY
STABILNÍ ZAMĚSTNÁNÍ**

**ZAVOLEJTE SI O NOVOU
PRÁCI NA 725 876 789!**

Pevné doplatky. Problém

Někteří majitelé lékáren mluví o nutnosti zavést pevné ceny léků, aniž by veřejnosti vysvětlili, co to znamená.

Na záležitost upozornila Asociace lékárenských sítí, podle níž by se pevné doplat-

ky mohly dostat do rozporu se zájmy pacienta. „Neustále slyšíme argument, že pacient musí kvůli shánění levnějších léků obejít několik lékáren, ale nikdo už neříká, že ušetřené kroky by ho mohly

přijít draho,“ říká šéf asociace Daniel Horák. Asociace sdružující nejsilnější řetězce v Česku – lékárny Dr.Max, Benu a Devětsil – upozorňuje na to, že jediný, kdo by z pevných doplatek bezpečně profitoval, by byly díky vyšším maržím majitelé lékáren. Podle asociace je nejpravděpodobnější cesta k pevným cenám léků taková, že by se odvíjela od dnešního maximálního doplatku, což by znamenalo buď přímo pro pacienty, nebo pro stát vyšší náklady až o 10 miliard korun ročně. „I v případě, že by to platil stát, by to v konečném důsledku znamenalo vyšší náklady pro občany, protože na ty se náklady státu stejně vždycky přenesou,“ upozorňuje Daniel Horák. Podle něj je zatím stoprocentně jistý přínos pouze pro majitele lékáren, kterým by vyšší ceny garantovaly vyšší příjmy. „Je

samozřejmě klíčové, jak bude plán na zavedení pevných doplatek vypadat,“ dodává Horák.

Na konkrétní představu čeká i ministerstvo zdravotnictví, které několikrát deklarovalo, že je na toto téma otevřeně diskusí. „Otázkou je, jak bychom vysvětlili pacientům, že na lék, který mají dnes plně hrazený tam, kde lékárna nakupuje efektivněji, najednou budou muset všude stejně dopláct. Nejsme přesvědčeni o tom, že lidé jsou ochotni hledání lékárny, kde dostanou lék bez doplatku či s nižším doplatkem, vyměnit za jistotu, že všude dostanou lék za stejný doplatek, který ale může být i podstatně vyšší, než ho mívali předtím. Proto je pro takovou změnu potřebný celospolečenský a politický konsenzus,“ říká ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. **MET**



muzeum
romské
kultury

Pietní akt v Hodoníně u Kunštátu

Pietní shromáždění k uctění památky obětí holocaustu Romů

19. srpna 2018 od 11h, Hodonín u Kunštátu

rommuz.cz

Barcelona, studnice zážitků, dvě a půl hodiny letadlem

Katalánská metropole nabízí kromě slavných Gaudiho děl moře a přírodu.

Za památkami, nebo k moři? Tak mohou znít rodinné rozepře při výběru dovolené. V Evropě je ale město, které uspokojí oba názory – Barcelona. Do katalánské metropole se z Česka letadlem dostanete za necelé dvě a půl hodiny. Z místního letiště jste pak vlakem v centru za půl hodiny.

Barcelona je protkaná na chodnících, domech, výlohách, ale i v klopách oblečení lidí žlutou stužkou, která je symbolem jejich touhy oddělit se od Španělska, k turistům jsou ale milí. To i přes to, že se v minulých letech objevily informace, že místní proti turistům a přeplněnosti svého města protestují, ale najevo to nedávají.

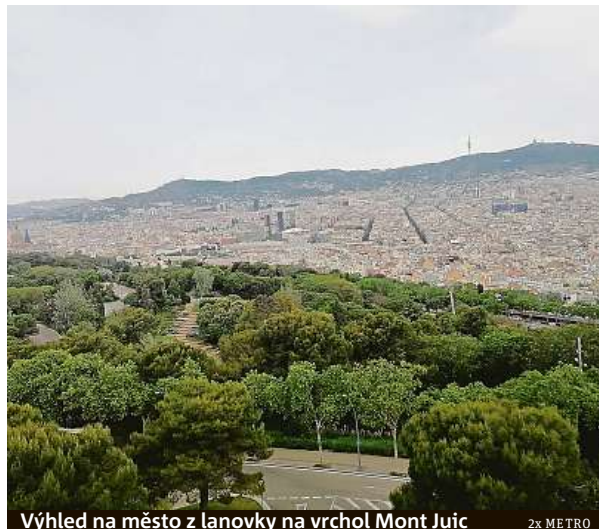
Následkem této nevole je zdražení vstupu do některých památek. Například do slavných staveb, jež tu zanechal Antonio Gaudí. Výhodou pro vás může být si pamatovat, že se vyplatí kupovat vstupenky předem přes internet. Například u Casa Batlló zaplatíte místo 28,50 o čtyři eura méně. U slavné Sagrada Família také ušetříte, a navíc



Casa Batlló

při on-line rezervaci máte jistotu, že se do turisty vyhledávané památky dostanete, a bez fronty. Slavný architekt toho v metropoli postavil opravdu hodně, z dalších památek stojí za zmínku třeba Casa Mila – La Pedrera nebo Park Güell, který už od loňského podzimu prochází kompletní rekonstrukcí za více než 10 milionů eur, hotovo má být koncem léta. K pláží se z centra Barcelony dostanete procházkou kolem přístavu.

V něm také můžete navštívit



Výhled na město z lanovky na vrchol Mont Juic

2x METRO

jedno z největších akvárií – v jeho první části jsou ta velká, ale dostanete se i do dvou tunelů, kde uvidíte vodní život všude kolem vás.

Pláže leží podél promenády, kde je dostatek barů i restaurací. Smířit se musíte se všudypřítomnými prodejci, kteří vám budou někdy až vnucovat od

limonády přes kabelky až po boty úplně vše.

Chcete-li vyzkoušet trochu méně známá místa, můžete vyrazit na kopec Mont Juic. Na něj se dostanete kabinkovou lanovkou přímo z přístavu.

Cesta ale vede i metrem, z nějž přeseďte na lanovku v e l m i podobnou té, kterou znáte z pražského

Petřína. Až na úpatí kopce přestoupíte na další kabinkovou lanovku, která vás vyveze na vrchol – až k místnímu hradu, který byl v minulosti i pevností. Můžete se dostat dovnitř, pokud je vám do třiceti let, zaplatíte tři eura, ti starší pak pět eur. Celé město uvidíte z úplně odlišné perspektivy, a výhledy stojí za to. Po prohlídce se můžete vydat dolů buď opět lanovkou, nebo pěšky. Cestou narazíte na mnoho míst, kde se dá posedět nebo uspořádat piknik.

Součástí parku na Mont Juic je atletický olympijský stadion, na kterém se v roce 1992 bojovalo o medaile, a před ním chodník slávy, na němž najdete otisky nohou nejen slavných atletů.

V pěší cestě z kopce zpět do centra můžete dál pokračovat. Projdete kolem budovy Národního muzea katalánské kultury a pod ní už se rozkládají kaskády, které vedou na Plaça de Espana a doslova uchvátí.

Doporučení, co ještě dalšího můžete v Barceloně vidět, najdete na visitbarcelona.com. Jako na každém turistickém webu, i zde najdete pohromadě také informace o místní dopravě, popřípadě turistických kartách, díky nimž lze ušetřit.



IVETA BENÁKOVÁ
iveta.benakova@metro.cz



“ LEPŠÍ ÚROK NEŽ V BANCE? PÁR KLIKNU TÍ A JE TO “

zonky.cz |



| 800 459 460

INZERCE

Cestování - nabídka

HORY, LESY, PŘEHRADA
dovolená

BESKYDY

SUPER CENA

Ubytování 7 dní s polopenzí

po slevě 30 % 3.115,- Kč

Krásná a zdravá příroda
Valašska. Klidné prostředí,
horská turistika, cyklistika,
inline brusle, mnoho zajímavých
míst a památek. Koupání,
rybolov, houby, borůvky aj.
Výborná domácí kuchyně.
Rožnovský skanzen nedaleko.
Radhošť a Pustevny blízko.

Turistická Chata BRIAN
Horní Bečva 756 57
Tel.: 604 204 110
Tel.: 571 645 194
www.chatavsetinsko.cz
brian@chatavsetinsko.cz



Tři skokani se vrhli z pražských mostů

V půlce léta se každoročně koná mistrovství České republiky v extrémních skocích do vody ve volné přírodě. Akce se již tradičně uskutečnila v zatopeném lomu v Hřímězdicích u Příbrami. Tento rok termín skoků do vody připadl na víkend 3. a 4. srpna. Symbolicky k tomuto datu skočili v nedávné době ve tři hodiny odpoledne a čtyři minuty tři skokani ze tří pražských mostů. Jedním z nich byl i Jan B., který si přeje zůstat v anonymitě.

Proč jste se rozhodli skákat z pražských mostů?

Protože v Česku není moc dostupných míst, kde by se náš sport dal trénovat, a už se z toho stala jakási tradice. Loni jsme skákali z holešovického železničního mostu, mostu Inteligence a Mánesova mostu. Letos jsme si vybrali železniční most pod Vyšehradem, Libeňský most



Na most pod Vyšehradem se v současnosti nesmí. BLUE GEKKO

a most Palackého, protože se jedná o mosty, které jsou v havarijním stavu. Také na to jsme chtěli akci upozornit.

Jak moc náročné bylo skoky uskutečnit?

Pro nás to nebylo nic neobvyklého, i když skákat v centru Prahy je náročné na přípra-

vu. Po celou dobu akce byl na místě potápěč, který vždy prověřil hloubku a byl po celou dobu v pohotovosti. Nicméně skokani jsou zkušení a vše proběhlo bez problémů. Skákáním jsme nikoho neohrožovali a vše jsme plánovali tak, abychom neomezili provoz.

Kdo neskáče, není Čech

Hymnu závodů v cliffdivingu složil Kapitán Demo.

- Hudebník v ní použil v Česku již zlidovělý popěvek „Kdo neskáče, není Čech“, což je spojující linka mezi samotnou písní a závody, při kterých se účastníci vrhají do lomu až z 30 metrů.
- „Jedeme na Desperados Highjump letos hrát, a tak doufám, že budou všichni znát text nazpaměť,“ zve na akci Demo.

Jak se připravujete na závody?

Celý rok se věnuji suché přípravě a skokům z bazénové platformy. Každý rok pak pořádáme High Jump kemp, kde máme možnost trénovat z výšek určených pro opravdový High Diving, tedy skoky z výšky okolo 20 metrů. MET



REGENERACE TĚLA I DUCHA V JIZERSKÝCH HORÁCH



CESTA Z MĚSTA – ANTISTRESOVÝ POBYT

4 dny / 3 noci, od 3.705 Kč / osoba

Ubytování, polopenze, káva a zákusek, 3 wellness procedury, minigolf

MIMOŘÁDNÁ NABÍDKA – SENIORSKÝ POBYT 60+

6 dní / 5 nocí, od 5.540 Kč / osoba

Ubytování, polopenze, káva a zákusek, vstupní lékařská prohlídka, 10 procedur za pobyt

SINGL POBYT

5 dní / 4 noci, od 5.905 Kč / osoba

Ubytování, polopenze, káva a zákusek, 6 wellness procedur

RODINNÝ JIZERSKÝ ZÁŽITEK

3 dny / 2 noci, od 2.285 Kč / osoba

Ubytování, polopenze, dárek pro každého malého návštěvníka, minigolf, masáž pro rodiče. Ubytování pro dítě do 12,99 zdarma.

Kompletní nabídku naleznete na www.lazne-libverda.cz

DOMÁCÍ MAZLÍČCI JSOU V NAŠEM RESORTU VÍTANI.

BONUS PRO VÁS: NAPLNĚNÝ PÍKNIKOVÝ KOŠ

Užijete si chvíle pohody a relaxace a načerpejte letní atmosféru.

U všech nových rezervací od 7 nocí a více a realizaci pobytu do 31. 8. 2018

pro Vás bude připraven jako bonus naplněný piknikový koš.

(platí pro samoplátečké pobyty, samotný koš je k zapůjčení).



SPA RESORT LIBVERDA
LÁZNĚ LIBVERDA 82, 463 62
TEL.: +420 482 368 102
E-MAIL: INFO@LAZNE-LIBVERDA.CZ
WWW.LAZNE-LIBVERDA.CZ



Nepál. Čaj kdykoliv a delší dovolená

Továrnu na šití oblečení založil, když mu bylo 25 let. Na začátku století začínal jen v malém domku se čtyřmi šicími stroji a pár zaměstnanci. Dnes má Rai Dhurba rozsáhlou továrnu s až osmdesáti zaměstnanci a musí bojovat s velkou konkurencí. V jeho továrně se šije i oblečení pro českou firmu Snow Leopard.

Pro tuto značku pracují čtyři druhy zaměstnanců. Hlavní krejčí, kteří se podílejí na přípravě střihů a jsou zodpovědní za výsledný výrobek, si vydělají nejvíc. Jejich plat se pohybuje v přepočtu mezi 9 až 33 tisíci korunami za měsíc podle počtu kusů, které se vyrobí. Pak jsou tu krejčí, kteří pouze kompletují oblečení. Dále se na výrobě podílí méně zkušený personál. Ten provádí odstříhávání nití či žehlení. „Jsou to většinou ženy v domácnosti, které si přijdou přivydělat, když mají

odběratelům, kteří nakupují výhradně na kredit a dostat z nich peníze je velmi obtížné. Hlavním rizikem spojeným s vývozem našeho zboží mimo Nepál je, že při pozdním dodání, špatné kvalitě

nebo nedodržení daných rozměrů oblečení může být záslužka odmítnuta. To se nám naštěstí díky dobré komunikaci a častým návštěvám zástupců Snow Leopard v Nepálu nikdy nestalo.“

Podle Dhurby si zaměstnanci dopřávají libovolné pauzy na čaj, velkou přestávku na oběd i na modlení. „Většina zaměstnanců jsou hinduisté nebo muslimové. Všichni pracují šest dní v týdnu, ale kaž-

dý má volno v jiný den. V průměru si berou volno dvakrát do roka, kdy jedou za svými rodinami na tři až čtyři týdny, ale někdy se stává, že tam bez ohlášení zůstanou i dva měsíce,“ krčí rameny Dhurba. **PUR**

INZERCE



Rai Dhurba

ARCHIV

děti zrovna školu. Jedná se o velmi nenáročnou práci,“ líčí Dhurba. Pak jsou v řetězci externí pracovníci, kteří pomáhají doručovat zboží přepravčům či jezdí pro materiály do skladů.

Minimální mzda se v Nepálu pohybuje v přepočtu okolo 1800 korun. Hodně záleží na tom, v jakém sektoru daný zaměstnanec pracuje a jaké má zkušenosti. „Opravdu šikovní a zkušení zaměstnanci si vydělají minimálně 350 korun za den,“ říká Dhurba.

Spoluprací se zástupci české firmy si Rai pochvaluje: „Výhodou je, že dostáváme vždy včas zaplacené, což je velký rozdíl oproti místním

„JSEM RÁDA, ŽE HYPOTÉKU SPLATÍM RYCHLEJI.“

PRÁCE NAŠICH ZAMĚSTNANCŮ NA PRODEJNÁCH SI CENÍME, A TAK JIM OD 1. 8. 2018 NAVYŠUJEME MZDY MINIMÁLNĚ O 2000 KČ.

Snow Leopard

Firmu, která nabízí české oblečení s nepálskými kořeny, založili v roce 2016 Zuzana Krauseová a Tomáš Binder.

- Hlavní cíl: Poskytnout outdoorové oblečení s co nejlepším poměrem cena/výkon. Šijí v malých rodinných továrnách uprostřed Himálají. Firma přispívá na záchranu sněžných levhartů.

- Více informací najdete na webu snowleopard.cz. Prodejnu v Kotevní 1, Praha 5.

V PENNY se spolu vždycky domluvíme, aby podmínky vyhovovaly i vám. Nabízíme například tyto nadstandardní zaměstnanecké výhody:

- 5 týdnů dovolené
- Stravenky v hodnotě 80 Kč
- Penzijní připojištění
- Benefitní cafeterie



Loajalita



Zaškolení



Přátelské prostředí



Práce v blízkosti domova



Rozvoj



Individuální přístup



Bezpečnost



Orientace na zákazníka

www.penny.cz

Kontaktujte nás na tel.: 281 018 018 nebo e-mailem: nabor@penny.cz

Hledáme POZEMŠŤANY

na dlouhodobý vztah!

Pozemské pozice:

Skladník
Konzultant prodeje
Operátor call centra

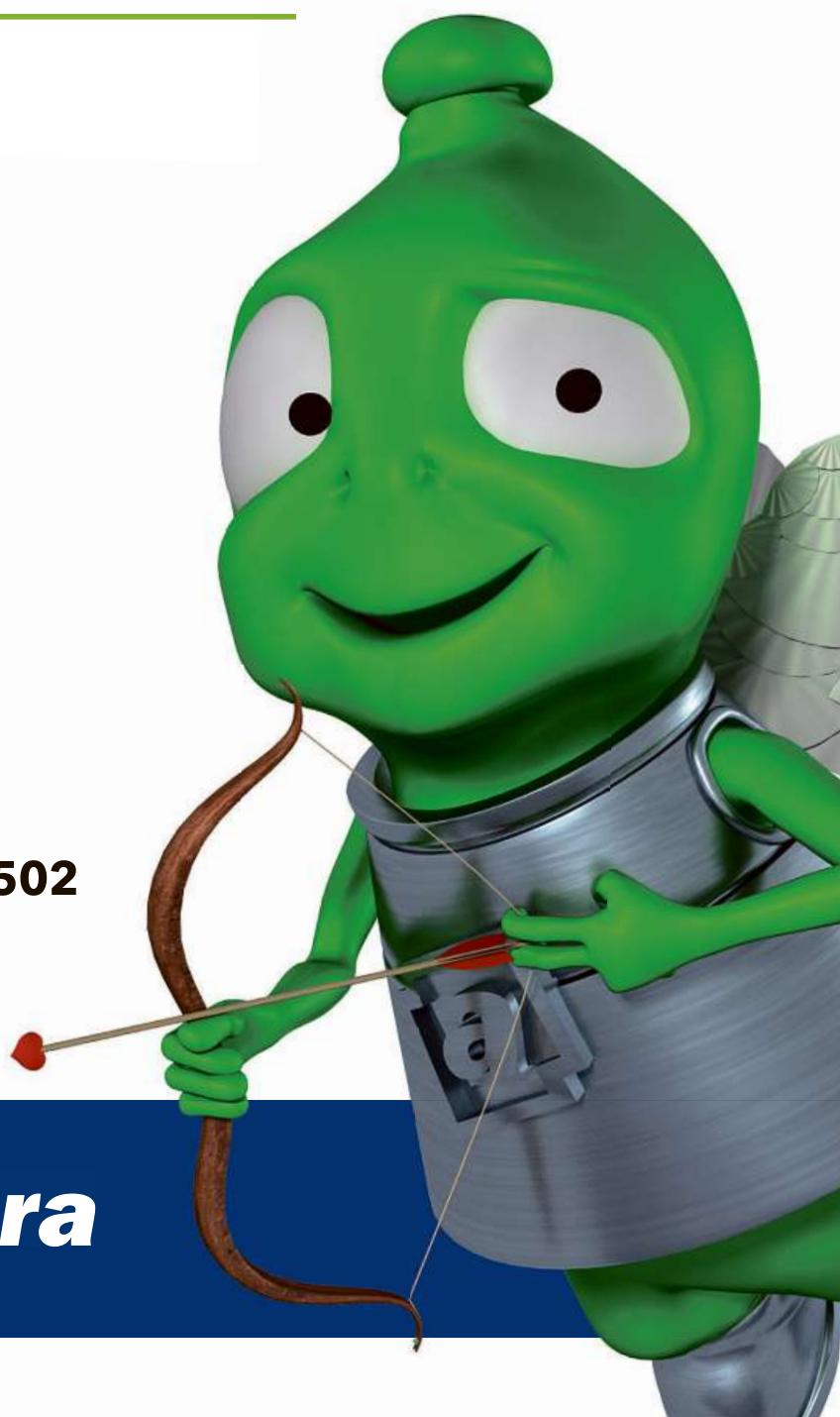
Hvězdné benefity:

Dotované stravenky
Jazykové kurzy
Zaměstnanecké slevy

Mzda až 35 000,-

Volejte a pište na **770 149 502**
Pište na **kariera@alza.cz**
www.wearealza.cz

 **alza Kariéra**



Stanice O2 láká fanoušky na ligový fotbal

Digitální televize O2 TV nabídne fanouškům dvě kola domácího ligového fotbalu zadarmo. Akce placeného

kanálu, který je hlavním zprostředkovatelem nejvyšší české soutěže, potrvá do 6. srpna. Pro sledování pří-

mých přenosů stačí navštívit stránky www.o2tv.cz, registrace není nutná.

Diváci můžou vyzkoušet například tzv. multi-dimenzi, která umožňuje výběr ze souběžně hraných duelů či speciální statistický servis TRACAB, díky kterému je možné porovnávat v reálném čase aktuální statistiky týmů i hráčů.

V rámci této akce mohou fanoušci snadno sledovat většinu přímých přenosů z 2. a 3. ligového kola.

„Po úvodních přenosích z první fotbalové ligy jsme zaznamenali ob-

rovský ohlas a zájem fanoušků. Touto akcí chceme dát možnost všem, aby viděli, jak připravujeme studia, kdo zápasy komentuje, jak vypadá zcela nová televizní grafika a co vlastně multi-dimenze je,“ uvedl Marek Kindernay, výkonný ředitel stanice O2 TV Sport.

Televize O2 TV přináší sedm z osmi zápasů kola z nejvyšší české fotbalové soutěže, zbylý duel (většinou páteční předehrávku) vysílá ČT Sport. Nová smlouva na vysílací práva platí minimálně až do roku 2022.

Podle oznámených výsledků televize O2 za 1. pololetí se počet zákazníků digitální televize O2 TV k 30. červnu 2018 meziročně zvýšil o více než 11 %. O2 celkově regist-

ruje 287 tisíc aktivních set top boxů. Z tohoto počtu představuje počet zákazníků služby O2 TV (IPTV a OTT verze), která funguje na pevné lince od O2 i na internetovém připojení od jakéhokoli poskytovatele, 250 tisíc.

Doplňkovou službu Multi, která domácnostem umožňuje sledovat O2 TV na více televizorech najednou, využívá více než 37 tisíc domácností. V průběhu prvního pololetí oznámilo O2 nákup několika exkluzivních vysílacích práv.

Fotbalovou Ligu mistrů UEFA bude exkluzivně nabízet od roku 2018 do roku 2021. Vysílací práva hokejové extraligy na tři hrací dny drží O2 TV Sport. (iDnes)



České dráhy. Online kampaň Vlak'n'roll směle pokračuje



České dráhy se spojily s youtubery.

MAFRA

On-line projekt Vlak'n'roll, který spustily České dráhy na letošní léto, spojuje cestování vlakem, známé youtubery, jejich fanoušky a cesty po zajímavých místech celé republiky. Čtyři z nejznámějších českých influencerů, Kovy, MenT, Anna Šulcová a Bára Votíková, se spolu se spoluhráči z řad fanoušků objevili v osmi videích plných výzev a úkolů. Na základě hodnocení videí diváky proběhlo v pátek 29. června dlouho očekávané finálové vyhlášení celé soutěže. Vítězem se těsně před MenTovým týmem stal

Kovy s fanynkou Dominikou. „Projektem Vlak'n'roll, který byl a je na českém YouTube jedinečným dílem, jsme chtěli oslovit mladé lidi, protože to jsou naši budoucí cestující a možná i budoucí zaměstnanci. Chtěli jsme jim ukázat České dráhy jako moderní společnost, která jde s dobou,“ říká Pavel Krtek, generální ředitel Českých drah.

Videa kampaně Vlak'n'roll průměrně dosahovala sledovanosti výrazně nad 160 tisíc, což v souhrnu činí 2 miliony zhlédnutí. Některá videa se také po několik dní držela

mezi prvními v trendech českého YouTube. Na komerční obsah nevidaný je ale hlavně poměr líků a dislíků. Pozitivních reakcí bylo neuvěřitelných 98 procent. Samotný hashtag #vlaknroll se jen na YouTube objevil téměř 1300krát. „Reakce na projekt jsou výborné. Stále ale ještě nejsme u konce. Úkoly, které na svých cestách youtuberů plnili, si vyzkouší i další podporovatelé a prožít si svůj vlastní Vlak'n'roll budou moc i všichni fanoušci. Každý z nich tak bude mít možnost pochlubit se svým výsledkem

pod hashtagem #vlaknroll a změřit své síly s youtubery,“ uvádí k dalšímu pokračování kampaně Zuzana Čechová z Českých drah.

Samotné vyhlášení vítězů se uskutečnilo v historické Fantově budově v Praze na hlavním nádraží. Prostor se už od časného odpoledne začal plnit fanoušky influencerů, kteří se již dříve aktivně do kampaně zapojili a nyní dostali speciální pozvánku na tuto slavnostní akci. Ostatní fanoušci měli možnost sledovat vyhlášení prostřednictvím živého streamu na face-

bookovém kanále TV Ōčko. Na finále dorazily hlavní hvězdy Vlak'n'roll Kovy, MenT, Anna Šulcová a Bára Votíková a také další zapojení influenceri jako třeba Smusa, Ester a Josefina, Pimps nebo Luboš z kanálu Luboš je celkem fajn.

Akce se zúčastnil i generální ředitel společnosti České dráhy Pavel Krtek. Fanoušci mohli kromě rozhovorů s influenceri vidět i poslední poselství Architekta, který týmy provázel celou soutěží. Další info na www.vlaknroll.cz.



Vytočte **906 70 20 70** a sdělte nám své požadavky.

ONA hledá jeho

■ **Vdova Anna/58, Habartov** hledá pohodového přítele do nepohody i pohody. Více na sebe prozradím při setkání mezi čtyřma očima.

■ **Růžena/54, PLZ** by chtěla najít sympatáka pro prima vztah. Ozvi se, každý den se budeme mít na co těšit!

■ Hledám zatím kamaráda na procházky přírodou, posezení u kávy, popovídání o životě. Později se uvidí. **Jana/42, od Hodonína.**

■ **Eva (71), Cheb** hledá optimistu, pohodáře, co rád tančí a směje se. Kdy si spolu vyrazíme užít trochu legrace?

■ Zdravím nezadané pohodáře s vyř. minulostí z Ústecka. Zkusíme spolu štěstí v lásce? Stačí zavolat! **Marie/56/ÚnL.**

■ **Sedmdesátice Marie z Domažlic** doufá, že se najde pohodový pán nejen na přátelství. Jste z Plzeňska a máte vyřešenou minulost? Pak pojedte probrat společnou budoucnost!

■ Hledám přítele na občasně schůzky, později se uvidí, jak nám to bude vyhovovat. Třeba z nás bude úžasný pár. **Marie/41/Heřm. Městec.**

■ **Lida (67) od Pardubic** doufá, že najde spřízněnou duši, se kterou jí bude na světě zase fajn. Chceš semnou táhnout za jeden provaz?

■ **Marta/46, ČB** čeká na nezadaného prince z JČ, který by ji vysvobodil

ze samoty. Nenech mě zbytečně čekat, samota tíží.

■ Milá a aktivní seniorka by ráda našla čilého pána, který se ničeho nezalekne. Dáme kávu, nebo raději něco ostřejšího? **Jarka, 74, PLZ**

■ **Věra/69/ČB** by si chtěla zpestřit podzim života. Ani na stará kolena nemusíme zůstat sami. Hoď obavy za hlavu, kdo neriskuje, nemůže nic získat.

■ **Bronislava/51/Zábřeh** by ráda poznala vyššího černovlasého hodného a spolehlivého muže, který ví, co obnáší život na vesnici. Budu ráda, když se za mnou přijdeš podívat!

■ **Kuřačka Ivana/63/Pha** hledá vyššího aktivního přítele se zájmem o spol. život, kulturu i přírodu. Nejsi otcivál a umíš upíjet život plnými douškami? Pak Tě ráda poznám osobně.

■ Hledá se sympatický muž s vyř. minulostí a chutí do vážného vztahu. **Blanka (65), Rudolfovo** se těší, až si popovídáme někde v klidu mezi čtyřma očima.

■ Nekoukám na krásu, vše podstatné je skryto v člověku. Máš rád cestování a povídání? Ozvi se **Heleně/72, od Poděbrad.**

■ Ráda bych našla upovídaného chalupáře a zahrádkáře, co rád cestuje. Hledám vážný vztah, pozdějšímu sestěhování se nebráním. **Vladimíra, 56, KV.**

ON hledá ji

■ **Osmapadesátiletý Luboš z Ostravy** vyzývá všechny svobodné ženy, které mají rádi humor a muže, aby se ozvaly! Zatím mi osudová láska život nezkrátila.

■ **Milan, 70, z Tachova** už nechce trávit další dovolenou sám. Jsem zajištěný a neschází mi ani veselá mysl. Nechceš zaplnit prázdné místo v mém životě?

■ Ahoj, krásná neznámá. Máš romantickou duši, přátelskou povahu a ujasněné priority? Pak tě moc rád poznám. Na odpověď se těší **Zdeněk (59) z Děčína.**

■ Hledám ženu z **Olomouckého kraje**, kterou už nebaví osamělý život. Na barvě vlasů ani očí mi nezáleží, důležité je pro mě jiskra a chuť do života. Zavolej! **Václav, 61 let.**

■ **Jan, 81, Brno.** Najde se tady žena z okolí Brna, která by se mnou ráda něco podnikla? Zašla do města na kávu či procházku do přírody? Lépe se při tom poznáme a uvidíme, jestli se k sobě hodíme.

■ Mám prázdnou náruč a spoustu volného času, který bych ti mohl věnovat. Jsi sympatická žena mezi 58 a 72 lety? Zavolej **Aloisovi (70) z Přibyslavy.**

■ Přátelství, flirt i láska na celý život? Uvítám vše, co mi život nabídne. Stačí, abys odpověděla, ostatní už vyplne samo. **Josef, 62, od Chomutova** netrpělivě čeká.

■ **Marcel /49/ Hranice na Moravě.** Marcel má rád turistiku a rád tráví volný čas venku v přírodě. Máte to stejné? Tak se mu ozvěte a zkuste to dát dohromady. Hvězdy vám přejí.

■ **Osmadesátiletý Zdeněk** hledá tímto způsobem milou ženu s vyřešenou minulostí. Sympatické **Jihomoravanky** ozvěte se mu! Zajdete spolu na kávu a uvidíte, zda se k sobě hodíte.

■ Aktivní, šarmantní, vtipná a svobodná kráska mezi 62-78 lety, ozvi se **Vladimírovi (78) z Prahy!** Ve dvou se to lépe táhne.

■ **Miroslav (47) z Havlíčkova Brodu** hledá vřídnu a sympatickou partnerku pro vážný vztah. Má rád přírodu, dobrou muziku. Hraje na kytaru a občas trampuje. Zkuste se mu ozvat, třeba se k sobě hodíte právě vy dva.

■ Hledám porozumění a lásku. Nenašel bych ji zrovna u Tebe? Zkus se mi ozvat. Věřím, že by nám spolu bylo fajn. **Milan, 33, Litomyšl.**

■ Víš, co od života chceš? Máš ráda venkov, přírodu i zvířata? Tak to bychom si mohli rozumět. Ozvi se a můžeme spolu zajít na víno a poznat se blíže. **Zdeněk, 59, Nepomuk.**

■ **Josef (60) Kyjov.** Léta přibývají a cítím se sám. Nabídněš mi trochu svého času, abychom zjistili, zda se k sobě hodíme? Uvítám ženy mezi 51-61 lety.

HLEDALI JSME,



V Icerinku ve Strašnicích se bruslí celý rok.

METRO

Nejhlubší stanice metra, vyšehradské kasematy či ledový bar. Deník Metro pátral, kde vám v létě naskočí husí kůže.

Velké budovy, které brání profukování větru, vybetonovaná parkoviště, rozpálené chodníky bez stromů a hustá doprava. V metropoli je v létě na padnutí. Deník Metro se proto rozhodl vypátrat, kde se v Praze můžete zchladit.

K ruce jsme si vzali šikovný termoměr Sencor SWS 1500 B a vyrazili jsme pod zem. Vše jsme strávili zhruba půl hodinky a teď vám přinášíme reportáž, kde je v těchto parných dnech v Praze nejlíp. Snažili jsme se zároveň hledat místa, kde i něco zažijete nebo vás zde čeká zajímavý program.

Krypta pod chrámem

Barokní kostel sv. Cyrila a Metoděje v Resslově ulici se zapsal do české historie tím, že za druhé světové války poskytl útočiště českým parašutistům, kteří v roce 1942 provedli atentát na říšského protektora Reinharda Heydricha. Parašutisté se pak schovali právě v tomto kostele. Byli však zrazeni a jejich úkryt obklíčen 800 přísluš-

níky gestapa. Nikdo z československých vojáků útoku nepřežil. Zabil je buď německý výstřel, nebo vlastní kulka.

Dnes je v místě expozice, která událost připomíná. Místo je přístupné zdarma a dveře jsou tu během otevírání doby i v létě dokofán. Naměřili jsme tu příjemných **22,5 stupně Celsia.**

Průvan v metru

Vinohrady mají zajímavý primát. Stanice Náměstí Míru je totiž nejhlubší v celé síti metra. Eskalátory překonávají výšku 43,55 metru. Nástupiště je 53 metrů hluboko. Pokud se rozhodnete, že ze stanice vyjedete po schodech, aniž byste udělali jediný krok, na eskalátorech strávíte dvě minuty a dvacet sekund.

Přímo ve stanici je vážně chládek. My zde po půlhodině naměřili **20,9 stupně Celsia.** Kvůli průvanu je však na nástupišti pocitově větší kosa.

Je pravda, že stanice metra není zrovna místo plné zážitků. Na druhou stranu leckoho asi už v létě napadlo, kolik je zde vlastně stupňů. Právě proto jsme se vydali i sem.

Industriální sklep

Stará čistírna odpadních vod v Bubenči je významným dokumentem historie architektury, techniky a vodohospodářství. Zároveň je ve zdejším sklepěch pěkný chládek.

Za pár let bude ještě hůř. Čeká nás pěkná porce tropických dnů

Podle vědců se budou v následujících desetiletích výrazně zvyšovat počty tropických dnů, tedy takových, kdy teplota přesáhne 30 stupňů Celsia.

• V období 2040 až 2060 bude v Česku dokonce **o sm až dvanáct tropických dnů více.**

• Centrum Prahy a okolí Vltavy směrem na jih by při nejhorším scénáři mohly mít po roce 2080 i více než **40 tropických dnů za léto.** V současnosti je to méně než 20 takových dnů.

• Ještě více poroste počet takzvaných letních dní, tedy takových, kdy je teplota nad 25 stupňů. Pro vzdálenější období 2040 až 2060 jich bude až o 35 více.

• Vůbec nejhorší na tom ale budou oblasti kolem rovníku. Například v indickém Dillí by mohlo být na konci století až **200 tropických dní.** V současnosti jich je zhruba kolem stovky.

• Pro subsaharskou Afriku nebo tropické oblasti Jižní Ameriky by takové teploty převažovaly po většinu roku.

KDE SE V PRAZE ZCHLADIT

Ve zhruba hodinové prohlídce, která vás zavede pod zem, uvidíte pozůstatky původních technologických zařízení, kterými se už před sto lety čistila voda. Během prohlídky se projdete i původní stokou. Určitě se vám budou líbit i cihlové zdi, které několikrát zaujaly i filmaře. Však se zde natáčela například Šakalí léta či 30 případů majora Zemana. Zdejší historické prostory si zahrály ale i v Mission Impossible či akčním Underworldu.

My doporučujeme se na prohlídku pořádně obléct. Však jsme zde i uprostřed léta naměřili **16,9 stupně** Celsia. Krátký rukáv je prostě málo. Pokud se po na konci výkladu budete potřebovat zahřát, zkuste horkou čokoládu ve zdejší kavárně.

Připomínka zimy

Chcete si zabruslit v rozpaleném létě? Není problém. Letos v únoru otevřeli zimní stadion Icerink ve Strašnicích a je k dispozici celý rok. Když jsme přicházeli k objektu, zrovna odcházel bývalý krasobruslař Tomáš Verner. Ten zde trénuje mladé naděje tohoto sportu. Na jednom ze dvou kluzišť si ale může zabruslit každý. Po chvíli je tu opravdu zima. Teploměr po dvaceti minutách klesl až na **9,4 stupně** Celsia.



Skleničky v ledovém baru pořádně studí. ICEPUBPRAGUE.CZ

Chladná pevnost

Hodně zimy a trocha historie na vás čekají pod Vyšehradem. Zdejší pevnost sice nikdy nebyla vojensky využita, ale nabízí krásný příklad barokního pevnostního stavitelství. Její součástí jsou několikakilometrové kasematy – tedy vojenské chodby.

Největším podzemním prostorem je takzvaný sál Gorlice. V případě válečného ohrožení měl sloužit jako shromaždiště vojska, skladiště střeliva a potravin. V současnosti je zde umístěno šest originálních sousoší z Karlova mostu.

Rozhodně doporučujeme si na prohlídku vzít alespoň mikinu. Nám teploměr po dvaceti minutách ukázal **14,3 stupně** Celsia, ale podle průvodců tu jsou někdy i jen čtyři stupně Celsia. Průvodci nám také prozradili, že v těchto letních dnech do chodeb chodí i sami bez návštěvníků. Důvod je jednoduchý: je tu prostě příjemně.

Pijte rychle

Bundu a rukavice dostanete při návštěvě ledového baru, který je součástí hudebního klubu Karlovy lázně. Takové teplé vybavení se vám



Tady to dost fouká. METRO

Kde je v létě lépe

Pokud vás naše tipy zaujaly, na těchto odkazech se o nich dozvíte více.

- Národní památník hrdinů heydrichiády má web vhu.cz. Více o bubenečské čistírně najdete na stránce stara-cistirna.cz.
- Jak se dostat do chodeb pod Vyšehradem, se dozvíte na praha-vysehrad.cz.
- Kdy se koná veřejné bruslení, najdete na icerink.cz. Kudy do ledového baru, zjistíte na icepubprague.cz. Více o chladové terapii zase na kryocentrum.cz.

Zima, která léčí

Takový pocit jste ještě nezazili. Kryocentrum v Praze 4 nabízí unikátní celotělovou chladovou terapii. Ačkoliv se zdejších **-130 stupňů** Celsia může zdát jako extrém, nicoho se nebojte. V absolutně suchém prostředí lidé stráví maximálně čtyři minutky.

Chladová terapie patří mezi lázeňské metody, které používají střídavých účinků vysokých a nízkých teplot obdobně jako sauna. Příjemným vedlejším efektem pobytu v poláriu je i to, že odcházíte osvěženi a posíleni. To můžeme potvrdit. **MAREK HÝŘ**

Rodiče měli pravdu. Skok do vody může zastavit srdce

Po chládku touží uprostřed léta každý. Ale pokud se dostanete v krátkém rukávu, v šortkách a zpacení někým do zimy, koledujete si o zdravotní trable. Co se děje s lidským tělem, když z velkého tepla přejde do chladu, vysvětlila deníku Metro praktická lékařka Pavla Myslíková.

Jaké mi hrozí zdravotní riziko, přejdu-li z velkého vedra do zimy? Například z dusné ulice do chladné stanice metra.

Přechod z tepla do zimy skutečně škodí zdraví, ať už se jedná o vytopenou místnost, nebo třeba cestování metrem, kdy je venku vedro. Platí to však i obráceně, například když vystoupíme z klimatizovaného auta do horkého letního dne. V takových případech dochází k oslabení organismu. Nemalé potíže mívají malé děti a lidé s nemocemi cév a dýchacího ústrojí. Pritřítit se může také



l i d e m s dýchacími potížemi, které se zhoršují při přechodu z tepla do zimy a naopak.

U starších lidí bývá organismus náchylnější k propuknutí infekcí, klesá výkonnost, člověk se snáze unaví.

Co se děje s tělem, když z velkého tepla přejde do chladu?

Člověk potřebuje v těle stálou teplotu, pouze s malými výkyvy. Pokud tomu tak není, chemické procesy v tkáních (především v mozku či srdci) neprobíhají správně. Šokujeme-li tělo přechodem z horka do chladu, pak to má na tyto i další tkáně negativní vliv. Není nic neobvyklého, když se člověku udělá nevolno, bolí ho hlava, má závratě,

špatně se mu dýchá. Kromě toho si přechody z horka do zimy můžete uhnat katar dýchacích cest nebo angínu. V letním období stoupá také výskyt zánětu močových cest a bloků pátěry, které souvisí s prudkým přechodem z horka do zimy.

Je pravda, že skočím-li v létě do ledové vody, může se mi zastavit srdce? Často jsem slyšel, jak dospělá takto straší své děti.

Ačkoliv se otužování doporučuje a je pro lidský organismus velmi prospěšné, je důležité si ho neplést s rychlým ponořením do ledové vody, když jsou venku tropická vedra. V takovém případě hrozí poruchy srdečního rytmu, a to i u zdravého člověka. Ve velmi studené vodě může prudké ochlazení způsobit poruchy srdečního rytmu, v horším případě může dojít až k reflektorické zástavě srdce. **MAH**



Čistírnu vybudoval sir William Heerlein Lindley. METRO



V ledovém baru je nejen zima, ale i šero. METRO

FOTOPŘÍBĚH: NA VODU MŮŽETE JET



Pádlo v tramvaji. Nápad je nakonec dost cool

Zní to obskurně: pojedeme na vodu do Prahy. Do města, kde žijeme i pracujeme. Dá se tady prožít romantika jako na horním toku Vltavy, Lužnici nebo Otavě? Kam si dáme večer spacáky, kde rozděláme oheň? A co jezy? Otázek jsme po bláznivém nápadu měli dost. Hodně nám pomohla jedna česká firma a zapůjčila nafukovací lodě, vesty, pádla i vodotěsné vaky. Vše jsme převezli kombíkem na Libeňský ostrov, zprovoznili a pak se začaly dít věci. Mezi Libeňským ostrovem a naším tábořištěm v Troji jsme objevili město ve městě, legendární filmová místa, děsivá protipovodňová zařízení, steampunková přístaviště i hipsterské kiosky, kde se zastavil čas. Přemýšleli jsme, zda pak reportáž vůbec psát, aby nám „naši“ Vltavu nikdo neukradl. Ale máme vás rádi, tady to je.



Rezavé vraky, zapadlé kiosky, milí lidé. Sjed'te Vltavu v Praze a vyčistěte si duši



Konkurenční přístavy. Se vzestupem holešovického přišel pád libeňského

Libeňský ostrov dřív býval největším z desítky kousků pevniny mezi Libní a Holešovicemi. A hlavně byl to skutečný ostrov. Po zaslepení bočních ramen řeky se stal poloostrovem. U ramene, které přímo olizovalo Libeň, byl koncem 19. století postaven přístav, jehož pozůstatek je od roku 2005 chráněn systémem protipovodňové ochrany. Vjezd do bývalého přístavu střeží obrovská železná vrata. Libeňský přístav začal postupně upadat ve chvíli, kdy se začal vzmáhat přístav na druhé straně řeky, v Holešovicích. Rivalita obou přístavů je dávno minulostí, dneska soupeří maximálně v tom, který bude dřív zastavěn luxusními bytovkami.



Lod' od Masaryka. Kde učil Štorch děti svobodě

Co mají společného autor Lovců mamutů Eduard Štorch a režisér Jan Hřebejk? Oba si zamilovali Libeňský ostrov. Druhý z nich tu strávil řadu natáčecích dnů při práci na retrokomedii U mě dobrý, první tu za první republiky otevřel experimentální školu v přírodě. Jeho Dětská farma vznikla v roce 1926 a Štorcha na ní navštívil mimo jiné i prezident Masaryk. Dětem daroval loďku stylově nazvanou Tegem. Kde je jí konec, netušíme, od šedesátých let tu kotví lodě členů Klubu vodáků a vodních motoristů Stará plavba. A taky výškové hausbojy, které popírají fyzikální zákony.

I V PRAZE. OBJEVÍTE JINOU DIMENZI

Šestnáct let od povodní. Svoje chatky lidé nacházeli na cizích zahradách

„Neberou, ale já tu chytám hlavně bronz,“ zubí se děda, který vzal na ryby na Vltavu vnučka. Zřejmě opožděně za vysvědčení. „Ať vystoupíte, kde vystoupíte, stejně se odsud nedostanete,“ dává nám radu k nezaplacení, když sondujeme, zda bychom si nemohli zkrátit cestu přenesením lodi z jednoho slepého ramene do druhého přes ostrov. Je to odsud sice pět minut na metro, ale žijí tu pábitelé jako na Berounce nebo na Sázavě. Nakonec nás přes zahrádkářskou kolonii protáhne jiný starousedlík. Ptáme se ho na povodně před šestnácti lety. „Lidi tehdy chaty museli hledat dál po proudu, jeden kamarád si pak pro sichr postavil domek na takových kuřích nohách.“



Za nás dobrý! Čtyři kiosky, čtyři zjevení

Na českých řekách platí suchý zákon, a tak jsem každou ze čtyř občerstvoven, které se nám postavily do cesty, jenom zběžně nafotili a zase zvedli kotvy. Ani si nechceme domýšlet, co bychom zažili, kdybychom zákaz pití alkoholu porušili! Mohli bychom si kupříkladu dát pět piv v legendárním pajzlu U Budyho a zapomenout, že jsme si lodky nechali na zahrádce ochotné důchodkyně se slibem, že se vrátíme do dvaceti minut. Čas na Libeňáku totiž plyne úplně jinak než v okolním světě, Budy je dalším z míst, kde se natáčelo Hřebekovo U mě dobrý. Při další zastávce, v libeňském hipsterském podniku Long Island, bychom si dali dva křížky, pivo, které si místní nechávají vařit v Kunraticích. Na pravém břehu bychom potom vyplenili marinkotku zaparkovanou uprostřed komunitní zahrady Prazelenina, která se v rámci Holešovic už několikrát stěhovala. Její současná adresa přímo u Vltavy je geniální nejenom pro nás vodáky. Plavbu bychom pak ukončili dvěma námořnickými fernetky v začátku prázdnin otevřeném baru u škuneru Altenburg 1964.



DVOUSTRANU PŘIPRAVILI:
PETR HOLEČEK
LIBOR HRUŠKA
MAREK PEŠKA

Nafoukanci.

Nezničitelné lodě

Přeháníme, jsme tři skromní kluci, kteří se nafoukli jen na tuhle cestu. Doslova. Půjčili jsme si dvě nafukovací lodě od české firmy Gumotex. Všichni tři „laminátovci“ ze staré vodácké školy, takže nás překvapilo, jak jednoduše a rychle jsme lodě nafoukli ručními pumpami. Na kajak jménem Swing 1 (11,3 kg; 14 500 Kč) stačilo jen namontovat dvě vzpruhy, do kánoe pro tři Scout Standard (25 kg; 29 tisíc Kč) s nosností 450 kg zase tři sedátka. Předností této lodě je, že má samovylévací dno s rolovacím uzávěrem a i sbalená se v pohodě vejde do kufru auta.



INZERCE

LAST MINUTE SLEVY SEVERNÍ ALBÁNIE

Ubytování	dop.	nocí	od	kat.	strava	ceny v Kč od
HOTEL KLAJDI RESORT	X	7	2.8.	****	PL	10 990
Golem (Durrës) u písčné pláže	X	7	23.8.	****	PL	14 490
	X	7	30.8.	****	PL	14 490

ŘECKO - KORFU

DĚTI AŽ DO 15 LET OD 5 990 Kč						
STUDIA PELAGIA	X	7	1.8.	S	BS	8 990
HOTEL ATHINA SAN STEFANO	X	7	1.8.	***	PL	11 990
STUDIA CLAIRE	X	7	4.8.	S	BS	8 990
STUDIA STEFANIA	X	11	4.8.	S	BS	11 990
HOTEL ATHINA SAN STEFANO	X	11	4.8.	***	PL	14 990
HOTEL ALKYON	X	11	4.8.	***	SAI	15 990
HOTEL ATHENA	X	7	8.8.	***	PL	12 990
HOTEL ALKYON	X	7	8.8.	***	SAI	13 990
HOTEL ATHINA SAN STEFANO	X	7	15.8.	***	PL	13 990

POZNÁVACÍ ZÁJEZDY

MADEIRA, SLAVNOSTI VÍNA	X	7	7.9.	**	SN	18 990
PETROHRAD	X	4	24.9.	***	PL	20 990
PORTUGALSKO	X	7	28.9.	***	SN	44 700
ARMÉNIE - GRUZIE	X	8	6.10.	***	SN	33 990

ZÁJEZDY VLASTNÍ DOPRAVOU

ITALIE	RAKOUSKO	MADARSKO
CESENATICO	ALPY A JEZERA	LÁZNĚ A WELLNESS

Vysvětlivky: S - studio, *** - počet hvězdiček hotelu
BS - bez stravy, SN - snídaně, PL - polopenze, SAI - soft all inclusive (možno uplatnit pouze v provozovně AGL travel)



CK AGL travel
Jungmannova 6, Praha 1
www.AGLtravel.cz

do 31.8.2018
na letecký
zájezd

SLEVA 500 Kč



Vydává MAFRA, a. s., se sídlem Praha 5, Karla Engliše 519/11, PSČ: 150 00, IČ: 45313351.
Tel.: 225 065 111. E-mail: dopisy@metro.cz; web: www.metro.cz.
Redakce: Petr Holeček – šéfredaktor; Šimon Merta – zástupce šéfredaktora. Tiskový náklad ověřuje ABC ČR, člen IF ABC. Obchodní oddělení, e-mail: sales@metro.cz, inzerce@metro.cz, Brno, tel.: 516 202 521. Tisk: mafraprint – Praha a Olomouc • Evidenční číslo MK ČR E 16400, ISSN 1211-7811. Distribuci zajišťuje Česká pošta, s. p. Vychází denně v pracovních dnech.
© MAFRA, a. s., 2017 nebo uvedení dodavatele obsahu. Jakékoli užití a šíření části nebo celku obsahu deníku METRO (včetně jejich překladu) bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Vydavatelství MAFRA, a. s., je členem koncernu AGROFERT.



BONUS AŽ 3000 Kč
PRO NOVÉ HRÁČE



Chci bonus

Všechny pražské týmy hrají v Praze



Rezníček (vpravo) na jaře hostoval z Plzně na Hané, teď bude opět hrát za Viktorii. MAFRA

Redaktoři deníku Metro si všimají zajímavosti 3. kola Fortuna ligy.

Od pátku do pondělí je na programu další dějství nejvyšší fotbalové soutěže. Sparta vyzve po čtvrté odvetě ve 2. kole Evropské ligy proti Spartaku Šubotica v neděli doma Slovácko. Evropské poháry se příští týden dotknou také Olomouce a Slavie. Ta proto hraje svůj ligový zápas proti Opavě už v pátek.

Fandové cestovatelé

V prvním kole jelo přes tisíc fanoušků nováčka z Opavy do Prahy. O uplynulém víkendu sice slezský tým hrál oficiálně doma proti Zlínu, ale kvůli úpravám na svém stadionu nastoupil v Brně. A nyní míří fandové opět do Prahy, tentokrát do Edenu.

Svěřenci trenéra Romana Skuhravého tuto podporu ocení. Na Slavii tak bude skvělá atmosféra. Sešívání proti Opavě v šestnácti případech nikdy neprohráli.

Šlágr v Olomouci

Olomouc byla na podzim jedním z mála týmů, který později mistrovskou Plzeň na jejím hřišti dokázal i přes prohru 0:1 hodně potrápit. A Sigmě se dařilo i v jarní bezbrankové odvetě. Po prohře 0:3 se Slavii si svěřenci kouče Václava Jílka budou chtít před domácím publikem napravit reputaci. Speciální příchuť mohl mít zápas pro Václava Pilaře. Před měsícem se do kádru Hanáků přesunul právě z Plzně. Proti loňskému mistrovi si však kvůli dohodě obou klubů nezahraje.

Metropole plná fotbalu

V Praze si fanoušci užijí pořádnou porci fotbalu. Pokud někdo bude mít chuť,

může se zajít hned na tři zápasy. Už v pátek jeden z adeptů na titul hostí nováčka z Opavy. Slavie je doma silná a bude to chtít potvrdit i ve třetím kole. V sobotu bude živo na Letné. Sparta měla loni problémy v obraně, ale její soupeř ze Slovácka zase pro změnu nebyl v uplynulé sezoně příliš produktivní. Horší gólový účet mělo loni už jen Brno. Tečku za třetím kolem udělá malé pražské derby. Dukla přivítá v pondělí na Julisce Bohemians 1905.

Severočeský soubor

V sobotu od 17 hodin nastoupí Liberec proti Teplíci. V dubnu dopadl tento zápas pod ještědem vítěstvím Teplíc 2:1. Ty vyhrály poslední tři vzájemné duely. Před sedmi lety si v Liberci fanoušci užili, když Slovan porazil severočeského rivala 6:2. Právě v Teplíci vyrostl kapitán Liberce Radim Breite. **PUR, MAH, SIM**

VŠECHNY ZÁPASY
FORTUNA:LIGY
NOVĚ NA FORTUNA TV

FORTUNA:LIGA

Více na www.ifortuna.cz



Mistra z Plzně nyní čeká těžká zkouška na Hané

Komentátor stanice O2 TV Sport Jan Homolka glosuje 3. kolo fotbalové Fortuna ligy.



Jan Homolka ARCHIV

Jasným šlágrům třetího ligového kola je mač na Andrově stadionu. Olomouc zde přivítá v sobotu od 19 hodin Viktorii Plzeň. Zmíněný stadion byl v loňském ročníku nedobytnou tvrzí, ale hned na úvod toho letošního ho vyplenila Slavia. Oproti loňsku oslabená Sigma může letos zažít krizi druhého roku.

„Olomouc má skvělého trenéra, loni jí vše vycházelo. Ale když vypadnou jeden dva klíčoví hráči, může to být problém. A nahrazujte Uroše Radakoviče. Změnu oproti spanilé jízdě z minulého ročníku naznačil už úvodní mač. Slavia měla jasně větší kvalitu a Olomouc porazila zaslouženě,“ glosuje komentátor O2 TV Sport Jan Homolka start Hanáků do ligy.

„Nečekám, že by Olomouc byla nahoře jako loni, navíc bude tříštit síly v pohárech. Hodně ukáže duel proti Plzni,“ láká na hit 3. kola komentátor a dodává: „Bude to zrcadlo pro oba celky. Plzeň chce nahrabat body, nemusí hrát předkola, to vidím jako velkou výhodu. Západočechů mají navíc daleko kvalitnější lavičku, což může být rozhodující faktor těchto zápasů.“

Program 3. kola

Čtyři zápasy se hrají v sobotu.

- Pátek 3. 8. v 18.30 Slavia – Opava, sobota 4. 8. v 17.00 Ostrava–Příbram, Zlín–Jablonec, Liberec–Teplice, v 19.00 Olomouc–Plzeň
- Neděle 5. 8. v 15.00 Karviná – Mladá Boleslav, v 18.00 Sparta–Slovácko
Pondělí 6. 8. v 18.00 Dukla – Bohemians 1905

O2 TV Sport nabídne také zápas Sparty. Druhé ligové domácí vystoupení zase bude soubojem domácích s outsiderem ze Slovácka. „To bude patřit k horkým kandidátům na sestup. Odešel Milan Heča, právě na Letnou, a Tomáš Břečka. To je zásah do zadních řad, který je pro Slovácko katastrofou,“ vidí Homolka černé šance Slovácka.

„Mají mladý sympatický kádr, hráče zabudovávají, ale otázkou je, na co to bude stačit mezi elitou. Každopádně je to soupeř, proti kterému by Sparta měla nejen vyhrát, ale i ukázat tvář, nasypat nějaké góly, potěšit roky trápícího se fanouška,“ hecuje Sparty komentátor.

„Kdy jindy hrát ofenzivně a atraktivně, když ne doma proti Slovácku?“ ptá se. „Sparta určitě vyhraje v neděli večer, ale očekávám od ní víc než jen pouhé tři body,“ uzavírá Homolka.

Pondělní dohrávkou bude malé pražské derby. Na Julis-

ku dorazí Bohemians (rovněž se začíná od 18 hodin). „Dukla má stadion, který má historii a kouzlo, ale komentování odtamtud není úplně nejlepší. Jednak sterilní atmosféra a pak také komplikovaný výhled ze stanovité,“ vypočítává úskalí řemesla na Dukle zkušený komentátor.

„Nicméně fanoušci Bohemky snad dorazí v hojném počtu a zápas bude mít patřičný náboj. Líbí se mi práce trenéra Martina Haška i politika vršovického klubu.“

Loni klokaní zlobili i špičku a předváděli náročný atraktivní fotbal. Navíc nefaulují, hrají zodpovědně. Není to žádné boření, hra Bohemky se mi líbí,“ chválí zelenobílý Homolka.

„Bohemians budou v tabulce určitě výš než Dukla, ta spoléhá také letos na omlazený kádr, ale cesta bude asi zdouhavější než u Botiče. Favorita však v tomto zápase nevidím,“ zakončuje pozvánku Homolka. **MET**

Starobrnno vzkazuje svým pivařům: Život nepočká!

Letošní parné léto se v Brně a okolí nese v duchu sympatické myšlenky **Život nepočká!** Kampaň v červnu představil pivovar Starobrnno, přičemž hlavní role hrají Kladas, Padouch a pochopitelně pivo. Vykukují z tramvajových zastávek, billboardů i dalších reklamních ploch. Vyvrcholením celé kampaně se stane populární Den Starobrnna, letos naplánovaný na 8. září. Také tam si všichni návštěvníci užijí zábavu, koncerty i pivo, protože **Život nepočká.**

Celou kampaň Starobrnna odstartovaly v červnu vtipné on-line spoty na sociálních sítích, inspirované akčními filmy ze sedmdesátých let s překvapivým rozuzlením. Hlavní sdělení kampaně pivařům a spotřebitelům říká: vystupte z každodenní rutiny, nežijte v zajatých kolejích, otevřete oči, spontánně se seznamte a bavte se

známými i novými lidmi. Život nepočká! Tematicky tak navazuje na dlouhodobou komunikaci, sázející na tajemství dobré nálady a samozřejmě specifický humor, který je Brňanům tak vlastní. „V Brně žijí otevření a spontánní lidé, kteří mohou být pro zbytek republiky inspirací, aby se nechávali více unášet životem, protože ten nepočká. Takovou atmosféru má navodit posezení u našeho piva, a s touto myšlenkou pracuje nová kampaň,“ uvedla manažerka značky Starobrnno Petra Havlišová.

V on-line médiích se kampaň představila sérií pěti videí. V nich diváci sledují napínavou honičku Kladase a Padoucha. Na známých místech Brna spoty natáčel Jiří Volek, režisér zatím poslední řady reality show Robinsonův ostrov. V roli agenta Kladase diváci uvidí herce Jakuba Gottwalda, brněnského rodáka, v současnosti člena souboru Národního divadla. Kladas

se na cestě k polapení Padoucha v podání herce Filipa Kaňkovského nechává strhnout brněnskou atmosférou, takže hra na kočku a myš má nakonec nevšední rozuzlení. Režisér Volek se inspiroval akčními filmy ze sedmdesátých let, které dodnes neztratily nic ze své kvality. Přizpůsobil tak styl natáčení, zabarvení obrazu, nechybí ani originální humor. Autorem kreativního konceptu Život nepočká je agentura VCCP.

„Přijít s novou kampaní pro Starobrnno byla výzva – netvořili jsme ji pouze pro místní, kteří považují Starobrnno za nedílnou součást jejich domovského města, a svým způsobem i života, ale i pro zbytek republiky. Kampaň má totiž za cíl místním lidem připomenout, co je a jejich město činí tak jedinečnými a zároveň tyto vlastnosti představit i dalším,“ konstatovala Simona Fischmeisterová z kreativní agentury VCCP.

Spolu s novými spoty představila značka Starobrnno novou vizuální identitu všech svých produktů. Cílem bylo vytvořit design vyznačující se vzdušností, jednoduchostí a menší zdobností než dříve – a to se podle Petry Havlišové podařilo. Design tak dobře koresponduje s pozicí značky na pivním trhu. „Starobrnno se snaží motivovat lidi, aby opustili svoji bublinu a otevřeli se známým i neznámým lidem kolem sebe, s nimiž budou sdílet dobrou náladu a společné chvíle nad pivem. S vidinou nových spontánních zážitků a dávkou humoru, to vše je pro Starobrnno přece typické,“ doplnila P. Havlišová.

Autorem nové vizuální identity je studio LION brand & story s.r.o. Změny se týkají loga značky Starobrnno, dále etiket i vizuální podoby plechovek a multipacků celého portfolia. Zvláštní pozornost si zaslou

huje „vlajková loď pivovaru“ Starobrnno Medium. „Jednáčka Starobrnno Medium má v našem pivovaru výsadní postavení, jsme na ni mimořádně hrdí. Chceme, aby si oblibu získala i za hranicemi Jihomoravského kraje. Proto se Medium snažíme co nejvíce dostat i mimo region, aby toto pivo měli šanci ochutnat lidé v celé České republice. Myslíme si totiž, že starobrnenský pivovar skvěle reprezentuje a dává o něm patřičně vědět,“ konstatoval ředitel a vrchní sládek pivovaru Ondřej Koucký.

Starobrnno Medium chutná nejen spotřebitelům, ale i odborníkům na degustacích soutěžích. V letošním roce získalo třetí místo v soutěži Zlatý soudek PIVEX, vloni bylo Medium druhé na soutěži České pivo a třetí na Pivu České republiky. Ze soutěží ve své kategorii světlych ležáků vozí umístění na předních příčkách už řadu let.

Skutečný příběh o neskutečných věcech.

Život nepočká

Scénář: **SAM ZIWOT** | Dialogy: **TY NEMÁME** | Režie: **BRNO**

Kamera: **KAMER AMAN** | Hudba: **NIKDO SLAVNEJ**

www.zivotnepocka.cz

