

**Letní čtení
a luštění**

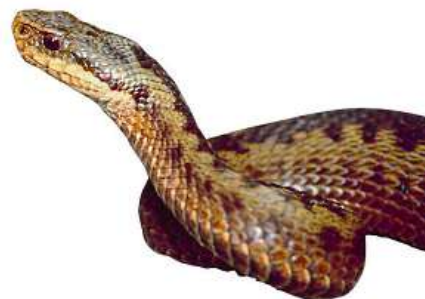
5 PLUS 2

VYDÁNÍ: A, ROČNÍK XI

22. 7. 2022

MÝTY O HADECH

**Kde na ně v Česku
nejčastěji narazíme
a jak se zachovat,
když nás uštknou?**



...str. 8

HEIDI JANKŮ

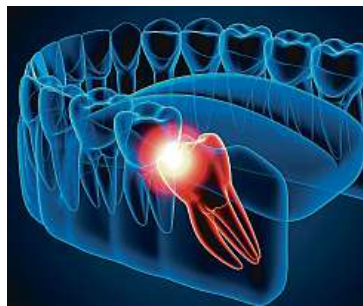
**Užívám si život,
jako by mi bylo
pětadvacet.
Tehdy jsem
na to neměla
čas**

Čtete uvnitř



KDO SE BOJÍ, NESMÍ DO LESA

Podivné stíny a zvuky, děsivé legendy. Strašidelné české lesy lákají dobrodruhy ...str. 4 a 5



„ZBYTEČNOSTI“ V LIDSKÉM TĚLE

Kde je „Darwinův hrbolek“ a k čemu měli naši předci zuby moudrosti? ...str. 6



Letní 5plus2 jako bonus pro vás

Vážené čtenářky, vážení čtenáři, standardní vydání týdeníku 5plus2 s regionálními články a televizním programem na celý týden najdete na obvyklých místech v pátek 29. července. Vydání, které právě držíte v ruce, je letním bonusem pro vás – naše věrné čtenáře. A nezapomeňte – pokud se vám během dovolené nepodaří některé z vydání týdeníku sehnat, přečíst si jej můžete také na stránkách www.5plus2.cz. Redakce 5plus2

Na šedesát se fakt necítím, energii čerpám z mladých lidí

Na nezáměrných fanoušků si zpěvačka Heidi Janků nemůže stěžovat. „Pozornost mám ráda, nikdy na mě nejsem nevrlá,“ říká. Přestože se jí muži dvoří, **partnera nehledá**. „Až teď jsem objevila **báječný ženský svět s kamarádkami**,“ směje se.

5plus2
■ ROZHOVOR

■ DITA BRANČÍKOVÁ

ČR | Šest křížků by zpěvačka Heidi Janků nikdo nehádal, přitom je letos opravdu oslaví. Veselá a vitální dáma, která bývala a stále pro mnohé je sexsymbolem, nastartovala po smrti manžela, s nímž strávila pětadvacet let, novou životní etapu. Jezdí s kapelou, vystupuje pro děti, cestuje s kamarádkami. Mohla by inspirovat leckteré ženy, které potkal podobný osud. „První dva roky byly těžké, ale teď už jsem někde úplně jinde,“ říká.

Od odchodu vašeho manžela Ivo Pavlíka je to pět let. Všechno už si tedy takzvaně sedlo?

Co se týče mé kariéry, to už jsem víceméně měla na hrbu několik let předtím. Ivoš mě to naučil, takže jsem si vedla agendu a všechna vystoupení sama i manažersky. Z toho jsem strach neměla, spíš jsem měla obavy z obyčejného života. Pořád vedle sebe máte někoho, s kým se můžete poradit, jestli udělat to nebo ono, a najednou toho člověka nemáte. Teď už jsem v pohodě, jsem spokojená a užívám si života.

Je ještě něco, co jste se od svého muže naučila?

Pokud jde o naši branži, tak asi všechno. Seznámili jsme se, když mi bylo dvacet. Byla jsem fakt velký tele. Profese se ale vyvíjí, takže později už trochu nestíhal a zase jsem ho učila já. Byl duchem vždycky mladý, tak potřeboval mít kolem sebe mladé lidi. Fajn bylo, že zvládal i nové technologie. Vždycky měl ten nejlepší počítač, který existoval. V podstatě mne k počítačům dovedl. Tehdy pro mě byla T602 (*jeden z prvních počítačových textových editorů - pozn. red.*) hrozná, ale on už to uměl, a tak mne to učil. A také mi ukázal, jak se dívat na svět mladýma očima. I já se snažím být s mladými lidmi, a možná i proto působím na lidi mladě.

Stále vypadáte velmi mladistvě. Máte na to univerzální recept?

Určitě v tom hrají roli dobré geny. Když mi umřela maminka, tak se o mě starala teta. Stále žije, je jí krásných 91 let. A kdyby ji nebolela kolena, tak je to čupr ženská, které tenhle věk také nikdo moc nehádá. Jinak se dívám na svět pozitivně a hlavně, co je důležité – řeším problémy, až nastanou. Nestresuji se dopředu, coby, kdyby. Jsem veselá a snažím se užívat života, dokud to jde. Asi nás teď v blízké době nečekají moc pěkné časy, tak musíme žít tady a teď.

Řídíte se nějakou životní filozofií?

Mám své motto – Nikdy neříkej nikdy. Člověk se mění, situace se mění, podmínky, okolnosti, které byly kdysi, už teď můžou být úplně jiné, co pro mě bylo tabu, dnes tabu být nemusí.

Stále platí, že nehledáte vztah?

Je pravda, že jsem už dlouho sama. Nechci, aby to vyznělo, že hledám. Nebránila bych se tomu, kdyby něco přišlo, ale nehledám. Žiju si svůj život, a když se v něm někdo objeví, tak to bude dobře. Když ne, nic se neděje. Hlavně vždy, když se v médiích objevilo, že někoho hledám, tak mi začaly chodit všelijaké zprávy. (*smích*) To je sice příjemné, ale zase to není to, co bych teď chtěla řešit.

Jak by měl vypadat muž vašeho srdce? Záleží třeba na jeho věku?

Abych řekla pravdu, záleží. Tím, že jsem žila tolik let se starším partnerem, už bych asi staršího muže nechtěla. Chtěla bych tentokrát někoho, kdo mi bude stačit, kdo mě nabije energií a budeme se vzájemně doplňovat. Není to se mnou určitě jednoduché, jsem stále na cestách a jsem asi vitálnější než mé vrstevnice. Možná to dělá i to, že mám i mladé kluky v kapele. A mně prostě ten svět dělá dobře. Nabíjí mě to.

Kapelu Heidi Band jste založila před covidem. Jak se jí daří?

Teď se vše zase zaplácápnůh rozjelo. Lidem se to líbí, jsme dobrá parta.



FOTO | ARCHIV HEIDI JANKŮ

Kapele dávám prioritu, hrajeme moje známé i nové písničky, většina jsou takové ty, co jsem v 80. letech zpívala s kapelou Supernova. Kluci jsou už jiná generace, tak si to přetvořili trochu po svém a rockově. Mám i sólové projekty, třeba zpívám pro děti. Nenudím se.

Zastavují vás lidé na ulici?

Stává se to, ale nepořádají se na mě hony. A přiznám se, že to mám ráda, protože až to přestane, tak už budu mrtvá. (smích)

Jak trávíte prázdniny? Máte nějakou oblíbenou destinaci?

S Ivošem jsme jezdili dvakrát do roka na stejná místa, na Vánoce na Tenerife a potom v létě na dovolenou do Chorvatska, do Poreče. To se teď změnilo. Objevila jsem takový ten ženský svět s kamarádkami, které jsem tehdy moc neměla. Žili jsme s Ivošem dosti intenzivně, tak jsem na kamarádky neměla ani čas.

Nastala vám nová etapa života?

Přesně tak. Taková volnější, svobodnější, už se nikam neženu a život si užívám tak, jak to přichází. Někdy jsou to dobrodružné cesty s partičkou akčních holek, jindy jedu s jinou partou k moři jen se poválet. Nebo na hory zalyžovat si. Já vím, že mi bude šedesát, ale necítím se na to, pořád něco dělám. Trošku jsem se možná vrátila do doby, kdy mi bylo pětadvacet, a protože jsem pracovala, neměla jsem na tenhle život čas. Tak si to nyní nahrazuji teď. Čím déle to bude trvat a budu v kondici, tím budu šťastnější!

Víte, kdo vám vymyslel jméno Heidi? Nebylo to typické jméno v době, kdy byly v kurzu Janičky, Haničky...
Bylo to netypické přání mojí maminky,

kteřá kdysi v dětství viděla film se Shirley Temple Heidi, děvčátko z hor podle stejnojmenné knihy. Už tenkrát si řekla, že když bude mít holčičku, tak se musí jmenovat Heidi. Měla s tím problémy na matrice, protože soudruzi nechtěli povolat taková jména. Ale maminka byla trochu zaběčená, takže si to všechno vyběhala, a nakonec mám i v rodném listě Heidi. Je to v podstatě rakousko-německé jméno. Když jsem byla malá, trochu mne mrzelo, že všichni kolem slaví svátky, jenom já ne. Později jsem zjistila, že jméno Heidi není ani v německém kalendáři, protože je to zdobnělina od Adelheid. Takže jsem vlastně Adélka. A už jsem si zvykla svátek neslavit.

Četla jste Heidi, děvčátko z hor?

No samozřejmě, ta knížka má své čestné místo v mé knihovně. Když se podle ní jmenuju, tak bych asi byla hloupá, kdybych ji nepřečetla.

Máte podobný příběh, Heidi také přišla o rodiče a bydlela u dědečka. Vaše maminka odešla, když vám bylo 11. Staral se o vás potom otec?

Žila jsem s ním, ale je asi silné slovo říci, že se o mě staral. Byl to trochu svéráz, takže jsem pendlovala mezi našim bytem a bytem tety, mamčininy sestry, která se o mně starala více. Docela brzy jsem se postavila na vlastní nohy, protože to jinak prostě nešlo.

Před nedávnem jsem dělala rozhovor s Petrou Janů a přijde mi, že máte v něčem podobné příběhy. Vychovávala ji babička, brzy odešla z domu, poznala staršího muže, který ji vedl životem...

Je to podobné. Fakt brzy jsem odešla z domu, brzy jsem se vdala. Otec trochu



HEIDI BAND Kapela vznikla v roce 2019, pak ale přišlo covidové období. „Jsme zase na začátku, ale jezdíme a lidem se to líbí. Jsme dobrá parta, zatím žádná ponorka,“ směje se Heidi Janků.

FOTO | ARCHIV KAPELY

holdoval alkoholu, měla jsem ještě o jedenáct let staršího bráchu, který se mě také snažil nějakým způsobem vychovávat, ale svou roli v tom sehrála i puberta. Měla jsem to složité, ale se mnou to také asi nebylo jednoduchý.

Kdy jste se zklidnila a přišel zlom?

Poprvé jsem se vdávala docela brzy, to mi bylo 18 let. Chtěla jsem se vymanit od otce a odešla jsem za prvním manželem. Bydleli jsme s jeho maminkou, to už jsem byla relativně zklidněná, ale myslím si, že úplné zklidnění přišlo, až když jsem poznala Ivoše. Protože ten mě držel zkrátka, co si budeme říkat.

Vidíte a něco podobného mi říkáte i Petra Janů.

Ano, my obě bychom asi nebyly tam, kde jsme dneska, kdybychom nad sebou neměly trochu ten bič. Teda nevím, jak to měla Petra, ale já určitě.

Heidi Janků

- Zpěvačka, moderátorka a muzikálová herečka se narodila 23. listopadu 1962 v Ostravě-Vítkovicích.
- Těsně před maturitou uspěla v konkurzu na zpěvačku kapely Proto populárního Pavla Nováka. Na profesionální scéně tak působí už téměř čtyřicet let.
- V letech 1982 až 1990 měla s muzikantem a skladatelem Ivo Pavlíkem kapelu Supernova. Za bývalého manžela Věry Špinarové se vdala v roce 1992. Pavlík, který byl o 30 let starší, zemřel v roce 2017.
- Od roku 2012 moderovala erotický pořad Intim Night v televizi Barrandov.
- Mezi její největší hity patří Když se načančám, Fotka nebo Skandál.

INZERCE

LETNÍ EDICE
COOL

OPEL CROSSLAND
IHNED K ODBĚRU

Nenechte si ujet limitovanou edici COOL s mimořádnou výbavou!

- ✓ Zvýhodnění až 70 000 Kč
- ✓ Klimatizace
- ✓ LED světlomety
- ✓ Zrcadlení navigace z telefonu

5 let
záruka

Kombinovaná spotřeba 4,6–6,6 l/100 km; emise CO₂ 120–143 g/km (WLTP).
Značková pětiletá záruka se skládá z dvouleté výrobní záruky a dále tříleté
smluvní záruky Opel. Zobrazený model je pouze ilustrativní.

OPEL

Děs a hrůza. Strašidelné lesy

FOTO | SHUTTERSTOCK

Podivné stíny, zvláštní zvuky, hrůzostrašné zkazky či tajemná stvoření plní lesy také v Čechách a na Moravě. Do takových hvozdů si zajde provětrat hlavu jen otrlý „fajnšmekr“. Týdeník 5plus2 předkládá **tipy na výlety pro nebojácné čtenáře.**



JOSEF HORA

ČR | Nejstrašidelnější les v Česku děsí lidi po staletí. Počet nešťastných událostí v něm rostl v posledních desetiletích.

Branišovský les

Psal se rok 1927 a do vesničky Branišov kousek od Českých Budějovic přicestoval zamilovaný pár. Novomanželé

INZERCE

se ubytovali v právě dostavěném moderním hotelu Praha, tam, kde dnes stojí obecní úřad. Užívali si hezkého počasí, rádi se prý najedli a poseděli, stále si hleděli dlouho a hluboko do očí.

Když v podvečer vyrazili na procházku do nedalekého Branišovského lesa, nikoho nenapadlo, že už se nevrátí. Brzy po nich tamní lidé i prvorepublikoví četníci začali pátrat. Pár našli uprostřed lesa, muž visel oběšený na větvi statného stromu. Když skupina Branišovských přišla blíž, uviděli také temně modrou tvář ženy, i ona byla oběšená, jeden střevíc zůstal na noze, druhý ležel na zemi pod ní.



Experti na paranormální jevy tvrdí, že Strom oběšenců je u cesty mezi obcí Branišov a samotou U Petřů.

Na tragickou událost se ještě nezapomnělo a stejný strom vzbudil v Branišově vlnu hrůzy znovu. Těla nešťastných manželů se ještě v zemi nestihla rozložit a místní lidé našli na stromě dalšího oběšence. Starou ženu. Při pátrání se zjistilo, že ze stromu během jeho letité

existence bylo zdejšími obyvateli odříznuto mnohem víc viselců. Začalo se mluvit o kletbě a místní sedlák se rozhodl silné větve uřezat. Když pak dřevo po čase pánil, přivodil si těžký úraz ruky, která mu zchromla na zbytek života. „Strom oběšenců“ je možné dodnes v lese přímo u cesty najít, prý to ale není příjemné místo. Tajemný les, kterému se dlouhá staletí říká také Bor, skrývá ale více ponurých míst.

Už ve středověku ho lidé neměli rádi. Vedla tudy stezka a v tehdy tmavém zelení prý mizeli poutníci. Smrt si je našla v lesních bažinách, které byly dříve rozlehlé a nebezpečné a dodnes, i když menší, jsou místem, kterému se lidé vyhýbají. Kolem bažin ale čas od času někdo projde, zpravidla vzpomínat nebo s mrtvolou zvířete v krabici, v sousedství bažin je totiž lesní hřbitov zvířátek.

Posuny v čase

Jeden z hlavních vstupů do Boru je u staré hájovny, později statku, kterému se říká U Petřů. Místo ale nepůsobí vůbec dobře. Naopak. Rozbořený statek vypadá děsivě, stejně jako kaplička před jeho vraty. Tu nechala roku 1915 vystavět Kateřina Gramanová jako památku na svého zesnulého manžela Josefa, jenže zlí lidé ji stačili zničit, v omláceném torzu dnes už není ani oltář.

Branišovský les přesto láká mnohé návštěvníky a dobrodruhy, jednak kvůli zajímavé procházce, ale také díky dalším pověstem, které většinou pocházejí z posledních desetiletí. Například ta o posunu času.

Když se kolem roku 1960 jeden z obyvatel samoty U Pět zlodějí vracel na kole domů z Českých Budějovic, vyrazil z města kolem 18. hodiny. Cestou přes les ale cítil zvláštní vlnění a pohyb šterku na cestě. Po příjezdu do Branišova ho překvapilo, že nikdo v obci nesvítil, byt mělo být kolem sedmé hodiny ve-



Černý sloup nedaleko statku U Petřů slouží jako oltář na památku tragické události.

FOTO 2 X | LESBOR.cz

černí. Když ale dojel domů, hodiny ukazovaly tři v noci. Od doby, co muž vyrazil, uteklo devět hodin.

Podobných zážitků o posunu času v Branišovském lese se traduje více a některé jsou spojené se záhadnou mužskou postavou v černém šatu. Tvor prý nosí i klobouk, tvář má čistě bílou s náznakem nosu a očí, levituje těsně nad zemí, pohybuje se neobvykle rychle a jeho přítomnost provází náhlý chlad. Nejčastěji se objevuje právě nedaleko statku U Petřů, kde stojí tzv. Černý sloup, oltář na památku dnes už dávno zapomenuté tragické události.

Tragédie čtyř vojáků

V lese jsou i pozůstatky vojenských objektů, v jednom z nich mělo v roce 1983 dojít k dodnes nevysvětlené tragédii. Tamní muniční sklad prý hlídala čtveřice vojáků. Když měla první dvojici na hlídce vystřídat druhá, jeden z vojáků se začal v cosi proměňovat. Jiná verze mluví o zjevení nějakého stvoření. Následovala střelba, v jejímž důsledku tři vojáci zemřeli na místě, čtvrtý po převozu do nemocnice.

PORTÁL ELEKTRONICKÝCH DRAŽEB A AUKEJ

AUKCE NEMOVITOSTÍ ZDARMA

Prodejte Vaši nemovitost (byt, dům, pozemek) za nejvyšší možnou cenu formou elektronické aukce nebo dražby. JURIS REAL Dražby a.s. s databází 100 000 registrovaných, poptávajících klientů je největší dražebník v ČR!

800 22 33 88

www.prodejtojinak.cz

Lidé v okolí lesa si také vyprávějí o krocích, které pronásledují jeho návštěvníky. Šustí listím či křupou ve sněhu, jejich zdroj je ale neznámý.

„Nejlepší místo na procházku ve dne. V noci jen pro nebojsoy. Říká se, že v tomto lese straší. Nedávno jsme v něm byli a můžeme říct, že v noci bylo opravdu dost divných momentů, kdy jsme si říkali, co to sakra bylo. Ať už šlo o divné zvuky nebo divná světla ve tmě,“ komentoval nedávnou návštěvu jeden z návštěvníků Michal Filip.

Bor má dnes i své webové stránky lesbor.cz, kde je mapa, příběhy, ale i možnost zahrát si hororovou únikovou hru zvanou Branišovské tajemství.



Pánova březina u Mukařova je místem plným tísňe. FOTO | MAPY.CZ

Pánova březina

Když se v médiích v prosinci 2020 objevily pár dní po sobě zprávy o nalezení celkem tři mrtvých těl, lidé ve středočeské obci Mukařov začali mít obavy.

Muž středního věku ležel v potoce, devěťadvacetiletá žena v lese a další, osmdesátiletá stařenka, také v lese. Cizí zavinění bylo tehdy vyloučeno.

Hrůzu vzbudil fakt, že všichni skonali v okolí jednoho z nejděsivějších lesů Česka jménem Pánova březina. Ten se rozkládá za okny posledních domů a za ploty posledních zahrádek Mukařova, jehož samotný název jitrů fantazii.

„Pochází od příjmení Mukař, které vzniklo ze staročeského ‚mukař‘, tedy ten, kdo vykonává muku. Kat, mučitel,“ napsal Antonín Profous v pěťisvazkovém slovníku Místní jména v Čechách, který vycházel v letech 1947 až 1960.

O tajemném lese se říká, že kdo do něho vstoupí, obklopí ho mezi popadnými stromy podivná tíseň. A ticho. Ptáci i další zvířata se místu vyhýbají, jakoby les nechtěl přichodit do svého nitra vpustit. Do hloubi tajemného hvozdů, ve kterém se podle pověstí našlo už mnoho mrtvých těl.

Les sebevrahů Aokigihara v Japonsku



Mezi nejděsivější lesy na světě patří rozlehlý hvozd Aokigihara v Japonsku. Temné místo na úpatí posvátné hory Fudži vyhledávají už desítky let Japonci, kteří se rozhodnou pro dobrovolný odchod ze života (na snímku). Aokigihara zaujímá v počtu sebevražd

druhé místo na světě, ročně si zde vezme život několik desítek lidí, a to zejména v březnu, kdy se v Japonsku podávají daňová přiznání. První místo v počtu sebevražd pak náleží mostu Golden Gate Bridge v Kalifornii.

Kdo se dnes do japonského lesa vydá, pravděpodobně dřívě či později na mrtvolu člověka narazí. Les s rozlohou 35 km² je totiž tak rozlehlý, že hlídka, které ho pravidelně prochází a mrtvá těla pohřbívají, nemají stoprocentní účinnost. Úřady se snaží špatnému trendu zabránit a na stromy umísťují cedule s výzvou zachování života a telefonem na psychologickou poradnu.

Temnou atmosféru Aokigihary si ale oblíbili i milovníci hororů, kteří věší na stromy panenky bez hlav a další strašidelné artefakty, čímž děsivou atmosféru dokreslují.

Kontroverzi před časem vzbudil youtuber, který v lese objevil oběšenice a přímo u něho natočil krátkou reportáž na svůj kanál.

(jos)

PENNY.

OD ČTVRTKA DO STŘEDY
21. 7. – 27. 7. 2022

Skleněné dózy
se slevou
až 62 %



ZAKYŠANÁ
SMETANA
12% BONI
200 g
100 g 3,95 Kč

7,90
14,90

46%



KRŮTÍ
PRSA
V CELKU
cena za
1 kg

169,90

JEDINEČNÁ
NABÍDKA!



SALÁM
POLIČAN,
PAPRIKÁŠ
ŘEZNÍKŮV
TALÍŘ
krájený
100 g

19,90
29,90

33%



ZMRZLINA RIOS PREMIUM
vlašský ořech, čokoláda,
jahoda, stracciatella | 1 l

1 l

49,90
69,90

28%

MY BIO MERUŇKY
500 g | 100 g 6,98 Kč



34,90

SUPER
CENA!

ilustrační foto

Platnost a produktová nabídka mohou být ovlivněny nařízeními vlády. Fotografie mohou být ilustrační. Vyhrazujeme si právo změn. Další podmínky nabídky na www.penny.cz.

*Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Body za své nákupy můžete získat od 30. 6. do 17. 8. 2022. Získané body lze uplatnit do 24. 8. Akce platí do vyprodání a vydání zásob v jednotlivých prodejnách Penny Market s. r. o. Částka pro získání bodů platí po odečtení veškerých slev, částek za vratné obaly a loterijní služby. Podrobná pravidla na www.penny.cz.

Darwinův hrbolek i moudráky. Co evoluce „zapomněla“ u lidí?

Zuby moudrosti jsou nám k ničemu, nebo v horším případě ke vzteku. Jsou jedním z pozůstatků evolučního vývoje člověka, kdy příroda zkrátka některé dříve důležité komponenty našich prapředků „zapomněla“ i v těle moderního člověka. Ovšem naopak taková **kostrč** má svůj význam také dnes, když již jaksí nemáme ocas.

Foto: Profimedia, Wikipedia

DARWINŮV HRBOLEK

Tuto drobnou anomálii má viditelnou **maximálně každý desátý člověk**. Některé studie hovoří dokonce jen o několika málo procentech populace. Jde o malý bný **hrbolek na ušním boltci**, který ukazuje snímek ve výřezu. O hrbolek se poprvé zmiňuje Charles Darwin ve své knize O původu člověka z druhé poloviny 19. století, a proto se pro něj ujal název „Darwinův hrbolek“. **Zakladatel evoluční biologie tvrdil, že jde o znak, který se na lidském těle dochoval jakožto důsledek přibuznosti člověka s primáty**, již mají na podobném místě ucha hrbolek podstatně výraznější. Lidem, kteří jej považují za estetickou vadu, nabízejí některé kliniky plastické chirurgie – a to i české – jeho odstranění v rámci „rekonstrukce“ ušních boltců.



HUSÍ KŮŽE

Napřímení chlupů podle biologa Charlese Darwina v chladu nejen **posilovalo izolaci proti nepřízní počasí, ale lidští chlupatí předci tím také opticky zvětšovali svůj objem, aby odstrašili nepřitele**. Na otázku, proč tato reakce těla lidstvu zůstala, i když ochlupení už je tak řídké, že nemůže plnit ani jeden z původních účelů, hledali odpověď **vědci z Harvardovy univerzity**. Kdyby člověk delší dobu žil v chladném prostředí a nedostatečně oblečen, pravidelně naskakující husí kůže by stimulovala růst chlupů. Odborníci na laboratorních myších prokázali, že **pravidelné stahování svalů při husí kůži stimuluje produkci kmenových buněk v kořenech chlupů**, což vede k jejich většímu růstu.

KOSTRČ

Ačkoliv se mnohdy tvrdí, že kostrč už dneska nemá u člověka žádný význam, není to pravda. Srůst tří až pěti obratlů na úpatí páteře je sice **památkou na časy našich předků s ocasy**, ovšem i moderním lidem **napomáhá udržovat stabilitu při sezení** a také je důležitý pro udržování rovnováhy při naklánění dozadu. Slouží k ukotvení svalů, šlach a vaziva.

ZUBY MOUDROSTI

Ačkoliv se „osmičky“ začnou **prořezávat drtivě většině z nás**, jen minimu plní svou funkci spojenou se žvýkáním a v ústní dutině nezpůsobují problémy. Většině lidí proto musí být někdy v průběhu života vytrženy. Proč se tedy vůbec vyvíjejí, když nemají prakticky žádný význam? **Některé vědecké teorie říkají, že jde o památku po našich předcích, kteří často žvýkali velmi tuhou neuvařenou stravu jako syrové maso, kořinky rostlin, ořechy a hodně syrové zeleniny či ovoce. Jejich čelisti byly větší, a proto se do nich „osmičky“ v pohodě vešly**. Tuto verzi podporují podle odborníků i výzkumy potomků dávných lovců například z řad původních obyvatel Austrálie, kteří mají čelisti větší a zuby moudrosti vyrostou téměř všem. Obličejový skelet a čelisti jako takové se každopádně posledních 20 tisíc let evoluce u člověka postupně zmenšují, proto má moderní člověk s „moudráky“ tak často problémy.

„ZBYTEČNÉ“ SVALY

Sval na týlu s názvem occipitalis minor, našim předkům umožňoval hýbat ušima. Vyskytuje se už jen sporadicky, vyšší četnost má u Afričanů či Japonců.

Sval sternalis – úzký svalový proužek nacházející se rovnoběžně s hrudní kostí, také evoluci ztratil pro člověka význam a v současnosti se vyvine jen asi u osmi procent populace, častěji ženám. Jeho původní fyziologická funkce není úplně jasná. Lékařské studie hovoří například o tom, že se mohl podílet na pohybu ramenního kloubu.

Takzvaný „**dlouhý sval dlaňový**“ napíná plochou šlachou na dlani a měl za úkol pomáhat ohýbat celé zápěstí a loket. U člověka už se mnohdy nevyvine, naopak pro savce je důležitý, neboť jej využívají ke šplhu.

CHÁPAVÝ REFLEX

Objevuje se v 16. týdnu těhotenství a **přetrvává do 5. až 6. měsíce věku dítěte**. Projevuje se tak, že když miminku položíte prst do dlaně, má snahu jej chytit. Tento reflex je **pozůstatkem po opičích předcích**, kdy se mláďata primátů musí dokázat od narození chytit svých rodičů, aby je mohli přenášet z místa na místo.

4 kroky pro pohodovou dovolenou



SKONCUJTE S OTOKY VE VTEŘINĚ s konopným sprejem!

Máte nohy těžké, nateklé a unavené? Hledáte rychlé řešení? Vsaďte na pohotový sprej Venosil se snadnou aplikací a rychlým vstřebáváním!

Konopný sprej **Venosil** s chladivým efektem poskytuje okamžitou úlevu a osvěžení těžkým, oteklým a unaveným nohám. Konopí, rutin, kostival, arnika a boswellie zmírňují otoky i pocity těžkosti, chladivá máta nohy příjemně osvěží. Jedinečná forma spreje umožňuje aplikaci bez rozmazávání a vstřebávání během několika vteřin. Dopřejte svým nohám okamžité osvěžení, úlevu a sametovější vzhled pokožky.

Skončujte s otoky ve vteřině s konopným sprejem Venosil. K dostání v lékárnách a zdravých výživách také ve formě mazání.

ZAPAŘENÁ pokožka? Máme řešení!

Zapařená pokožka se projevuje jako zarudnutí nejčastěji v oblasti vnitřní strany stehen a genitálií, pod prsy či v záhybech kůže. Tyto svědivé mokvající opruzeniny dokážou pořádně znepříjemnit život každému dospělému jedinci. Na tento intimní problém existuje osvědčené řešení z lékárny!

Vsaďte na přípravek **IntimComfort®**, který předchází a mírní projevy opruzené nebo zapařené pokožky. Obsahuje speciální roztok určený k boji proti opruzeninám. Přípravek je rovněž doplněn o výtažek z heřmánku, který má skvělé dezinfekční, regenerační a zklidňující účinky. Díky tomu tlumí projevy svědění pokožky a udržuje ji mikrobiálně čistou. Přípravek je k dostání ve dvou variantách: jako vlhčené ubrousky nebo ve spreji.



Nechte VLASY ROZKVÉST

Trpí vaše kštice zvýšeným vypadáváním a řídnutím? Jsou vaše vlasy oslabené, poškozené a bez objemu? Nechte je znovu rozkvést s šamponem **Vlasové hnojivo**!

Vlasové hnojivo šampon s kofeinem a komplexem **Hustoplex™** účinně redukuje vypadávání vlasů, jejich řídnutí a poškození vnějšími vlivy, škodlivinami či náročným stylingem. Unikátní složení s kofeinem, kopřivou, zeleným čajem a silymarinem navíc podporuje růst nových vlasů, zvyšuje odolnost vlasových buněk a pomáhá vytvářet objem, lesk a sílu vlasů. Vyzkoušet můžete také Vlasové hnojivo ve formě tablet nebo bezoplachového séra. Kompletní portfolio značky **Vlasové hnojivo** je k dostání v lékárnách a zdravých výživách.

HUSTÉ SLOŽENÍ, HUSTÝ VÝSLEDEK



Budte HŘÍŠNĚ SEXY

Každá žena touží po bujném a zdravém dekoltu, avšak příroda nebývá ke všem ženám spravedlivá. Proto je zapotřebí přírodě trochu pomoci.



Proměňte svůj sen o dokonalém poprsí v realitu díky **Decolen Forte**. Doplněk stravy z lékárny, jehož přírodní složení ze semen vinné révy, chmelu otáčivého, sóji a extraktu ze lnu setého, chrání a podporuje zdraví prsní tkáně. Navíc má pozitivní vliv na plnost, pevnost a celkové zdraví prsou a pomáhá snížit negativní účinky hormonální nerovnováhy.

Uštknutí zmijí bolí, jed většinou není smrtelný

Bludy o jediném jedovatém hadovi Čech, Moravy a Slezska jsou nebetyčné. Zmije se prý vyhřívají na kamenech, odkud zákeřně útočí. Ránu po kousnutí vysajeme či zaškrtneme. A na kuráž můžeme postiženému nabídnout štamprdlátko. Takové nesmysly odmítněte, správné postupy zná 5plus2.

5plus2
RÁDCE

ČR | Něco málo přes dvacet uštknutí zmijí za rok řeší zdravotníci v České republice. Zdravého člověka sice její kousnutí neohroží na životě, přesto je potřeba vyhledat lékařskou pomoc.

Nesmyslně tradované bludy s vysátím jedu z rány a zaškrcováním pokousané končetiny, nebo dokonce vypalováním či rozříznutím rány, se vyložené ne-

doporučují, spíše ještě víc poškozují místo kousnutí. Konzumace kávy a „panáčka“ alkoholu „na posílnění“ v případě dospělých postižených je také úplně nevhodná, protože způsobí nežádoucí zrychlení oběhu.

Na jediného jedovatého hada naší přírody, zmijí obecnou, narazíte v podhůřích a horách celé republiky – v Brdech, Krkonoších, Pošumaví, na Šumavě, ve Slavkovském lese i na Vysočině. Potkat ji můžete i v nižších polohách,

kde se zdržuje na vlhkých místech, včetně slatin, mokřadů a rašelinišť. Lze na ni narazit i ve vodě, když překonává vodní tok. Zmijí zahlédnete třeba na silnici, kde se ráda vyhřívá. Bývá plachá, ale když na ni šlápnete, bude se bránit kousnutím. Svým jedom dost „šetří“. Pokud ho v obraně a stresu vypustí, tak zpravidla kolem tří miligramů, člověku nebezpečná dávka je od 10 miligramů výše. Záleží na tom, kam vás kousne, ale není to nic příjemného a nezkoušejte to. Třeba do prstu to bývá vcelku bolestivé, z místa kousnutí se většinou šíří otok a vznikají krevní podlitiny.

K mýtům patří jak jasně viditelná klikatá čára na hřbetě, tak zmijí „slunění“ na placatém kameni. V naší přírodě bývá i spousta úplně tmavých – černých – či „rezavých“ jedinců bez „klikyháku“ na zádech. A hadi nemívají rádi úplně vysoké teploty, takže o prázdninách je uprostřed dne potkáte výjimečně. Jejich tradované vyhřívání se týká spíše jara a v létě také rána i podvečera.

Jak se chovat při kousnutí zmijí?

Hlavně si zachovat chladnou hlavu. Šetrně manipulovat s poraněnou končetinou a snažit se ji znehybnit, zajistit zvýšenou polohu a chladit třeba studenou vodou.

Zachovat klid, uložit uštknutého do stínu, podávat studené tekutiny. Jed se nikdy z rány nevysává! Místo



uštknutí se nerozřezává a končetina nezaškrcuje. Zajistit transport do nemocnice nejlépe vozem záchranné služby. Pokud je kousnutý alergik, jde o minuty.

V nemocnici čeká postiženého léčba tlumící celkovou reakci na hadí jed. Podávají se léky proti alergii i bolesti, hormonální léky i antibiotika snižující riziko zánětu v místě kousnutí. Při uštknutí dítěte je hospitalizace nutností!

Nejzazší možností je aplikace antiseru. Používá se výjimečně, protože reakce na něj mohou být neméně závažné jako na samotný jed. (mce, jaga, kor)



Zmije je plachá, ale když na ni šlápnete, bude se bránit uštknutím. Štíhlavka balkánská (vpravo) vás může kousnout na dovolené v Řecku. Jde však o užovku, takže naštěstí není jedovatá.

FOTO | ARCHIV MAFRA, PROFIMEDIA



INZERCE

LETNÍ TIPY A KŘÍŽOVKY

speciální magazín uvnitř dnešní **MF DNES**



TERMÁLY | LOSINY

TOPGAL®

Kraličák
Rosteme s vámi

HISTORICKÝ PARK BÄRNAU-TACHOV
STŘEDOVĚK ŽÍT A ZAŽÍT



3 tipy na prázdninové výlety



FOTO | SHUTTERSTOCK
A ARCHIV MAFRA

Za zajímavým selfie

Přijet, vyfotit, pochubit se. Donedávna jsme se smáli japonskému stylu „cvak cvak turistiky“ s fotoaparátem, dnes to dělá kdekdo. I v Česku už se třibí populární instagramová místa, základní kameny internetových výletnických fotek. Redaktoři magazínu Víkend DNES nedávno vybírali ta nejhezčí. Mezi ně patří například atypická vyhlídka ve tvaru zatočeného hada (na snímku), jež poutá pozornost nad vinařskou obcí Kobylí u Břeclavi. Vznikla v roce 2018. Za klasiku českých instagramových zá-

běrů už platí Solenická podkova – televizní reklamou proslavený výhled na vltavský oblouk u obce Zduchovice nedaleko Orlické přehrady. V honu na selfičkové výletníky zašli zatím nejdál v Hluboké nad Vltavou, kde vznikla rovnou „Instagramová stezka“ (#instahluboka) po místech, na kterých se dá pořídit nejlepší snímek. Motivy? Samozřejmě zámek, zámecké schody, místní zoo.

Za hudbou i historií

Oblíbený hudebně-kulturní festival Hradý má za sebou první zastávku na Točnicku a tento pátek a sobotu pokračuje na Kunětické hoře. Návštěvníci se mohou těšit na Mirai (na snímku), Mig 21, To-



máše Kluse, Annu K či na Divokýho Billa a Chinaski. V ceně sobotního lístku na festival je vždy vstup na hrad zdarma.

Zbývající termíny festivalu: Švihov (29. a 30. 7.), Rožmberk nad Vltavou (5. a 6. 8.), Veveří (12. a 13. 8.), Hradec nad Moravicí (19. a 20. 8.), Bouzov (26. a 27. 8.), Bezděz (2. a 3. 9.).

Za trochou strachu

I za bílého dne je to magické místo. Ve večerním přítí při příchodu ale získává sedlecká kostnice u Kutné Hory ještě tajemnější, až strašidelnou atmosfé-

ru. Noční prohlídky se zde konají až do konce srpna. V červenci je posledním termínem úterý šestadvacátého, v srpnu pak 2., 9., 16., 23. a 30., vždy od 20 do 22:30 hodin. Noční prohlídka hřbitovního kostela Všechny svatých s kostnicí začíná v dolní kapli, kde vás přivítá kostýmovaný průvodce oblečený jako cisterciácký mnich. Prostor kaple je osvětlen pouze svíčkami. Po prohlédnutí dolní kaple vás průvodce pozve na koncert do kaple horní. Prohlídka trvá zhruba hodinu a půl, základní vstupné činí 250 korun. (re)



Chytře VYBAVENÍ NA LÉTO.



Moje první volba

Básník i hráč s velkým srdcem

■ JOSEF VLČEK

Jeden z nejméně respektovaných českých textařů všech dob oslaví 23. července 70. narozeniny. Společenský význam Michala Horáčka ale výsoco překračuje hranice populární hudby. Veřejnost si ho mohla poprvé všimnout v roce 1986 jako dravého redaktora Mladého světa, který se nebál opřít do tehdy nedotknutelných organizací OSA a Prago-koncert. V roce 1989 pak spolu s Michaelem Kocábem vytvořil iniciativu Most, která hrála důležitou roli v průběhu sametové revoluce. O rok později už byl zakladatelem sázkové kanceláře Fortuna, jež se stala jedním ze symbolů úspěšného podnikání na začátku 90. let. V roce 2016 kandidoval na prezidenta republiky a umístil se na čtvrtém místě. Na svém kontě má navíc skoro tisíc knih.

Už to by stačilo na jeden lidský život. Veřejnost ale vnímá Horáčka především jako autora písňových textů. Je pověstný svou kreativitou, jazykovou invencí a schopností zvládnout i formálně nejnáročnější úvary. Jeho texty můžeme vni-

mat jako poezii. Obstojí nejen jako písně, ale i v tištěné podobě jako básně.

Horáček začal psát texty v době, kdy byl redaktorem Mladého světa, pod patronací Zdeňka Rytíře. Prvními, kdo využili jeho invence, byli právě Rytířovi chráněnci Michal Tučný a Petr Spálený. Opravdový zlom přišel o něco později, když se seznámil se skladatelem Petrem Hapkou. Vytvořili spolu autorský tým, jenž v letech 1984 až 2007 realizoval pět alb, která patří k základním kamenům české populární hudby.

Náročné texty pro „vyvolené“

První z alb dvojice Hapka a Horáček se jmenovalo Potměšilý host a mělo jediného interpreta – Hanu Hegerovou. Přineslo nezapomenutelné hity Levandulová a Vana plná fialek. Oba autoři ale dávali přednost deskám, na nichž jejich skladby zpívali různí interpreti. Klasikou v tomto oboru se stala deska V penzionu Svět z roku 1999, z níž se v průběhu let skoro všechny skladby staly hity. Vzpomeňme třeba na Štěstí je krásná věc, Stáří, Roze-



FOTO: MAFK

znám nebo S cizí ženou v cizím pokoji. Na tomto albu se také poprvé objevil okruh interpretů, kteří byli schopni Horáčkovi náročné texty odpoví-
dajícím způsobem interpretovat. Patřili mezi ně Michael Kocáb, Richard Müller, Hana Hegerová a v neposlední řadě sám Petr Hapka.

Časem se tento svět rozšířil o další osobnosti. Hapkovi a Horáčkovi šansony začala zpívat Lucie Bílá, Jana Kirschner nebo Jaromír Nohavica. K nim se připojily často velmi svérázné osobnosti jako Jar-
da Svoboda, František Segrado nebo slovenská zpěvačka Szidi Tobias. Horáček byl také tím, kdo udělal z rockového provokatéra Daniela Landy v Citové investici brilantního šansoniéra.

Vrcholem spolupráce s Petrem Hapkou se stal v roce 2009 Kudykam, rozsáhlý dramatický útvar blízký muzikálu. Z něj pochází nádherná melodie Tante cose da veder, z níž vznikl základ neobyčejně stejnojmenné desky, na níž Ondřej Brzobohatý zrealizoval devět verzí těžké písně v provedení devíti různorodých zpěváků.

Paralelně se spoluprací s Petrem Hapkou začal Horáček od roku 2000 tvořit i s jinými skladateli. Tyto pokusy vyvrcholily v roce 2014 dvojalbem Český kalendář, kolekci 32 skladeb v provedení 24 zpěváků. Zvláštností desky je to, že všechny texty jsou komponovány ve složité formě villonské balady. V posledních letech píše Horáček texty především pro své oblíbené šansoniéry Lenku Novou, Hanu Robinson nebo Naďu Válovou.

Michal Horáček se už teď zapsal do dějin české populární hudby jako umělec, který dokázal poezii přiblížit širokému okruhu posluchačů. A protože i on na prahu sedmdesátky bilancuje, nechal se slyšet, že jeho nejosobnější písní je Jako kníže Rohan z repertoáru Richarda Müllera. Svět totiž nepatřil nikomu, kdo nebyl hráč.

INZERCE

Stannah

Díky schodišťovému výtahu Stannah můžete i nadále žít ve svém domově

Domov je místo, kde si vytváříme vzpomínky a kde rádi pobýváme. Nedovolte, aby vám schody bránily zůstat ve vašem domově. Se schodišťovým výtahem Stannah se můžete vyhnout problémům se stěhováním a bezpečně používat schody.

Kontaktujte společnost Stannah a požádejte o posouzení vašich schodů. Cenová nabídka je zdarma a nezávazná.

Volejte zdarma

800 196 196

JOJO CINEMA

HRA ŠPIÓNŮ

Benedict Cumberbatch jako obyčejný člověk ve skutečné špiónáži hře...

ÚTERÝ | 20:15

Mobilní data zadarmo?

JJ SIM kup v trafice, nebo online

MOBIL.CZ

Internet zdarma platí 30 dnů od aktivace SIM nebo dobítí. Více o předplacené kartě na www.mobil.cz

DOBROVOLNÉ STAŽENÍ MOBILNÍCH KLIMATIZACÍ SENCOR SAC MT122xCH Z ROKU 2019

Společnost FAST ČR a.s. žádá poslední, zbývajících zákazníky, kteří si zakoupili mobilní klimatizace Sencor, SAC MT1221CH a SAC MT1222CH modely z roku 2019 a nebyly jim opraveny, aby kontaktovali centrálu společnosti na info@sencor.cz nebo na telefonním čísle: **+420 323 204 348** (každý den 9.00–17.00), případně klimatizaci přinesli zpět na prodejnu, kde výrobek zakoupili a kde jim bude vrácena plná kupní cena.

JE NEZBYTNĚ NUTNÉ KLIMATIZACI NEPRODLENĚ PŘESTAT POUŽÍVAT A VRÁTIT JI ZPĚT NA PRODEJNU.

Společnost FAST ČR a.s. došla na základě vlastního šetření k závěru, že za určitých technických podmínek může při provozu těchto výrobků dojít k poškození vnitřní elektroinstalace produktu a k následnému vzplanutí.

Omlouváme se za případné nepříjemnosti.

Více informací na <https://www.sencor.cz/dobrovolne-stazeni-mobilnich-klimatizaci>.



V zahraničí s kartou pozor na DCC

Oproti lidem ze Západu Češi pořád používají karty k placení méně často, než je u turistů běžné. Každopádně je třeba si pohlídat chyták obchodníků zvaný DCC.



ČR | Předchozí „covidové“ sezony přinuly i řadu konzervativních Čechů platit více bezdotykově kartou. Na „ošahané“ bankovky bůhví po kom se jim zkrátka nechtělo sahat. Přesto však v této formě placení stále ještě zaostáváme za západní Evropou, což je ale dáno historickým vývojem. Ve Skandinávii či na západ od našich hranic se kartou uhradí o třetinu i více transakcí než v Česku.

„V současné době je v České republice poměr mezi výběry z bankomatů a platbami na terminálech zhruba půl na půl, ale vytrvale roste ve prospěch karetních pla-

teb. Za posledních pět let jsme pokročili z poměru nějakých 36 až 38 procent pro platební operace až k dnešním padesáti procentům. Ale v západní Evropě je tenhle poměr ještě větší, běžně je sedmdesát procent uskutečněno kartami a v takové Skandinávii se to už v některých odvětvích blíží ke stu procentům,“ přiblížil před časem v rozhovoru pro týdeník Téma Petr Polák, výkonný ředitel Visa pro Česko, technologické společnosti v oblasti plateb.

Ačkoliv platební karty byly na některých místech v Československu akceptovány už v roce 1965, a to kvůli zahraničním turistům platícím v Čedoku, některých interhotelech či kancelářích ČSA,

první karty určené pro československé občany vydala až v roce 1988 Živnostenská banka. Šlo však jen o takzvané dispoziční karty k tuzexovým účtům. Po zrušení monopolu čs. státní banky začaly vydávat karty další finanční subjekty. Společný systém platebních karet byl zahájen v únoru 1992 a od té doby si Čechoslováci začali na nový způsob placení rychle zvykat, přesto je „zpoždění“ několika desetiletí používání zkrátka znát.

Platit hotově, či kartou?

Při plánování zahraniční dovolené se ale používání platební karty oproti hotovosti nepochybně vyplácí. Minimálně z bezpečnostních důvodů. V případě ztráty či krádeže si kartu jednoduše zablokujete, kdežto s hotovostí „vyluxovanou“ kapsářem se s největší pravděpodobností již nikdy nesetkáte. V turistických letoviscích po celém světě i ve městech jsou obchodníci kartami vybaveni téměř všude.

Hotovost se naopak hodí pro nákupy na trzích, u stánků či při výletech do civiliza-

čně méně vyspělých míst. Ovšem pozor. Setkali jste se při placení v zahraničí s tím, že vám obchodník či bankomat nabídl uskutečnit platbu nikoliv za eura, libry či dolary, ale za naše koruny? Tak zpozorněte, protože takzvaná dynamická měnová konverze (DCC), běžná služba znamenající pohodlí a přehled o tom, jak hluboko musíte sáhnout do peněženky, má svá úskalí. Může vám posezení v restauraci, ubytování v hotelu či třeba pronájem auta zbytečně prodražit. Lidé totiž obvykle zaplatí víc, než by museli, protože obchodník v cizině si při DCC bere za platbu provedenou v českých korunách nemalou provizi.

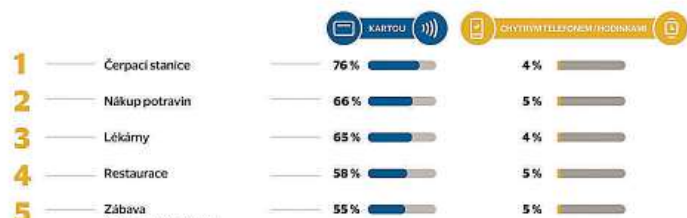
„Kurz převodu měny určuje společnost, která daný platební terminál nebo bankomat provozuje. V případě platby nebo výběru z bankomatu v zahraničí je tak z pohledu zákazníka ve valné většině případů lepší nechat si transakci vyúčtovat v místní měně a využít terminál nabízející služby DCC odmítnout,“ varovalo už před několika lety Ministerstvo financí. (re, Lidovky.cz)

Cestujte s kartou – v klidu a bez starostí

Letní dovolené jsou v plném proudu a řada Čechů se chystá cestovat do zahraničí. Součástí příprav na cestu do ciziny vždy bývala i návštěva směnárny, kde si člověk nakoupil patřičnou měnu podle toho, kam měl namířeno. Díky globální síti Visa však dnes v naprosté většině případů stačí cestovat s kartou či mobilním zařízením.



Za co platí Češi v zahraničí nejčastěji bezhotovostně:



Visa CEE Travel and Payment Methods Study 2022 zahrnuje Polsko, Českou republiku, Maďarsko, Rumunsko, Bulharsko, Slovensko, Švédsko a Chorvatsko. Studie je založena na vzájemně srovnatelných datech z období ledna až srpna 2022 na celkovém reprezentativním vzorku 100 respondentů ve věku 18-65 let z každé země.



Během posledních deseti let si Češi dovolené v zahraničí velmi oblíbili. Koronavirová pandemie však cestování na delší dobu znemožnila nebo minimálně velmi zkomplikovala a počet cest do zahraničí se snížil až o 60 %. S rušením protipandemických opatření se ale cestovní ruch opět rojí a čím dál více lidí se během letních měsíců chce podívat k moři či jinam do zahraničí.

Pokud patříte mezi ty, kteří v létě plánují navštívit cizí zemi, ať už na prodloužený víkend nebo delší dovolenou, určitě budete řešit, jak v místě pobytu platit. Faktem je, že tři z pěti Čechů v zahraničí upřednostňují platbu kartou či chytrým zařízením. Spoléhají se tak na globální síť Visa, díky níž zaplatí ve více než 200 zemích na více než 100 milionech míst. „Ve Visa dlouhodobě věříme v pozitivní sílu cestování a cestovního ruchu. Tvoří ekonomické příležitosti a pracovní místa a přináší mezikulturní pochopení a vzájemné poznání. Studie z roku 2022 dokládá, že se Češi chtějí vrátit k předpandemickým cestovním návykům. Návrat k cestování, ať už na delší dovolenou, na pro-

dloužený víkend nebo na nákupy za hranice, dokazuje, že si čeští spotřebitelé znovu budují důvěru. To je dobrým znamením pro oživení mezinárodního cestování i přeshraničních transakcí,“ říká Petr Polák, Country Manager pro Českou republiku ve společnosti Visa.

V období pandemie si velkou oblibu jak mezi zákazníky, tak mezi obchodníky získaly bezkontaktní platby. Se zrušením protipandemických opatření tento trend nijak neoslabil, a i proto se již velmi zřídka kdy stane, že byste na cestách narazili na místo, kde kartou nezaplatíte.

Bezhotovostní transakce v zahraničí s sebou přináší hned celou řadu výhod oproti nákupu lokální měny:

- Nemusíte se bát, že peníze ztratíte
- Platby jsou rychlé a pohodlné
- Globální síť Visa zajišťuje bezpečnost domácích i zahraničních transakcí
- Platbami Visa kartou můžete získat výhodnější kurz než ve směnárně
- Získáte lepší přehled o vašich výdajích

Kromě výše zmíněných výhod bezhotovostních plateb přináší Visa i jednotlivé banky svým klientům celou řadu zajímavých benefitů, které se liší v různých lokalitách, a vy si tak cestování můžete ještě více zpříjemnit. Jednat se může například o vstup do letištního salonku v Praze či výhodné nabídky při ubytování se službou Amazing Places. Jednou z největších výhod bezkontaktních plateb je samozřejmě možnost využít svůj chytrý telefon či hodinky díky digitálním peněženkám. Svou fyzickou kartu tedy můžete s klidem nechat na hotelovém pokoji, a mít tak o starost méně.

Výjimečně se může stát, že někde kartou nezaplatíte. Typickým příkladem by mohly být veřejné toalety či pouliční stánky s občerstvením. Pro takové případy doporučujeme mít po ruce malou rezervu v hotovosti. Vždy můžete využít mapu na stránkách Visa, kde si snadno dohledáte miliony bankomatů po celém světě.

Ať už se tedy v létě rozhodnete vyrazit do zahraničí, nebo dovolenou strávíte v tuzemsku, přejeme vám šťastnou cestu, krásné zážitky a bezproblémové platby.

Se „sportáky“ o letním pohybu

Letní počasí přímo láká ke sportovní. Cyklistika, plavání, sjíždění řek nebo plážové sporty. A k tomu jsou tu ještě další sportovní události, které se dají sledovat v televizi nebo přímo u závodních drah či na stadionech. A jak léto prožívají milovníci pohybu – moderátoři sportu na CNN Prima NEWS?

„Já osobně v létě nejraději plavu nebo pádluju na Vltavě. Jsem holt vodní živel. Když se na hladině řpytí sluníčko, není nic lepšího,“ svěřil se **Marek Kafka**. A není divu. V minulosti se živil jako trenér plavání a v roce 2009 se stal mistrem České republiky ve čtyřkách.

Jeho kolega **Jiří Šlégl** se těší spíš na jednu stopu a pořádnou dřinu v kopcích. „Léto mám vždy spojeno s cyklistikou, hlavně tou horskou. Koneckonců, když máte chalupu na horách, tak to k podobným aktivitám přímo vybízí, protože jeden z nejhezčích pohledů na hory je ze sedla bicyklu. Tenhle krásný sport je navíc spojen s pořádným adrenalinem při sjezdech na rozbitých lesních cestách a také s překonáváním výzev. Když po vyjížďce v aplikaci

ci Strava počítáte své nové osobní rekordy, tak je to pocit, který přebíjí únavu z celodenní dřiny,“ říká Šlégl.

A odpočívat nebude ani známý milovník sportovních výzev **Petr Vágner**, který je čerstvým držitelem titulu Ironman ze závodu v Alžíru. „Na začátku července jsme byli s přítelkyní Silvii a dětmi u moře. Byla to taková sportovně odpočinková dovolená. Ráno jsme chodili běhat sedm kilometrů a odpoledne opalovačka a cestování člunem a skútry na další ostrovy,“ líčí.

Kam vyrazit jako fanoušek?

Pozadu nezůstává ani sportovní multitalent **Tomáš Vzorek**, který se pyšní bronzovou medailí v thaiboxu. „Zůstávám u svých celoročních aktivit, jako jsou boxerské tréninky a posilovna, a k tomu přidávám kolo, brusle, nohejbal, plážový volejbal, ale i méně obvyklé aktivity jako lezení v lanovém centru, paddleboarding, plavání a u moře především potápění, to miluji. Pohyb na sluníčku a čerstvým vzduchem je pro mě jako fontána nekonečné



né energie. Prostě léto je období radosti a užívání,“ popisuje. Nezůstává přitom jen u aktivního sportování. „Přemýšlím, které akce mě v létě lákají jako diváka. Asi turnaj Oktagonu na Štvanici, to bude určitě skvělá akce s úžasnou atmosférou, ale jinak ty velké akce bývají spíš mimo prázdninové období. Vždycky jsem měl moc rád Zlatou tretru v Ostravě, to je taková moje srdcovka, a abych nezapomněl, také Czech Bowl, tedy finále české ligy amerického fotbalu, který jsem ještě nedávna sám hrál. Tuhle akci každý rok také pravidelně sleduji a ta je prázdninovou záležitostí,“ říká Tomáš Vzorek.

Ve sportovní redakci CNN Prima NEWS ale samozřejmě nechybí milovníci rychlosti jako Jiří Šlégl. „Mým hlavním letním sportovním programem na televizní obrazovce je rok co rok Tour de France. Bitvy nejlepších sprinterů v hromadných dojezdech a monumentální souboje vrcharů o ikonický žlutý dres v kulisách horských velikanů Alp a Pyrenej, to prostě k červenci neodmyslitelně patří. A kdo mě zná, tak ví, že jsem rovněž až chorobným fanouškem motorsportu. Proto mi v červenci nesmí uniknout žádná Grand Prix F1 před tím, než se královna motorsportu odmlčí pro tradiční sprnovou přestávku.“

Rozpálený asfalt a pach spálených pneumatik učaroval i Marku Kafkovi. „Moc se těším na závody superbiků v Mostě,“ shrnuje. To Petru Vágnerovi už moc času na sledování sportovních utkání a závodů nezbyde. „Zbytek léta budu moderovat Sport a ráno na CNN Prima NEWS a do toho všeho ještě pojedeme přípravu na ultratrailové horské závody, Beskydskou sedmičku. Na podzim chystám i jednu extrémní běžeckou výzvu na Islandu,“ uzavírá. (ms)

INZERCE

Budějovický Budvar, národní pivovar, loni vyvezl 1,3 milionu hektolitru piva.

To je 260 milionů püllitrů, konzumentů po celém světě, kteří ochutnali, co v České republice umíme vyrobit.

Budějovický Budvar měl loni EBITDA marži (procento zisku EBITDA vůči tržbám) 25 procent, téměř 800 milionů korun. Je to lepší výsledek, než měly za rok 2020 v Česku Heineken nebo Staropramen. Investice do značky Budweiser Budvar na mezinárodních trzích zvýšil pivovar poslední roky o desítky milionů Kč. Díky Budvaru šetří stát za propagaci země v zahraničí, uvedl ředitel Budvaru Petr Dvořák. Prodej pivovaru navrhla Markéta Pekarová Adamová z TOP 09, je podle ní neefektivní.

„Otázka nestojí, zda má stát vlastnit pivovar. Stát pivovar vlastní, pivo vaří. Otázka je, zda by měl stát pivovar pro-

dávát, nebo nadále provozovat a jaké výhody převažují. Budějovický Budvar je velmi profitabilní podnik, pohybujeme se na špičce odvětví. Jenom za loňský rok jsme vyvezli 1,3 milionu hektolitru našeho piva, to je dvě stě šedesát milionů püllitrů, konzumentů po celém světě, kteří ochutnali, co v České republice umíme vyrobit,“ řekl Dvořák.

V pivovarnictví se podle něj porovnává hlavně EBITDA marže. Plzeňský Prazdroj ji má kolem 40 procent. „Nicméně to je naprosto ojedinělá profitabilita i v mezinárodním srovnání. Na českém trhu měl Staropramen předloni kolem 15 procent, Heineken 13 až 14 procent. My jsme za loňský rok dosáhli 25 procent. Argument, že soukromé firmy jsou profitabilnější než Budvar, nefunguje. Měli jsme loni lepší EBITDA marži než skupina Heineken nebo Carlsberg globálně, či Staropramen v Česku,“ řekl ředitel.

Jak dále řekl, po slovech Pekarové Adamové někteří zákazníci volají s dotazem, jestli mohou pokračovat ve spolupráci s Budvarem. Výrok podle něj vyvolal na trhu a u zaměstnanců nejistotu. „Stát může prodat Budvar jenom jednou. Přes 75 procent českého piva je v zahraničních rukách. Česká republika přitom historicky fungovala jako hlavní pivní inspirace pro svět. Tvořili jsme piva, podle nichž vařil pivo celý svět. Dnes určuje pivovarnictví u nás svět, což je škoda. My chceme inspirovat svět,“ řekl ředitel. Budvar rovněž spolupracuje s asi 30 malými pivovary.

Výjma Staropramenu, který byl několik let ve ztrátě, odvádí podle ředitele téměř všechny velké pivovary sto procent zisku vlastníkům do zahraničí. „Krása Budvaru je, že děláme opak. Prodáváme naše pivo v zahraničí v čím dál větších objemech a investujeme v Čechách,“ uvedl. Budvar dokon-

čuje investiční rozvoj za víc než dvě miliardy Kč, který začal v roce 2015.

Budvar také poslední roky zvyšuje investice na mezinárodních trzích do známky Budweiser Budvar. Nedávno vyhrál spor se skupinou AB InBev (ABI) u Nejvyššího soudu v Itálii. Nově tam může používat značku Budweiser Budvar. S ABI trvají desítky menších sporů. Budvar drží známku Budweiser Budvar ve většině Evropy, v USA používá značku Czechvar, v Asii většinou Budějovický Budvar. „Pivovar Samson se dříve snažil na některých trzích používat značku Budweiser Bürgerbräu. Z toho dnes nic neplatí, tuto značku už vůbec nepoužívá,“ řekl Dvořák. ABI koupila budějovický pivovar Samson v roce 2014. „Informace o ochranných známkách neposkytujeme,“ sdělil na dotaz ČTK Jan Strnad z agentury, která mediálně zastupuje skupinu AB InBev v ČR.

Podle nové studie firmy Deloitte je Budvar ekonomicky efektivní. V růstu tržeb, hrubé marže i ziskové (EBITDA) marže dosahuje Budvar lepších výsledků než pivovarnictví ve většině zemí EU. „V druhém případě jsme porovnávali Budvar s hlavními pivovarnickými skupinami v Evropě a Severní Americe. I v tomto případě dosahuje českobudějovická firma mírně nadprůměrných výsledků u EBITDA marže, respektive srovnatelných výsledků na úrovni EBIT marže. Rentabilita vlastního kapitálu je u Budvaru slabší, ale to je dáno kumulováním nerozdělených zisků ve vlastním kapitálu firmy,“ sdělil ČTK David Marek z firmy Deloitte.

Loni uvařil Budvar se 670 zaměstnanci rekordních 1,8 milionu hektolitru, meziročně o 4,6 procenta víc. Tržby za pivo poprvé překonaly tři miliardy korun, činily 3,17 miliardy.

(zdroj ČTK)

Tisíce plastických chirurgů do roku 2019 přijdou o práci!

Když profesor ukázal působení Visage Idéal Séra v televizním pořadu nevěděl, že spustí lavinu, která odstraní z trhu tisíce kosmetologů a odborníků na plastickou chirurgii.

Plastičtí chirurgové a kosmetologové jsou vztekli. Americká společnost uvedla na trh inovativní omlazující dermokosmetiku, která již dnes dělá senzaci mezi herečkami, podnikatelkami a celebritkami. Obvyklý kosmetický průmysl nabízející ošetření botoxem, laserem nebo liftingem zmizí z trhu. Proč?

Když profesor ukázal působení svého autorského komplexu během propagační prezentace na kosmetickém veletrhu v New Yorku, neuvědomoval si, jak velkou škodu způsobuje. „Klinické testy jsou nesporné“ – řekl jeden z jeho spolupracovníků. Toho se odborníci na estetickou medicínu a kosmetický průmysl obávali.

Skutečné příběhy a skutečné výsledky

„Loni mě manžel opustil kvůli mladší ženě, úplně jsem se zhroutila,“ říká padesátiletá Kateřina W. „Ale když jsem přečetla článek o tomto omlazujícím komplexu ve formě oleje, rozhodla jsem se riskovat. Myslela jsem si: proč ne? Používala jsem tento vzorec půl roku. Výsledky jsem však viděla již po 3 týdnech. Muži na ulici se na mě začali dívat. I ti mladší! Ale nejdůležitější je, že jsem si našla partnera. Je mu 43 let a jsme spolu šťastní.“

Před:



Po:



Nedávná klinická studie provedená na Osaka City University v Japonsku na 6 mužích a 27 ženách ve věku 45–70 let prokázala neuvěřitelnou účinnost tohoto vzorce. Každý z účastníků studie měl nějaké vrásky, brázdý nebo ochablou pokožku a vypadal na osobu o mnoho let starší, než ve skutečnosti byl.

Studie ukázala, že komplex zvyšuje hydrataci pokožky a její schopnost absorbovat vodu. Kůže na obličej je stejně hydratovaná a napnutá jako u dvacetileté dívky. Komplex eliminuje vrásky stimulací syntézy proteinů mládí ve fibroblastech a stimulací produkce kolagenu. Udrží vaše pokožku sametově hladkou a hydratovanou jako hedvábné okvětní lístky růže.

Síla extraktu z pryskyřice v boji proti vráskám

Tento komplex není žádná chemická látka nebo běžná kosmetika. Je to speciální směs rostlinných složek získaných v laboratorních podmínkách z několikadenních rostlin. Složky byly extrahovány speciální metodou, která udržuje 100% omlazovací síly těchto rostlin. Nejdůležitější složkou je lakesis, což je extrakt z pryskyřice endemického stromu pistácie, který dokáže přežít i v těch nejextrémnějších podmínkách při teplotách až -35 stupňů a žije nad 400 let! Při kontaktu s kožními buňkami očistuje je, zvyšuje produkci kolagenu a zahajuje jejich biologickou obnovu. Poskytuje jedinečný účinek přirozeného omlazení pokožky bez skalpelu a bez vedlejších účinků.

„9 z 10 lidí, kteří užívali tento komplex, tvrdí, že jejich přátelé si mysleli, že podstoupili nějaké ošetření botoxem“ – říká vedoucí testů. „Dokonce jsme měli případ, kdy se dcera zlobila na matku, protože vypa-

CO BYSTE VYBRALA VY?

To?

Nebo to?

dala mlaději než ona. Pravdou je, že už po 2 týdnech používání přípravku vrásky mizí, brázdý a linie se vyhlazují a pokožka je silně vyživená a hydratovaná. Je to jako by vadnoucí květinu, s padajícími okvětními lístky, najednou vrátil k životu!”

Donedávna, pokud jste nebyla Angelinou Jolie, neměla jste možnost využít nejnovější poznatky kosmetické medicíny kvůli příliš vysoké ceně. Nyní je však tento komplex dostupný úplně každému a nemusíte utrácet jmění, abyste měla mladší tvář.

Stárnutí je nevyhnutelné, ale vrásky NEJSOU!

Podle významných plastických chirurgů, přípravek s extraktem z pryskyřice endemického stromu pistácie (lakesis) funguje jako

obrovský likvidační stroj na vrásky. Stimuluje tvorbu kolagenu, usnadňuje vstřebávání vody, vitamínu C a křemíku. Vyhlazuje pokožku jako dobře nahřátá žehlička vyhlazuje zmačkaný kapesník.

Omlazující dermokosmetický přípravek dorazil do Evropy na začátku letošního roku. V České republice je dostupný pouze v telefonickém prodeji. Nikdy se nebude prodávat stacionárně – pozor na padělky. Pouze originální dermokosmetika zaručuje 100% účinnost. A tím, že se vyhnete nákladům na zprostředkovatele – získáte ji s atraktivní slevou!

Pokud se chcete zbavit vrásek, hydratovat pokožku, aby byla jako u dvacetileté dívky a získat mladistvý vzhled, jednejte. Nyní získáte až 100% slevu na tento produkt. Pospěšte si, protože nabídka byla připravena pro prvních 100 lidí.

SPECIÁLNÍ AKCE!

Prvních 100 lidí, kteří zavolají do **25.07.2022**, získá **100% slevu!** Obdržíte tehdy omlazující dermokosmetiku **ZDARMA**

Zavolejte: 296 330 894

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod.
(Běžný místní hovor bez příplatku)





Nestavíme vzdušné zámky,
stavíme a vlastníme
skutečné nemovitosti více jak 20 let

Komerční sdělení

DVOULETÉ ZAJIŠTĚNÉ DLUHOPISY E-FINANCE

7%

ROČNÍ ÚROK



- ✓ Investice od 50 000 Kč
- ✓ Roční úrok 7 %
- ✓ Úrok vyplácen jednou ročně
- ✓ Možnost předčasného splacení
- ✓ Dvouleté dluhopisy



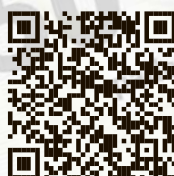
Zastavovaný areál Zámku Račice o rozloze přes 50.000 m²

Koncern e-Finance, a.s. nabízí dluhopisy zajištěné zástavním právem na celém exkluzivním areálu Zámku Račice čítající pozemky o výměře přes 50 000 m², nemovitosti a samotný Zámek Račice. **Celé portfolio investic najdete na našich stránkách www.e-finance.eu.**

TŘÍLETÉ DLUHOPISY SKUPINY E-FINANCE

8%

ROČNÍ ÚROK



- ✓ Investice od 50 000 Kč
- ✓ Roční úrok 8 %
- ✓ Úrok vyplácen jednou ročně
- ✓ Možnost předčasného splacení
- ✓ Tříleté dluhopisy



Investice roku 2021

Skupina e-Finance více jak 20 let investuje do nemovitostí v atraktivních lokalitách České republiky. Díky tomu disponuje stabilním portfoliem, zejména nájemních nemovitostí, v hodnotě přesahující 1 miliardu korun. Portfolio investic najdete na **www.e-finance.eu**.

ČNB schvaluje prospekt dluhopisů pouze z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na www.e-finance.cz/dluhopisy-informace.

Objednání: www.e-finance.eu, ☎ +420 515 555 555

EFI
Zámek Račice
RAČICE - PÍSTOVICE

SEZÓNA ZAHÁJENA!

Dopřejte si cenově výhodnou dovolenou v malebné přírodě na hranici Moravského Krasu a Dražanské vrchoviny, pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova.

NABÍZÍME UBYTOVÁNÍ turistického typu přímo na zámku nebo luxusní apartmány a pokoje v předzámčí.

Račice 1. Račice - Pístovice
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz
www.zamekracice.cz

Od
960 Kč
pokoj/noc

Zveme Vás na
Zámek Račice
na Vyškovsku
30 km od Brna

DOVOLENÁ V NETRADIČNÍM
ZÁMECKÉM PROSTŘEDÍ



EFI Zámek Račice
člen e-Finance Group

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



Tato náplast vám zajistí ploché břicho za 96 h

a zhubnete jen vy,
ne vaše peněženka!

ZÍSKEJTE JI
ZDARMA

Tenká jako papír, pod oblečením neviditelná a neskutečně účinná.

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



Radka,
57 let

Shodila jsem 22 kg
- bylo to banálně jednoduché!

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

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

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

ŠTÍHLÉ TĚLO UŽ ZA 4 DNY

BEZ OPAKOVANÉHO TLOUSTNUTÍ



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

Čím vyšší máte nadváhu, tím rychleji zhubnete!

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

máte nadbytečných tukových buněk, tím rychleji se jich vaše tělo začne zbavovat.

Výzkumy potvrzují: „191 z 200 lidí, kteří si nalepili náplasti během týdne, v průměru zhublo o víc než 25 kilogramů,“ říká profesor Munro.

Tentokrát se zbavíte tuku a komplexů natrvalo

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

SLIB PROF. MUNRO:

„Zdravé, štíhlé tělo vás nemusí nic stát!“

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

Prof. Oliver Munro



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

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

Petr Dvořák,
dietolog



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

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 09.08.2022 obdrží 100% náhradu výrobcem!

ZAVOLEJTE

255 708 987

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



LÉTO JE V PLNÉM PROUDU!

Začni pečovat o své zdraví a užívat krás života.



Architektku z Ukrajiny živí v Brně jehla a nit

Potřebovala zaměstnat hlavu, aby **nemyslela na válku. Za čtyři dny** tak Ukrajinka Anastasiia vytvořila vlastní kolekci sportovního oblečení.

■ ŠÁRKA KROUPOVÁ

ČR | Před válkou na Ukrajině byla Anastasiia Skoromets úspěšnou podnikatelkou, která žila v Poltavě se svým manželem a malou dcerkou. Plánovala rozšířit své podnikání a vycestovat na léto do světa. Když však přišla válka, i jí se život znenadání otočil naruby.

„Nejdřív jsme z domova odejít nechtěli. Doufala jsem, že to všechno brzy skončí. Týden jsme čekali a potom jsme se rozhodli odjet. Situace začala být horší a já se rozhodla ze dne na den. Z domu jsem odjela 3. března spolu s mou malou dcerou Roxy a také s kamarádkou a jejím synem,“ vzpomíná na nelehké chvíle Anastasiia.

Byla zima, padaly bomby a my měli strach

Cesta do Česka jim ze severovýchodu Ukrajiny trvala pět dlouhých dní. „Byla šílená zima. Neměli jsme benzin a nakonec ani moc jídla. Cestou kolem měst padaly bomby a my měli strach. Nevěděli jsme, kde jsou Rusové a jestli letadla, která nám létají nad hlavou, jsou naší, nebo ruské armády,“ popisuje Anastasiia se slzami v očích.

V noci se podle ní nesmělo vycházet, a tak s autem první noc zastavili a čekali až do rána, než se opět vydali na cestu. Protože nemohli jet přímo přes Kyjev, kde to bylo velmi nebezpečné, rozhodli se nakonec, že využijí i noci na to, aby se dostali pryč ze země. „Zácpy na silnicích byly obrovské, někde jsme stáli několik desítek hodin v kolonách. Když jsme stáli v autě za městem Bila Cerkva, kterým jsme projeli, po půl hodině jej začali Rusové ostřelovat a my jsme se jen dívali na helikoptéry, které na město vrhaly bomby,“ líčí dál Ukrajinka s tím, že do Česka nakonec ve zdraví dorazili 8. března.

Úkryt čtveřice našla v bytě v centru Brna. „Na Ukrajině jsem vlastnila dvě pole dancingová studia, protože sama dělám pole dance a hned po škole jsem se rozhodla začít podnikat právě v tanci. Jeden kluk, který mě studio jednou navštívil, mě hned na začátku války kontaktoval s tím, že má v Brně místo pro



Vystudovala architekturu, na Ukrajině vlastnila pole dancingová studia, v Brně se Anastasiia Skoromets uplatnila jako návrhářka. FOTO | ARCHIV A. SKOROMETS

dvě ženy a dvě děti. Nejdřív jsem tam úplně nechtěla, neznala jsem ho osobně a nevěděli jsme, co bude dál. Nakonec jsme ale nabídky využili. Když se situace čím dál víc zhoršovala, nic jiného nám nezbývalo. Možná kdybych neměla Roxy, tak bych zůstala, odešla jsem především kvůli jejímu bezpečí,“ vypráví. Nemyslela si však, že v Česku zůstane tak dlouho. „Když jsme utíkali, vzali jsme si jen zimní věci, nenapadlo mě, že válka bude nakonec tak krutá a bude trvat takovou dobu,“ přiznává.

Anastasiin manžel musel na Ukrajině zůstat kvůli povolání do služby. „Manžel je naštěstí zdravý a bydlí stále v našem domě. S ním je tam i manžel kamarádky, která je se mnou v Brně. Aspoň takto jsme spolu zůstali spojeni,“ říká Anastasiia a zvedá telefon od manžela, který jí zrovna volá. Omlouvá se mu, že zavolá později.

„Dřív jsme se báli, nevěděli jsme, jestli to nebude naposledy, co spolu po tele-

fonu mluvíme. Pořád máme strach, ale člověk už se snaží si to nepřipouštět,“ vysvětluje.

Anastasiia se v Brně nakonec uchytila ve firmě GoldBee, která vyrábí ručně šité sportovní oblečení. Původně se hlásila do pozice švadleny, když však ve firmě viděli, co dokáže, najali ji rovnou do pozice vedoucí sekce výroby. Anastasiia má totiž s navrhováním sportovního oblečení a jeho šitím bohaté zkušenosti. „Na Ukrajině jsem založila svou vlastní značku sportovního oblečení CosCloz, zrovna minulý rok jsme začali vyvážet do Evropy. Je to oblečení především pro pole dance, ale navrhovala jsem i jiné sportovní oblečení, plavky a také třeba boty,“ vyjmenovává původně vystudovaná architektka s tím, že navrhování oblečení je architektuře a designu velmi blízké.

Anastasiia dostala u značky GoldBee prostor vytvořit svou vlastní kolekci, která se zrodila v rekordním čase.

„Když jsme utíkali, vzali jsme si jen zimní věci, nenapadlo mě, že válka bude nakonec tak krutá a bude trvat tak dlouho.“

„Vznikla během čtyř dnů. Potřebovala jsem něčím zaměstnat svou hlavu a nemyslet tolik na válku. Kolekci jsem navrhla a ušila sama skoro celou, občas jsem se na něco zeptala švadlenek, když jsem se potřebovala zorientovat v prostředí, ale šila jsem sama, protože jsem věděla, jak přesně chci, aby kolekce vypadala,“ odhaluje Anastasiia.

Jsme zvyklí pracovat rychle

„První den jsem přišla do firmy na zkušební den a dostala jsem volnou ruku. Navrhla jsem a ušila dva sportovní topy za tři hodiny a pak jim je donesla ukázat. Byli hodně překvapení, jak rychle jsem to zvládla. Já jsem ale zvyklá takto rychle pracovat, u nás to tak má většina lidí. Na Ukrajině musíte být v práci rychlí,“ podotýká. „Mnoho Ukrajinců se opravdu snaží najít si práci. Jsou zvyklí pracovat a nechtějí jen dostávat dávky,“ dodává.

Kdy se budou moct Anastasiia s Roxy vrátit zpátky domů, ukáže jen čas. „Může to trvat měsíce anebo roky. To nikdo nevíme. Snažíme se proto naučit česky a přizpůsobit se prostředí. Zatím mám práci u GoldBee a poté, co vyprší smlouva, se uvidí. Možná zase začnu pracovat jako architektka, v Brně už jsem pár nabídek dostala, tak třeba opět opráším své schopnosti,“ uvažuje.



Do Brna Anastasiia přijela s dcerou Roxy. Na snímku jsou zachycené jejich poslední klidné Vánoce doma. FOTO | ARCHIV A. SKOROMETS



Zrecyklovat jde židle i výstavu

Příklady českých značek, které myslí na planetu, je spousta. Nepoužívají jednorázové obaly, recyklují, ze starých věcí dělají nové. Náš výčet ale nezačneme firmou, ale institucí.

Udržitelná expozice

Záleží na mně, jaká bude Země – to je motto výstavy, která se právě koná v Národním muzeu. Návštěvníkům prakticky ukazuje, jak mohou sami přispět k ochraně životního prostředí, a unikátní je v tom, že podporuje udržitelnost i svým provedením. Je totiž postavena z velké části z recyklovaného materiálu předchozí výstavy Sluneční králové a tento proces je na výstavě také do detailu představen. Materiál i koncept může po úpravě posloužit i další výstavě.

Nábytek

„Když má dřevěný stůl rozviklané nohy nebo je deska stolu politá, tak to ještě ne-

znamená, že je k vyhození, dá se zbrousit a opravit. Starší věci jsou často velmi dobře řemeslně vyrobené. Dřevo je kouzlo,“ říká Zuzana Kuberová, zakladatelka projektu Z pokoje do pokoje. Pražské re-use centrum mění nechtěné židle, stoly nebo skříně v poklady, které si kupují zájemci o retro kousky. Nápad zachraňovat vyhozený nábytek si zakladatelka projektu přivezla ze studií ve Skandinávii.

Podobně smýšlí i ateliér Woodcock. Česká značka se zaměřuje na ruční výrobu nábytku, na který využívá nejen již použité dřevo, ale i další součásti. Jídelní stoly, židle, komody, psací stoly a další kusy tak mají originální design a ekologický rozměr.

Udržitelnou cestou se snaží jít také nábytkářská firma TON. Název značky je zkratka slov Továrny na Ohýbaný Náby-

tek. V Bystřici pod Hostýnem vyrábí stoly a židle už od roku 1861. Není to tak dávno, kdy dílna vytvořila i originální věšák (na snímku).

Po třech měsících od uvedení na trh tato novinka získala jedno z nejprestižnějších ocenění v oblasti designu – Red Dot. Věšák ve tvaru hvězdy vzniká z těch částí bukového a dubového dřeva, které již nelze využít při výrobě židlí.

Oblečení

Ještě více je módních značek, které se snaží být šetrné k planetě. Značka Young Primitive vznikla už v roce 1999. V její nabídce najdete například legíny z recyklu. Funkční, elastický úplet je vyroben znovuzpracováním plastového odpadu, PET lahví či starých rybářských sítí. Po-

Pomalá móda

- Slow fashion neboli pomalá móda je reakcí na nadbytečný konzum módních řetězců. Prosazuje nákup kvalitnějších oděvů, které déle vydrží, a oceňuje spravedlivé zacházení s lidmi, zvířaty a planetou.
- Fenomén je protikladem modelu rychlé módy, který se objevil zhruba před 20 lety, kdy se oblečení zlevnilo a cykly trendů se zrychlily.
- Módní průmysl je dokonce třetím největším spotřebitelem vody na světě.
- Pomalá móda se vyhýbá masovému vyrábění a preferuje dílny lokálních návrhářů, kteří kladou důraz na kvalitu a dostupnost informací o výrobě zboží.

dobnou filozofii razí brněnská značka Můj kousek, která navrhuje, stříhá, šije a tiskne v Česku. Při výrobě používá pouze ekologické, certifikované přírodní či recyklované materiály. A od každého střihu vzniká doslova jen pár kousků.

MAREK HYŘ, DENÍK METRO

INZERCE

V PENNY se staráme o včely.

Společně se staráme o budoucnost.



Význam včel

Jako opylovači jsou včely nenahraditelné, protože opylují převážnou většinu rostlin a stromů. Bez nich by zmizelo až 40 000 druhů rostlin, mezi nimi například kakao, káva, vanilka, řada druhů ovoce, zeleniny, oleje, ořechy, koření, a další. Celkem bychom přišli až o 60 % dnes nabízených potravin.



PENNY pro včely

U centrály a logistických center PENNY máme celkem 58 včelích úlů. V současné době se tak staráme a poskytujeme domov více než 2 miliónům včel. Na 1 kilogram medu musí včely navštívit přibližně 3 až 4 milióny květů, a díky tomu v okolí 3 až 5 kilometrů našich skladů opylují miliardy květů.



Jedna včela = jedna lžička medu

Základem medu je nektar nebo medovice. Včela za den vyletí z úlu 5krát a během svého života takových dní prožije až třicet. Letá rychlostí až 30 km/h. Na 1 kg medu musí včely nalétat přibližně 280 000 kilometrů. Za svůj život tak včela vyprodukuje přibližně 4,5 g medu, tedy necelou jednu kávovou lžičku.

Pomáháme hezky česky

PENNY.

POTŘEBUJETE SI PŮJČIT?

- Porovnáme vám nabídky a pomůžeme vybrat tu nejvýhodnější.
- RPSN již od 6,06 %.



Víte, že můžete své půjčky sloučit do jedné a ušetřit na splátkách?

Prodejce automobilů - Ústí nad Labem, první řadě pozitivní a samostatný přístup plus smysl pro obchod, chuť a schopnost pracovat ve venkovním prostředí mezi auty, časovou flexibilitu a řidičský průkaz skupiny B, přirozenou schopnost učit se a chápat nové věci. E-mail: hana.trlicova@aaaauto.cz
Více na www.jobdnes.cz/detail/FJB07A

AURES HOLDINGS

AURES Holdings a.s.

Zdravotnictví, sociální služby, farmacie

Lékař na radiodiagnostické ODD - náborový příspěvek
Lékař na anesteziologicko/resus ODD - náborový příspěvek
Farmaceutický asistent - bez víkendů (27-33... 27 000 - 33 000 Kč / měsíc
Lékař - internista (80-130.000 Kč) 80 000 - 130 000 Kč / měsíc
Více na www.jobdnes.cz

Reality

Reklamační technik (rezidenční developerské... 25 000 - 50 000 Kč / měsíc
Projektový manažer - západní a jižní Čechy 35 000 - 69 999 Kč / měsíc
Stavbyvedoucí - dopravní značení a stavby 30 000 - 40 000 Kč / měsíc
Projektant - Praha 65 000 - 70 000 Kč / měsíc
Více na www.jobdnes.cz

Bezpečnost, ostraha

Podpora oddělení projekce stabilních hasičích... 30 000 - 45 000 Kč / měsíc
Juniorní dohled NAD BOZP - plat+benefity 45 000 - 50 000 Kč / měsíc
Samostatný odborník na PO (50-60000 Kč) 50 000 - 60 000 Kč / měsíc
Technik BOZP a PO 50 000 - 65 000 Kč / měsíc
Více na www.jobdnes.cz

jobDNES.cz
Vaše cesta do práce

NOVÁKOVÁ

PRACHAŘ

ČVANČAROVÁ

ČERMÁK

PAVELKA

POLIŠENSKÁ

REŽIE VOJTĚCH MORAVEC

HÁDKOVI

KDYŽ SE HÁDAT, TAK JEDINĚ V RODINĚ

V KINECH OD 14. ČERVENCE 2022

HIT – BEZPLATNÉ MINIATURNÍ NASLOUCHÁTKO

ZLEPŠUJE SLUCH ZA 24 H?

Seznamte se s názory lidí, kterým se neuvěřitelně rychle zlepšil sluch.



To oni zachránili před úbytkem sluchu tisíce lidí.

Seznamte se se skutečnými názory lidí, kteří si objednali BEZPLATNÝ přístroj a kterým se neuvěřitelně rychle zlepšil sluch

Toužíte znovu všechno slyšet jasně a nahlas jako dřív? Skončit s veškerým tím dotazováním, žádostmi o zopakování a stále hlasitějším nastavením televize? Neskutečně účinné a diskrétní naslouchátka, které vytvořili uznávaní odborníci, nabízí řešení všech problémů se sluchem už po několika použitích – vyzkoušejte ho, než všechny korporace, které vyrábějí naslouchátka, udělají, co mohou, aby ututlali všechny informace o této průlomové technologii!

„Je to zázrak techniky, vynález, který může brzy vytlačit z trhu dosavadní naslouchátka a usnadnit milionům lidí na světě znovu získat kvalitní sluch,“ tak o inovativním přístroji hovoří odborníci a zdůrazňují, že tento miniaturní, extraúčinný regenerátor sluchu napomáhá odstranění ušních šumů, posiluje okolní zvuky a podporuje zlepšení nedoslýchavosti. Bez ohledu na věk, druh vady sluchu, míru poškození sluchového nervu, a dokonce i bez ohledu na důvod zhoršení sluchu, má každý (ty také!) novou šanci jasně slyšet okolní svět a kompenzovat i pokročilé poruchy sluchu.

Je vůbec možné zlepšit sluch až o 97 % za 24 h?

Ačkoliv se o inovativní metodě, která zlepšuje sluch, mluví stále víc, její autoři ušli dlouhou cestu, aby svou technologii zdokonalili. Dnes mnoho nezávislých odborníků přiznává, že revoluční vynález dokáže zlepšit schopnost vnímání čistých zvuků dokonce i u lidí s pokročilou nedoslýchavostí, zlepšit kvalitu příjmu okolních zvuků, snížit sluchovou přecitlivělost a nabídnout šanci na

jasný, kvalitní sluch v mnoha případech mnohem rychleji a účinněji než při používání obecně dostupných naslouchátek.

Průkopnické naslouchátko mizí z českých skladů v REKORDNÍM TEMPU



Jeho ohromující fungování potvrzují už tisíce lidí. Proč se do inovativního přístroje zamilovali?

➤ Miniaturní rozměry, díky nimž je naslouchátko zcela diskrétní a pro okolí neviditelné

➤ Okamžité působení – už od 1. nasazení se kvalita sluchu zvýší v průměru o polovinu a hlasitost zvuků se zvýší až o 79 %

➤ Podpora regenerace sluchového nervu – pomoc s posílením sluchu na buněčné úrovni dává šanci obnovit schopnost vnímání zvuků i silně nedoslýchavým lidem!

Důvěřujte geniům a uslyšíte svět naplno

Fenomenální efekty nové technologie jsou obvykle jen otázkou času. U některých lidí se kvalita sluchu zlepšuje už po 1. použití přístroje, jiní zaznamenají zlepšení sluchu a větší rozsah zvuků po 5–7 dnech. Hodně záleží na míře poškození sluchového nervu, ale skutečnost, že inovativní technologie je schopná bojovat i s postupujícím zhoršováním se sluchu znamená, že jsme pravděpodobně svědky velkého objevu, který může usnadnit život všem lidem, kteří se potýkají s nedoslýchavostí.

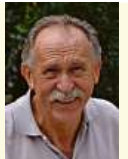
Měla jsem nepříjemnou vadu sluchu, teď slyším všechno!



Pomoc odborníka a tento vynález mě zachránil před nedoslýchavostí. Zapomněla jsem na svou vadu už po několika dnech. Je to úžasné, už po prvním nasazení jsem začala lépe slyšet hlasy za oknem a mohla jsem ztlumit neustále dunící televizi. Dnes mluvím s ostatními lidmi a dobře jim rozumím, dokonce i přes telefon. Z celé ho srdce doporučuji.

Adela, 64 let, Plzeň

Uslyšel jsem vnukova první slova!



Když přišel na svět můj první vnuk, usoudil jsem, že musím se svou nedoslýchavostí něco udělat. Vydal jsem se k odborníkovi a brzy poté jsem uviděl v televizní reklamě tento přístroj. Hned jsem si ho objednal a dobře jsem udělal! Stačily 3 dny, aby se mi zlepšil sluch a skončilo nesnesitelné pískání v uších. A slyšel jsem vnukova první slova! Úžasné.

Josef, 58 let, Strakonice

vyrobený kvalifikovanými odborníky může tlumit nežádoucí zvuky, pomoci rozlišit řeč v hluku a dokonce poznat, z jakého přichází směru. Připravte se, že už po 1. nasazení zařízení můžete slyšet i 4x silněji, hlasitěji a jasněji. Ušní šumy se mohou ztlumit, čímž se zvýší šance, že nedoslýchavost zmizí a váš sluch bude úplně a čistý.

OČEKÁVEJTE ÚŽASNÉ VÝSLEDKY:

- ✓ Zlepšení slyšitelnosti zvuků z okolí
- ✓ Výrazně uslyšíte řeč, zlepší se sluchový komfort dokonce i v hluku/davu
- ✓ Posílení, zostření sluchu, jasně uslyšíte šepot

Šumění v uších? Nedoslýchavost?

Na všechny problémy jedno řešení

Představte si, že si už zítra při ranní kávě snadno popovídáte se svými blízkými, uslyšíte auta a tramvaje za okny, šumění větru nebo déšť bubnující na parapet. Podíváte se na oblíbený televizní program bez nastavení hlasitosti na maximum, bez problémů si poslechnete rádio a popovídáte si po telefonu bez domýšlení, co člověk na druhém konci řekl, a bez neustálých žádostí o zopakování. Inteligentní přístroj

Spolehlivý sluch jako kdysi

Vy také můžete využít inovativní vynález, abyste si zlepšili selhávající sluch bez ohledu na věk a míru poškození. Už dnes se přidejte ke šťastlivcům, kteří bez potíží vedou rozhovory se svými blízkými, snadno se domlouvají s prodavačkou v obchodě, slyší ranní zpěv ptáků a volně komunikují se svým okolím. Zavolejte na uvedené číslo, abyste co nejdřív dostali svoje naslouchátko.

ZDARMA PRODUKT

Léto se blíží. Věnuj péči svému zdraví a užívej si života

Prvních 100 osob, které zavolají do 09.08.2022 obdrží od výrobce 100% REFUNDACI PRODUKTU.

Zavolejte: 225 379 391

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

Čtete nové Téma: Jak zhubnout s rozumem

Již více než třicet let se věnuje problematice obezity. Psycholožka PhDr. Iva Málková v roce 1990 založila společnost STOB (STOp OBEzitě), sdružující desítky psychologů, lékařů, nutričních terapeutů, cvičitelů a dalších odborníků s cílem pomáhat všem, kteří chtějí hubnout s rozumem.

Jak zjistit, která váha je pro nás ta správná, a jak se na ni dostat? A jak zhubnout trvale?

„Diety jsou nanic, kvůli nim se prohubnete celý životem a budete převážně nešťastní. My nepracujeme jen s chováním, tedy co jíte, ale také s myšlenkami a emocemi, tedy proč jíte a jak jíte. Naše cesta ke změně je pozvolná a lidí baví. Proto většina z nich skutečně trvale změní svůj životní styl,“ tvrdí.

A zhubnout jednou provždy? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.



Napíchaný botox kvůli vráskám

ČR | Michaela Kuklová (54 let) prozradila, že si kvůli vráskám na čele nechává píchat botoxové injekce, aby nevypadala utrápeně.

Herečka se svěřila také s tím, jak to má po loňském rozchodu s o dvanáct let mladším partnerem Josefem Wittnerem momentálně s muži a seznamováním.

„Když člověk žije radostně a nic ho netrápí, je to vidět na očích. Samozřejmě mám také geny po mamince. Nic zvláštního pro svůj vzhled nedělám, jen přiznávám, že si nechávám píchat čelo, protože mám dvojvrásku, která působí dramaticky a ustaraně, a tu jsem nechtěla mít,“ vysvětluje stále mladistvě vypadající Michaela Kuklová v rozhovoru pro pořad Showtime.

Přiznává, že čím je starší, tím více cítí, že jsou k ní lidé uctivější. „Není to už ‚hej počkej‘, jako to bylo v mládí. Ten rozdíl samozřejmě vidím a vnímám. Muži mají hodně potřebu mě ochraňovat. Pak je ve vztazích dost překvapím tím, že se umím ozvat, když se mi něco nelíbí,“ směje se herečka.

„Stejně křehce mě vnímají i lidé obecně. Mají pocit, že jsem pořád jen jemná a hodná. Ale já jsem opravdu schopná se ozvat. Je ale pravda, že jsem k tomu



Michaela Kuklová. Vlevo nahoře v pohádce jako princezna Jasněnka. Vpravo současný snímek. FOTO | ARCHIV

MAFRA, ROBERT TICHÝ



dozrávala dost dlouho,“ popisuje.

Rozchod s posledním partnerem ohlásila Kuklová před rokem. Momentálně je spokojená single. „Jsem sama a teď na tom nemíním vůbec nic měnit. Mám hodně práce a vychutnávám si svobodu. Jsem spokojená,“ říká s tím, že na Tinderu nebo jiné seznamce ji muži nenajdou. „Muži to ani nepotřebují. Oni si totiž se seznamkou pletou mé sociální síť a můj profil na Facebooku. Většinou všem na nabídku ke schůzce odpovím to samé. Že se nescházím, že děkuji a vážím si toho. Dříve nebo později mě jistě

někdo uloví. Ta žena ve mně se vždycky jednou za čas ozve a já si řeknu: Tak jo, na nějakou tu schůzku zajdu. Ale momentálně to v plánu určitě nemám,“ dodává.

Herečka a modelka Michaela Kuklová se proslavila rolemi princezen, například v pohádce O princezně Jasněnce a létajícím ševci.

Jejím manželem byl herec Jiří Pomeje. S podnikatelem Romanem Holomkem má syna Romana (13). (sub)

INZERCE

mediální skupina **mafra**



Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:
kolegu / kolegyni na pozici

Sales Manager České Budějovice

Vášim hlavním úkolem bude:

komunikace se stávajícími klienty
aktivní vyhledávání nových obchodních příležitostí
a rozšiřování stávajícího portfolio, současně poskytování
mediálního poradenství.

Místo výkonu práce: Boženy Němcové, České Budějovice.

Očekáváme: máte obchodní talent a zkušenosti v oboru
spolehlivost, tvůrčí myšlení a flexibilita
jste týmový hráč
cítíte touhu se nadále vzdělávat a stát se tím nejlepším z nás
PC berete jako nedílnou součást Vašeho života

Nabízíme: samostatnou a různorodou práci na
zaměstnanecký poměr, moderní pracovní prostředí
s výbornou dopravní dostupností, přátelský kolektiv,
fixní základní mzdu + pohyblivou složkou + provize
vč. kvartálních a ročních bonusů, propracovaný adaptační
proces, možnost kariérního růstu, příležitost se podílet
na klíčových kampaních v regionu, 5 týdnů dovolené,
stravovací příspěvek, mobilní telefon, notebook a další.

Kontaktní osoba: Romana Lišková
+420 773 793 065
Romana.Liskova@mafra.cz

Pokud Vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis
s průvodním dopisem na uvedenou emailovou adresu.

MAFRA, a. s., personální útvar, Karla Engliše 519/11, 150 00 Praha 5 - Smíchov.
Název pozice, o kterou se ucházíte, uveďte prosím do předmětu e-mailu
Barbora.Vavrinova@mafra.cz.

DNES
LIDOVÉ NOVINY
iDNES.cz
metro
LIDOVKY.cz
ÓČKO
mafraprint.
5 PLUS 2

Pohřební služba Otýlie s.r.o. Biskupská 6, České Budějovice

**zajišťuje veškeré
pohřební a kremační
služby.**

Kancelář: Biskupská 6
Po-Pá: 7.00–15.30
So-Ne: 9.00–13.00

Bezplatná nonstop linka:
800 111 002

Stálá služba:
602 443 478, 602 443 475

5 PLUS 2

**Objednejte si
týdeník 5plus2**



www.5plus2.cz/schrankovne

AUTOVRAKOV

Ekologická likvidace autovraků
Zdarma včetně odvozu a odhlášení

www.autovrakov.cz

777 816 749



Odborníci souhlasí: inovativní regenerátor kloubů dokonce v 98 % případů pomáhá obnovit ztrátu chrupavky a kloubního maziva

JAK SE ZA 16 DNÍ ZBAVIT PÍCHÁNÍ V KOLENOU, KYČLÍCH A RAMENOU?

Objevte přípravek, který pomáhá doplnit až 96 % chybějícího kloubního maziva. Zjistěte, jak můžete získat BEZPLATNÝ PŘÍPRAVEK!

Skupina vědců prokázala, že potíže s klouby lze odstranit v pohodlí domova. Než to vzdáte a smíříte se s opakovanými bolestmi a potížemi s pohybem, přečtěte si aktuální zprávy ze světa odborníků. Tato zpráva může změnit váš život!



Možný účinek po 16 dnech léčby.

Odborníci souhlasí: inovativní regenerátor kloubů dokonce v 98 % případů pomáhá obnovit ztrátu chrupavky a kloubního maziva



Postarali se o své klouby včas!



Miroslav, 38 let, Blansko

Není mi ani 40 let a již jsem trpěl bolestmi zad a kolen. Myslel jsem si, že pokud to bude pokračovat, za 10 let budu chodit s chodítkem. Naštěstí mi to již nehrozí! Od té doby, co používám léčebný přípravek z Toronta, mě přestalo píchat v kloubech a praskat mi v nich a co je nejdůležitější - nic mě nebolí. Zárak!



Kateřina, 69 let Praha

Kvůli bolavým kloubům jsem nemohla háčkovat ani plést. Pak jsem začala mít problém připravit jednoduchá jídla. Rozhodla jsem se, že nedovolím, aby mi bolest kloubů vzala mé koníčky. Objednala jsem ten přípravek z USA a již po 1. dávce jsem pocítila úlevu. Po 3 dnech mi přestaly tuhnout prsty a s každým dalším dnem se mi vrátila zručnost mladého člověka.



Hynek, 60 let Brno

Loupalo mě v kyčlích, praskalo mi v loktech a kolena jsem měl oteklá tak, jako by mě pokousal roj rozzuřených vos. Dnes již po předchozích potížích není ani památka! Regenerátor kloubů z Washingtonu působí rychlostí blesku!

Píchá vás v zápěstí? Loupe vás v kolenou? Praská vám v kyčlích? Nebo bolest kloubů prochází celým vaším tělem? Pak patříte do skupiny 3 milionů Čechů, kteří trpí artralgií neboli bolestmi kloubů různého původu. Na věku již nezáleží! Podle odborníků zánět kloubů postihuje čím dál větší skupinu lidí středního věku a dokonce i velmi mladých lidí. Nyní má však každý možnost získat kondici — i vy! Do 3 týdnů se můžete bezbolestně sehnout, bez potíží odšroubovat sklenice s kompoty, krájet zeleninu do polévky, vesele háčkovat a kutit. Tým špičkových odborníků z Washingtonu vytvořil průkopnický přípravek, který snižuje biologický věk kloubů až o 19 let.

Za 16 dní si poradí se zánětlivou i nezápětlivou bolestí kloubů

Víte, že odborníci rozlišují dva hlavní důvody kloubních problémů, zánětlivé a nezápětlivé? První z nich je spojen s otoky, zarudnutím a teplotou. A druhý nezpůsobuje žádné otoky. Avšak každá porucha kloubů znamená bodavou bolest, která ztěžuje i ty nejjednodušší činnosti. Naštěstí existuje širokospektrální protilék: testy prokázaly, že inovativní přípravek z Washingtonu pomáhá bojovat s každou podobou artralgie. Bez ohledu na to, zda je bodavá bolest v kolenu důsledkem nedávného zranění nebo degenerace kloubů způsobené věkem a přirozeným opotřebením chrupavek, nyní máte možnost

INOVATIVNÍ REGENERÁTOR KLOUBŮ Z USA JE VAŠE ŠANCE, JAK:

- 3 násobně zrychlit regeneraci kloubní chrupavky
- Zmírnit bolest kolen, kyčlí a páteře
- Se zbavit otoků zápěstí, kolen, chodidel a dlaní
- Obnovit až 98 % struktury kloubů, šlach, chrupavek, úponů a vazů
- Začněte se opět volně pohybovat!

dokonce za 16 dní překonat bolestlivé praskání v kostech.

První pomoc při bolestech kloubů - bez ohledu na to, zda bolí celé tělo, nebo jen koleno

Jedny z nejčastějších potíží společnosti 21. století jsou bodavá bolest v kříži, praskání v ramenou, píchání v zátylku a loupání v kolenou. Dnes si kromě seniorů stále více mladých žen a mužů stěžují na chronickou bolest kostí a kloubů. Naštěstí se tyto negativní zprávy mohou brzy změnit k lepšímu. Skutečnost, že revoluční lék z Washingtonu zmírňuje bolest kloubů po 1. dávce, přináší novou naději na zotavení

Zastavuje artralgiu již po 1. použití

„Intenzivní výzkumné práce trvaly posledních 6 let – a tak vznikl přípravek, který regeneruje poškozené klouby jako žádný jiný. A bolest? Výsledky testů ukázaly, že u 94% uživatelů, kteří bojují s artralgií, mizí bolest téměř okamžitě – funguje již 1 dávka! U mladých i dospělých lidí jsme pozorovali bleskovou obnovu kloubů a expresní zotavení“

odborník v oboru ortopedie

milionům lidí, kteří se potýkají s artralgií. Tento přípravek neuvěřitelně účinně odstraňuje bolest konkrétního kloubu (např. kolene) i bolesti mnoha kloubů příznačné pro taková onemocnění jako je artritida. Sáhněte po něm, když vás bolí přetížená páteř i v okamžiku, kdy potíže „ochromí“ celé vaše tělo.

Toto potřebují vaše klouby - nový život bez bolesti a otoků!

Kontaktujte poradce ještě dnes a zjistíte, zda máte nárok na bezplatný regenerátor kloubů.

ZDARMA PRODUKT

Postarejte o svoje zdraví a zdraví svých blízkých už teď!

Prvních 100 lidí, kteří zavolají do **25. července 2022**, obdrží **100% DOTACI OD VÝROBCE!**

Zavolejte! 296 849 770

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod.
(Běžný místní hovor bez příplatků)

Francouzský spisovatel Victor Hugo: Hudba vyjadřuje to, co nelze říci a nebo o čem...

POMŮCKA: EEA, LARIN LHASA APSO	DĚTSKÁ HRAČKA	PŮVODNÍ OBYVATEL PYRENEJ. POLOOSTR.	HROMADNÉ ZDĚŠENÍ		HEBKOST	SOUHLAS	KALIBR		SEVERO- AMERICKÁ STEP	OZNAČENÍ MOUKY	CITOSLOVCE PLAŠENÍ	MOSTEK	SLEZSKÁ ŘEKA	BALÍK KARET
JEDNOTKA INTENZIVNÍ PÉČE ZKR.				PŘÍPRAVEK NA NÁDOBÍ				VÍKO						
				CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO										
OPATŘENÁ OBALEM								ŠACHOVÝ TAH						
								POBÍDKA						
1. DÍL TAJENKY										CITOSLOVCE CVRKÁNÍ				
										GERMÁN				
SOUHVĚZDÍ						EVROPSKÉ PENÍZE					NEČISTOTA V KAPALINĚ			
						SEVERSKÝ OBR					SVATEBNÍ KVĚTINA			
	ÚPAL	ČÁST SVÍČKY					MALÁ ŽÍLA						ČASTÝ NÁZEV MĚNY	POKYN PRO ZASTAVENÍ
		ČÁST HLAVY					PIGMEN- TOVÁ SKVRNA							
KANTORKA HOVOR.				ŽACÍ NÁSTROJ				INIC. KOSM. ALDRINA				DODATEK V DOPISE		
				NOČNÍ VIDINY				LEDOVCOVÝ KOTEL				NÁZEV POJIŠŤOVNY		
SPOJKA PODŘADICÍ			VYZNAVAČ STOICIZMU						2. DÍL TAJENKY					
			OBYVATEL EVROPY						CHEM. ZN. KŘEMIKU					
PATŘÍČÍ ELE					PLEMENO PSA									
KOPCE					OPERNÍ ZPĚVÁK SERGEJ ???						HUDEBNÍ ŽÁNŘ			

Tajenka: ... je nemožné mlieť.

INZERCE



... Váš český operátor ...

**VOLEJTE
ZDARMA**

NABÍDKA
ČERVEN-ČERVENEC 2022

KUPTÉ 3 ks JAKÝCHKOLIV PRODUKTŮ
Z TÉTO NABÍDKY A ZÍSKÁTE
10 VOLNÝCH MINUT DO VŠECH SÍTÍ

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

-  **1. NÁKUP produktů V AKCI**
-  **2. 10 min.** do všech sítí **ZDARMA**
-  **3. PRODLOUŽENÍ** platnosti kreditu o **7 DNÍ**



KOFOLA
Originál
2 l



JUPÍ sirup
lesní směs
0,7 l



JUPÍ sirup
Aloe Vera
0,7 l



BIRELL
bezový květ
0,5 l



BIRELL
citrón & máta
0,5 l



KLÁŠTORNÁ KALCIA
perlivá
1,5 l



KLÁŠTORNÁ KALCIA
jemně perlivá
1,5 l



BIRELL
pomelo & grep
0,5 l



BIRELL
hrozno
0,5 l



BIRELL
červený pomeranč
0,5 l



BIRELL
polotmavý citrón
0,5 l



BIRELL
polotmavý
0,5 l



BIRELL
světlý 0,5 l



PILSNER URQUEL
světlý ležák
0,5 l



RADEGEAST
Ryze hořká 12
0,5 l



RADEGEAST
Rázná 10
světlé výčepní
0,5 l



VP KOZEL 11
medium
0,5 l



SEMTEX
Originál
0,5 l



SEMTEX
High
0,5 l



Předplacená karta COOP Mobil se 100 Kč kreditem ZDARMA k hodinkám WowME

COOP Mobil
VÁŠ ČESKÝ OPERÁTOR
100 Kč
PŘEDPLACENÁ KARTA s tarifem START SMART

Platí pro zákazníky COOP Mobil.

Pro registraci nákupu a získání volných minut použijte věrnostní kartu COOP Mobil nebo pošlete **SMS na číslo 8844** ve tvaru: **COOP mezera DATUM NÁKUPU mezera ČÍSLO PRODEJNY** (Např.: COOP 01062022 12345)

Účtenku s nákupem uschovejte pro kontrolu. Každý účastník může získat max. 1 odměnu denně. Akce platí od 1. 6. 2022 do 31. 7. 2022 ve vybraných prodejních sítích COOP. Dostupnost zobrazeného zboží z nabídky se může na jednotlivých prodejních COOP odlišovat.

* Více informací a úplná pravidla na www.coopmobil.cz

PŘENOS ČÍSLA ZDARMA

POŘÁDEK SI COOP MOBIL A NAKUPUJTE LEVNĚJI

coop Mobil

facebook

Americký kytarista Jimi Hendrix: Když moc lásky překoná lásku k moci, ...

POMŮCKA: DAKAR, NOAH	INICIÁLY RUSKÉHO LÉKAŘE PAVLOVA	SROVNÁNÍ	PRASNICE		OLGA DOMÁCKY	INICIÁLY HERCE NAROŽ- NÉHO	PLATNOST		ŽALOSTNÁ	ZNAMENÍ ZVĚRO- KRUHU	INICIÁLY HERCE VÍZNERA	SENE- GALSKÝ PŘÍSTAV	ASIJSKÝ SOKOLÍK	VÁHA OBLAU
BÝVALÁ VELKÁ STAVEBNÍ FIRMA				OBCH. PRŮ- MYS. ZBOŽÍM OČIŠTĚNÁ VODOU				UPÍCHAT						
PODDAJNÁ								MINULÁ OPATROV- NICE DĚTÍ						
BEZVA						POCHODOVÝ POVEL BÝV. TENIS. YANNICK ???					LEDVOCOVÝ KOTEL CÍLIT			
	OSOBNÍ ZÁJMENO POZDRAV ZASTAR.				HYDROXID SODNÝ NEČAS HOVOR.					ČÁST ATLASU DOMÁCÍ HLODAVEC				
TAJENKA													KREVNÍ TRUBICE MN. Č.	MLADÝ VÝHONEK
STARÉ ČESKÉ ZÁJMENO			POLOHA V JÓZE DEHET						KŮŇ KNIŽNĚ CITOSLOVCE ODPORU			CENNÝ PAPÍR ZKR. RIVAL		
NADÁVAT				CITOSLOVCE OHRAZENÍ CHEM. ZN. CÍNU				HOLIČ ZASTAR. OBCHODNÍ AKADEMIE						
NÁSILÍM ODVÉZT						SUMAČNÍ								
MÍSTO NA TŘÉNÍ LNU						ZÁHADY					TMEL			

Tajenka: ... svět pozná mír.

INZERCE

Voláme všechny, které by v životě nenapadlo,
že můžou řídit autobusy nebo trolejbusy. No vidíte, a právě Vás hledáme!





Vaše město
Vás potřebuje!

NÁBOROVÝ PŘÍSPĚVEK
100 000 Kč
pro nové uchazeče s řidičským oprávněním sk. D a profesní způsobilostí

ridicimhd.cz

Sto let stojí u cesty od mlýna

Slavné sousoší **Babička s vnoučaty** v zámeckém parku v Ratibořicích, dílo Otto Gutfreunda, oslavilo výročí.

■ PETR MAREČEK

ČR | Ratibořické sousoší Babička s vnoučaty, jedno z nejznámějších u nás, bylo odhaleno 9. července 1922 v 15 hodin.

Století tak každého vítá u cesty od mlýna podle náhonu ke Starému bělidlu výjev babičky, jež se s vnoučaty vrací z návštěvy ve mlýně. Jan, Vilím, Adélka a Barunka vzhlížejí k nebi a hledají podle babiččina vyprávění svou hvězdičku, nechybí ani Sultán a Tyrl. Jde o nejvíce fotografovanou sochu u nás, konkurenci má pouze ve svatém Václavu před Národním muzeem.

Všechno začalo o dva roky dříve, v roce 1920, kdy si Československo připomínalo 100. výročí narození spisovatelky Boženy Němcové. „Zadavatelem soutěže na vznik pomníku Boženy Něm-



Již celé století u cesty ke Starému bělidlu každého vítá výjev babičky, jež se s vnoučaty vrací z návštěvy ve mlýně.

FOTO | JOSEF VOSTÁREK

cové, určeného do Babiččina údolí, byl Klub československých turistů, zejména jeho odbor v České Skalici,“ říká kastelán zámku v Ratibořicích Ivan Češka.

Vzešel tedy nápad oslavit to pomníkem spisovatelčina nejslavnějšího díla Babička přímo tam, kde se odehrává. Tehdejší majitel náchodského panství německý kníže Friedrich zu Schaum-

burg-Lippe (1868-1945), jenž už dříve zvažoval podobnou sochu v nedaleké Bažantnici, se nabídl, že pomník nechá vybudovat na vlastní náklady. To však ztroskotalo u vlastenců, neboť chtěl, aby tam byl dvojjazyčný, tedy česko-německý nápis. Kníže alespoň věnoval zdarma potřebný pozemek.

Sláva byla už u položení základního

kamene 25. července 1920, jemuž přihlížela persona tehdy nad jiné ctěná, sám Alois Jirásek (1851-1930). Vybral se projekt architekta Pavla Janáka (1882-1956). Ač se očekávalo, že se zhotovení ujme renomovaný Quido Kocian (1874-1928), nakonec to padlo na sochaře Otto Gutfreunda (1889-1927), jemuž bylo jedenatřicet let. Vytvořil pomník, který je už sto let symbolem Babiččina údolí, spolu s ním je od roku 1978 národní kulturní památkou.

Odhalení pomníku se konalo 9. července 1922 za účasti mnoha osobností, akce se proměnila v celonárodní „pout“ do Babiččina údolí, slávě přihlíželo na dvacet tisíc lidí. Nechyběl ani předseda Klubu čs. turistů, zakládající člen Mezinárodního olympijského výboru a klasik společenského katechismu Jiří Stanislav Guth-Jarkovský (1861-1943).

Otto Gutfreund pět let po dokončení Babičky tragicky zahynul. Při koupání ve Vltavě u pražského Střeleckého ostrova se v červnu 1927 utopil.

Správa státního zámku Ratibořice společně s Muzeem Boženy Němcové vydala výroční turistickou vizitku, pamětní list a turistické razítko.

INZERCE

PŘIDEJTE SE K NÁM V ZÁKULISÍ

DOBROU MZDOU TO TEPRVE ZAČÍNÁ

VÍTÁME I ČESKY HOVOŘÍCÍ
ZÁJEMCE O PRÁCI

Začněte pracovat během několika dnů



Vydělávejte
až 12,60 € /h hrubého
(311,79 Kč/h hrubého*)

jako pracovník skladu
v Hof/Gattendorfu
se smlouvou na dobu neurčitou.

amazon

Přihlaste se nyní na
amazon.de/hof

*Vypočteno dle aktuálního
kurzu € / Kč ČNB ze dne 20. 6. 2022.

