

**Letní čtení
a luštění**

5 PLUS 2

VYDÁNÍ: A, ROČNÍK XI

19. 8. 2022

Miloš Kopecký

**100 let od
narození skvělého
herce i svůdce.
Jak dopadly jeho
osudové vztahy?**



...str. 6

JANA STRYKOVÁ

**Ruchu velkoměsta
se vyhýbám,
v Krkonoších se
nám žije báječně**

Čtěte uvnitř



DOVOLENÁ (NEJEN) S ANDĚLEM

**V legendární komedii
Jaroslav Marvan původně
nechtěl hrát. Co ho zlomilo
a kdy Češi začali jezdit
na závodní rekreace? ...str. 4 a 5**



ROZŽHAVENÉ ČESKO

**Před 10 lety padl český letní
teplotní rekord, u Prahy
naměřili 40,4 stupně Celsia.
Historie ale pamatuje řadu
dalších extrémů ...str. 7**



Letní 5plus2 jako bonus pro vás

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,
standardní vydání týdeníku 5plus2
s regionálními články a televizním pro-
gramem na celý týden najdete na ob-
vyklých místech v pátek 26. srpna. Vy-
dání, které právě držíte v ruce, je let-
ním bonusem pro vás – naše věrné čte-
náře. 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

Je dobře, že se víc mluví o psích

Sama o sobě říká, že **je jako chameleon**. „Užívám si, když se díky kostýmům měním k nepoznání,“ říká **herečka Jana Stryková**. O své profesi mluví jako o dobrodružství. A doma se jí o adrenalin stará i buldoček zachráněný z **nelegální psí množírny**.

5plus2
ROZHOVOR

■ DITA BRANČÍKOVÁ

ČR | Půvabná herečka s nezaměnitelným hlasem a krásnými očima Jana Stryková miluje přírodu a zvířata. I kvůli tomu se přestěhovala z pražského ruchu do Krkonoš. „Žijeme takřka na samotě, takže rána jsou zpravidla velmi tichá, chladná, zabalená v mlze, tedy dokud nevstane syn, to mám ihned o zábalu postaráno,“ směje se.

Co je teď díky přestěhování jinak? Nebojíte se v horách trochu?

Myslím, že celá rodina je na horách velmi spokojená. Starost o chalupu, každodenní sekání dřeva, zatápění, fyzická práce na zahradě, tyhle všechny radosti a starosti nás velmi spojily. Navíc syn Jáchym je velmi živé dítě, každodenní běhání po kopcích mu velmi vyhovuje. V bytě byl jako lev v kleci.

Bylo složité opustit hlavní město?

Prahu mám jako město velmi ráda, ale neumím v ní odpočívat. Praha pro mě znamená práci, shon, hektiku, rychlé životní tempo. Po narození Jáchyma jsem začala chtít od života i jeho pohodovější tvář, proto jsem velmi často začala utíkat do přírody. Po pár letech jsem si uvědomila, že se ruchu velkoměsta začínám vysloveně vyhýbat. Pořídili jsme si proto chalupu, na kterou jsme se nakonec odstěhovali. Byl to spontánní nápad, nešlo o nějaký důmyslný plán. Dojíždět takto za prací je sice velmi nepraktické, ale bydlení u lesa vám hodiny v autě vynahradí.

Je pravda, že máte psa z množírny?

Ano, už druhého! Ještě před devíti lety jsem o množírnách netušila vůbec nic, ale s partnerem jsme na Facebooku narazili na dobrovolnice, které zachraňovaly vysloužilé fenky z množíren a hledaly jim nové domovy. Do naší domácnosti se tak dostala fenka francouzského buldočka Babetta. Byla chuděra v opravdu zuboženém stavu, a až postoupila řadu operací a léčebných procedur, vy-

držela s námi pouhé čtyři roky. Teď máme pejska Gustava stejné rasy, opět zachráněného z množírny. Je dobré, že se o těchto psích koncentracích v posledních letech více mluví a lidé se mě sami na ulici ptají, jak takové pejsky z množírny vlastně poznat a co proti tomu mohou udělat.

A co proti tomu mohou udělat?

Recept je jednoduchý. Nepodporujte koupí šteněte množitele, ač je pesek seberohtomilejší! Nízká cena štenátka se navíc opravdu nevyplácí, tihle pejskové mívají veliké zdravotní potíže. Mluvíme z vlastní zkušenosti. Gustav má srdeční vadu, trpí alergiemi a špatně vyvinutými klouby, oproti naší borderce Bertě, která je z chovné stanice a těší se na prostému zdraví.

Pomáháte i v jiném psím projektu, že?

Jsem hrdou spolupracovnicí organizace Helppees, která vychovává a cvičí čtyřnohé kamarády pro postižené lidi. Je to spolek neuvěřitelných nadšenců, kteří tuto mravenčí velmi těžkou práci dělají s láskou a obrovským nasazením. Jejich pejskové jsou potom opravdové poklady a stanou se pro postižené velkou životní oporou. Každoročně probíhají takzvané psí promoce, při kterých jsou pejskové předáváni do svých rodin, ke svým novým pánům, pro které jsou speciálně vycvičeni. Pro mě jednoznačně nejdojemnější den v letošním roce bude 17. září, přijďte se podívat.

Potkáváme se na módních veletrzích Styl a Kabo. Jaký je váš módní styl? Co ráda nosíte a co byste si na sebe nikdy nevzala?

Rozhodně velice uvolněný! Miluji nadčasové jednoduché šaty, sukně, oversize střihy, přírodní materiály. Razím heslo: Pohoda nade vše. (smích) Módní výstřelky a trendy ráda sleduji v časopisech a na přehlídkách, ale upřímně se jimi nenechám příliš ovlivňovat. Nepotřebuji přeplněné skříň. Svůj šatník samozřejmě obměňuji, ale ne nijak razant-

ně. Některé oblíbené kousky mám doma i dvacet let.

Co nejraději nosí syn a přítel?

Tepláky, tričko a mikina, toť uniforma pro syna i pro přítele. Móda ani jednomu z nich nic moc neříká a já jsem upřímně velmi ráda. Syn Jáchym velmi často dědí po dětech mých sourozenců nebo kolegyn, když je potřeba, zajdu i do second handu. Žijeme ale na horách, Jáchym tráví většinu času běháním po kopcích, potřebuje pohodlné, ale hlavně funkční oblečení, do kterého samozřejmě ráda investuji.

Když jsme u té módy, který filmový či divadelní kostým se vám nejlépe nosil?

Těžko říci, člověk spíše vzpomíná na ty nenositelné, ty jsou vždycy výzva. Na jevišti mám ráda historické kostýmy, užívám si korzety, vysoké podpatky, těžké šaty, dlouhé pláště a komplikované masky.



FOTO | HERMINAPRESS

koncentracích

Jsem v tomhle chameleon, doslova si užívám, když nejsem k poznání!

Která role vám v životě byla nejbližší a se kterou naopak jste se naopak musela poprat?

To je velice těžká otázka a asi na ni neumím odpovědět. Nejtěžší role je určité mateřství, ale na to se asi neptáte, že? (smích) V herectví je pro mě každá role svým způsobem těžká. Vždycky totiž začínáte nanovo, jako nepopsaný list. Zkušenosti vám samozřejmě můžou pomoci, ale také vás do jisté míry zavést špatným směrem. Herectví je velmi dobrodružné povolání. Je o hledání, porozumění, citlivosti. Chce hodně času a trpělivosti.

Na čem momentálně pracujete v televizi a v divadle?

Na podzim mě čeká premiéra filmu Běžná selhání rumunské režisérky Cristiny Grosan. Film jsem zatím neviděla, ač je již hotov, cestuje po festivalech a dokonce již získal ocenění Queer Lion. Moc se na něj těším. Jedná se o lehece apokalyptický snímek s dobrým koncem, myslím, že v dnešní době velmi aktuální. Jinak od září na mě samozřejmě čeká pravidelné hraní v divadlech Studio Dva a v Národním divadle a natáčení seriálu Dobré zprávy na TV Prima. Dále se také těším na natáčení další řady pořadu Bydlet jako. Miluju design, je to pořad přesně pro mě! Teď v létě si ale dávám od hraní pauzu, jsem ráda za společný čas s rodinou. Jáchym roste jako z vody, každý rok si říkám, kolik takových společných chvil na mě ještě čeká.

Váš krásný hlas zaznívá i z audioknih. Je to zajímavá práce?

Audioknihy ráda poslouchám i načítám. Jsou mými věrnými společníky na cestách i doma. Rozhlasová práce vůbec je mojí srdeční záležitostí, před mikrofonem se cítím svobodná. Momentálně pracuji na audioknížce Deník uprchlice a také mě čeká knížka Cizinky ve vlaku.

Máte na svém hereckém kontě ne-



Jana Stryková (vlevo) se ve filmu Zakázané uvolnění vžíla do role drsné barmanky. Zahrála si v něm s Hanou Vagnerovou a Zuzanou Stavnou. FOTO | MAFRA

spočet žánrů i rolí, po čem ještě profesně toužíte?

Vždycky mě lákal sitcom, drzý humor, komedie. Baví mě komediální seriály jako jsou Black Books, Ajtáci, Kancel a samozřejmě další. Něco takového bych si jednou chtěla upřímně vyzkoušet. A v soukromí? Jsem šťastná, když jsem spokojená. A to je právě teď!

Vášim partnerem je Matěj Matuška, vnuk slavného Waldemara Matušky. Podobá se v něčem svému dědovi? A jak jste se seznámili?

Matěj svého dědu nikdy nepoznal a já samozřejmě také ne, takže tohle opravdu posoudit nedokážu. Ale seznámili jsme se šťastnou náhodou. Vybral si nejprve můj hlas, neb pracuje jako filmový zvukař – a potřeboval namluvit navigaci do seriálu Okresní přebor. Asi jsem tu navigaci nenamluvila úplně špatně, zdá se. (smích)

Pocházíte z Brna, máte k němu pořád speciální vztah?

Brnéčko je pro mě srdeční záležitostí. Je to nepodmíněná láska na celý život, vždy, když se blížím ke Králově Poli, zamáčknu slzu. Často se tam ráda vracím za přáteli.

Jana Stryková

- Narodila se 22. dubna 1979 v Brně.
- Vystudovala činoherní herectví na pražské DAMU, působila v Divadle F. X. Šaldy v Liberci, pražském Divadle Rokoko, ve Švandově divadle či Divadle na Vinohradech. Od roku 2017 je členkou souboru Činohry Národního divadla.
- Natočila několik televizních filmů a seriálů, pracuje v rozhlasu i v dabingu, namlouvá audioknihy.
- Populární se stala díky roli zdravotní sestry Kateřiny Vránové v Ordinaci v růžové zahradě, hrála i v seriálu Slunečná.
- Jejím přítelem je Matěj Matuška, vnuk zpěváka Waldemara Matušky. Společně vychovávají osmiletého syna Jáchyma. Žijí převážně v Krkonoších.
- Je mimo jiné tváří německé módní značky Oska, která se vyrábí z velké části v České republice.

PENNY.

OD ČTVRTKA DO STŘEDY
18. 8. – 24. 8. 2022

Získejte až 2 000 Kč
na nákupy s digitální
PENNY kartou.

mBank

Více na
www.stovkazpet.cz

PENNY.



**HERKULES,
LOVECKÝ SALÁM
REZNÍKŮV TALÍŘ**
krájený | 100 g

18,90
~~29,90~~

36%



159,90
~~229,90~~

30%

KUŘECÍ PRSNÍ ŘÍZKY
chlazené
cena za 1 kg



d značka kvality
Test
PRŮMYSLOVÝ ÚSTAV
VÝŽIVY
ÚPRAVA 12/2017
10/2017



**JOGURT BÍLÝ
BONI**
3,7 % tuku
150 g
100 g 3,93 Kč

5,90
~~7,90~~

25%



17,90
~~22,90~~

21%

**EIDAM 45%
PLÁTKY BONI**
100 g



BEZSEMENNÉ

24,90
~~49,90~~

50%

ilustrační foto

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

Fenomén „závodních rekreací“



Když se **před 70 roky natáčela slavná komedie Dovolená s Andělem**, komunistický režim jí propagoval svou péčí o blaho pracujícího lidu. Zvýhodněná **rekreace** se postupně **týkala stovek tisíc Čechoslováků ročně**. **Závodní dovolenou** ovšem paradoxně zavedl už za války krvavý zastupující říšský protektor Reinhard Heydrich.

**ZÁBLESK
HISTORIE**

■ JOSEF HORA

ČR | Ještě před první světovou válkou dřeli dělníci i 12 hodin denně, osmihodinová pracovní doba začala pro Čechy platit až se zrodem nové republiky. Tehdy se do českého slovníku dostalo i slovo „dovolená“. Než se ale doba pro odpočinek stačila v životě pracujících ustálit, přišla válka a nacisté začali volno dělníků organizovat po svém. Právě oni stáli u zrodu organizované dovolené.

Jejím tvůrcem byl zejména zastupující říšský protektor Reinhard Heydrich. Účelem ovšem nebyla „láska k proletariátu“, ale snaha dělníky odpolitizovat a motivovat k práci. „Nejprve se měli rekreovat jen dělníci ze zbrojovek, později i z ostatních továren,“ vysvětluje historička Alžběta Čornejová v knize *Dovolená* s poukazem: odborové rekreace v Československu 1948-1968. Několik luxusních hotelů se proměnilo na rekreační střediska a organizace volna měla přísná pravidla. „Zotavující se muži měli nárok na přidělit 20 kusů cigaret týdně, ženy pak 20 dkg cukrovinek,“ píše v knize Čornejová. Heydrich akci slavnostně odstartoval, ovšem brzy měl jiné starosti – Kubišem hozená bomba ho 27. května 1942 těžce zranila a sepsou po pár dnech poslala na věčnost. Re-



kreanti pak v zotavovacích střediscích vidali pouze nápisy s názvem celého projektu, stálo tam „Odkaz Reinharda Heydricha“.

Rekreační referent

Poválečné Československo na kolektivní závodní rekreaci navázalo. Do zotavení se první mírové léto vydaly přes čtyři tisíce odborářů, zejména vězňů z koncentračních táborů.

Masové dovolené tak, jak je známe z legendárního filmu *Dovolená s Andělem*, který se natáčel před sedmdesáti lety,

Část exteriérů slavné komedie *Dovolená s Andělem* z roku 1952 se natáčela v obci **Hamr na Jezeře u Hamerského jezera**. Fotka z roku 2016 srovnává tehdejší podobu místa natáčení s tím, jak to zde vypadalo na začátku 50. let.

Revizor Gustav Anděl v podání **Jaroslava Marvana** si ve snímku zahrál mimo jiné s **Vladimírem Rážem** (na snímku v roli konstruktéra Pavláta), Josefem Kemrem (truhlář Vyhlička) či Janou Dítětovou, která ztvárnila svářečku Miladu, Pavlátovu manželku.

FOTO | OTA BARTOVSKÝ, ARCHIV MAFRA

INZERCE

EX DRAŽBY
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

aneb dovolená nejen s Andělem

začaly po roce 1948. Ten rok se na organizovanou rekreaci vydalo 130 tisíc lidí, z toho asi 21 tisíc jelo na rekreaci zimní, k dispozici bylo 215 zotavoven. Pobyt trval dva týdny, začínal a končil v neděli.

„Dvě třetiny rekreatantů tvořili dělníci, zbytek ostatní profese. Exkluzivita poukazů pro nejlepší pracovníky ale postupně vymizela.

Jak se taková obří akce organizovala? Z továren a podniků po celé zemi dojížděli vybraní jedinci, kteří nejlépe plnili plán, speciální poukazy, za které pak mohli vyrazit za volnem. Mnohé zařizovali takzvaní rekreační referenti, kteří se podíleli na výběru „dovolenkářů“, poskytovali jim informace i poukazy a při pobytu se o ně starali. „Dovedli svého postavení také zneužívat. Dokladem toho budiž postava z filmu Anděl na horách referent Puleček (hraje ho Rudolf Deyl ml.), který se, zejména vlastním přičiněním, dostal na všechny druhy rekreací,“ podotýká historička.

Na hory i za kulturou

Počty rekreatantů se postupně zvyšovaly, v roce 1952 odjelo už 310 tisíc lidí. Poukaz na týdenní zimní rekreaci tehdy stál jen asi desetinu průměrného platu.

Komplikací bývala nízká obsazenost zotavoven, která činila kolem 50 procent, mohla za to špatná organizace či nevyčerpané poukazy. Dvě třetiny rekreatantů tvořili dělníci, třetinu ostatní povolání a co se týká nějaké „exkluzivity“ poukazů pro nejlepší pracovníky, tak brzy zmizela a dostávala je většina zaměstnanců.

Marvan jako Anděl? To hrát nebudu!

Když si Jaroslav Marvan poprvé přečetl scénář k připravované veselohře

Dovolená s Andělem, rozčileně jej vrátil. Nelíbilo se mu, že má opět hrát bruchouna, který se podrážděně durdí na všechny okolo. Takových rolí měl totiž v předchozích letech už spoustu a už si v nich nepřípadal invenční. „Dokonce už při natáčení všichni, od produkčního šéfa až po skriptku, vědí předem, co ten

Marvan bude dělat, protože se mu nedává předloha, ale jenom jedno z mnoha přestrojení,“ posteskl si slavný herec, který po skončení druhé světové války točil jednu komedii za druhou. Jak napsal filmový historik Pavel Taussig v knize Český biják, z odmítavého stanoviska Marvan ustoupil až poté, co mu režisér Bořivoj Zeman a scenárista František Vlček načrtli i svoje představy o pokračování v podobě Anděla na horách a nastínili mu, že by chtěli natočit také seriál. To ovšem bylo jen zbožné přání, ze kterého nakonec sešlo.

Film o mrzutém revizorovi pražských Elektrických podniků na letní rekreaci ROH Gustavu Andělovi se natočil během 45 dní roku 1952 a po celém Československu proslavil letovisko Hamr na Jezeře.

„Můj přísný, nesmlouvavý bruchoun Anděl plnil své služební povinnosti jako revizor vzorně a stal se postrachem černých pasažérů pražských tramvají. (...) Byl zapříisáhlým nepřitelem společenských zábav rekreatantů, od nichž chtěl být co nejdále vzdálen. Nic mu nevonělo, spíš mu všechno vadilo,“ líčil herec svou postavu v knize vzpomínek Jaroslav Marvan nejen o sobě, kterou napsal spolu s Petrem Hořcem. Ačkoliv jsou oba snímky s Andělem při televizních reprízách divácky úspěšné dodnes, nelze si nevšimnout mnoha dobových propagandistických rysů. Jak dává za příklad historik Pavel Taussig, tak například rekreatanky demonstrují úspěšnou emancipaci, neboť



jako řidička autobusu, svářečka či předsedkyně Místního národního výboru zastanou práci mužů. Z pracujících mužů jsou nejpočetněji zastoupeni horníci. „Snad i podle dobového hesla: Jsem horník. Kdo je víc?“ dodává Taussig.

Do kina nakonec na Dovolenou s Andělem přišlo po dubnové premiéře roku 1953 téměř pět milionů diváků, dnes těžko představitelné číslo. S úspěchem se snímek ale promítal také v NDR a zvláště v Maďarsku. Pavel Taussig v knize cituje i tehdejší „politicky uvědomělou“ reakci filmových kritiků ze SSSR: „Pro sovětského diváka je film cenný nejen jako dílo veselé, uchvacující, vyvolávající dobré city k čestným a dobrodružným lidem. Vypráví o novém způsobu života svobodného Československa, ukazuje, jak tam pracující uskutečňují své právo na odpočinek a jak v lidové demokracii žijí a sílí nové, socialistické vztahy.“ Marvan se dočkal i slibovaného pokračování Anděl na horách, avšak sešlo nejen ze slibovaného seriálu, ale také se nenatočil zvažovaný třetí díl, který měl revizora Anděla líčit při zahraniční dovolené u Jadranu.

Na horách se sádrou na noze



Slibované pokračování příběhu o revizorovi Andělovi, tentokrát z prostředí zimní rekreace na horách, vznikalo tři roky po prvním filmu. Natáčelo se ve Vysokých Tatrách a Marvan si během něho přivodil poměrně

komplikované zranění. Po jednom z perných natáčecích dnů se totiž s kameramanem Janem Rothem rozhodli, že nebudou čekat na odvoz a ze svahu chtěl sjet na saních, na kterých předtím natáčeli. Jenže po pár desítkách metrů se převrátili. Marvana bolela noha, na hotelu mu začal otékat kotník a až následně nemocniční vyšetření ukázalo, že má zlomenou nohu, vymknutý kotník a zpretrhané šlachy. Zbylé scény Anděla na horách se musely proto natočit šikovně tak, aby nebylo zřejmé, že hlavní hrdina má sádro. (mb)

V roce 1954 se snížil počet zotavoven, ale i počet rekreatantů na 274 tisíc, nad 300 tisíc se dostal až v roce 1960. Letní rekreace probíhala v devíti termínech v rozmezí od 30. května do 19. září, jezdilo se na desítky známých míst, třeba na Máchovo jezero. V zimě se na dovolenou s ROH vyrazelo od 17. ledna do 18. dubna, trvala jeden, ale i dva či tři týdny a jezdilo se do Harra-

chova, Pece pod Sněžkou, Špindlerova Mlýna, na Moravu pak třeba do Koutů nad Desnou, na Slovensko do Tatranské Lesné či Tatranské Lomnice. „Ten z odborářů, který jel v zimě, nemohl už jet v létě a naopak,“ podotýká vědkyně.

V nabídce byla i takzvaná „kulturní rekreace“, kdy zaměstnanci z odlehlých koutů země jezdili na týden zejména do Prahy a navštěvovali divadla či galerie,

nebo „turistická rekreace“. „To byly pěší výlety zejména v oblasti Krkonoš, Českého ráje nebo Jeseníků. Později přibyla i „mototuristika“, kdy lidé používali vlastní automobily či jiné dopravní prostředky, aby dosáhli vzdálenějších míst,“ popisuje historička Čornejová. Jezdilo se i za turistikou na Slovensko, na rekreaci do lázní či na dvoutýdenní akce pro zaměstnané matky s předškolními dětmi.

INZERCE

Prodej bytu 2+kk

Praha 4, Chodov

- 43 m² plocha, 6 m² lodžie, 3 m² sklep
- Vybavený nábytkem na míru
- Dům i byt po kompletní rekonstrukci

rdm. ☎ 720 112 910 @ info@redema.cz



Všechny naše nemovitosti najdete na Reality.iDNES.cz

Reality
iDNES.cz

Mildova stovka

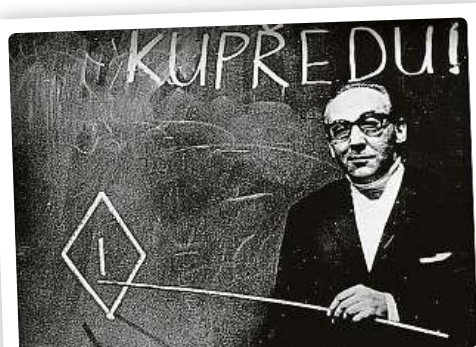
Báječný herec, bonviván i padouch **Miloš Kopecký** začal svou životní roli 22. srpna 1922. Uplyne **sto let od jeho narození**. Miloval šachy, ale **ne každý tah dámou se mu zdařil**. Měl čtyři manželky a řůru milenek. Co o nich říkal a jak vztahy dopadly? Přinášíme **jeho výroky i přehled osudových žen**.

Text: kor, mor, spa, kov Foto: archiv Mafra, Supraphon, archiv Jany Kopecké



„SPÁT S VLASTNÍ ŽENOU JE INCEST – VŽDYŽ JE TO PŘÍBUZNÁ.“

Sice vyslovil takovou hlášku, ale manželky nijak nezanedbával. **První ženou mu byla kolegyně Stella Zázvorková**. Zůstal s ní jen rok. Rozpad manželství nesla těžce a už se nikdy nevdala. „Miloš mě poznamenal rukou mistra – jako housle. Nemohla jsem pak už patřit nikomu jinému,“ přiznala Zázvorková. Přitom rozchod obou herců měl fatální dopad na jejich dceru Janu Kateřinu, která v patnácti letech spáchala sebevraždu. „Miloš Kopecký byl velice zvláštní etapou mého života, která skončila smutným odchodem naší dcery. Oba je mám ukryté v sobě ve zvláštní kazetě, kterou málokdy otevírám,“ řekla později Stella Zázvorková.



„Z ŽEN JSME SE NARODILI, A SNAŽÍME SE DO NICH VRACET.“

Stejnou vášní jako k ženám hořel Kopecký i ke psaní. „Psát se má jen tehdy, když čtíte tak naléhavé nutkání jako před kýchnutím,“ poznamenal si slova Tolstého do jednoho ze svých zápisníků. Jeho tématem zůstaly ženy. **Děj své pornopovídky umístil do zpovědnice**. „A zatímco Mařenka ze sebe soukala přiznání, on si úplně bezděky a mimovolně mnul přes látku svého červa,“ popisuje počínání faráře Vintítka. „Když dospěla až k líbeznému podánímu doznání, že se milovala s mladým Baštou, farář pocítil náhle příjemné šimrání ve svém čurapajzlíkoví: už se to blížilo, prudčeji dýchal, počal vzdychati, jeho kapří ústa, tlamiče náhle podobná, dvakrát naprázdno se pootevřela a horký vzdech vypustivši, znovu po vzduchu zalapala. Ctihodný páter s dušeným záupněním mohutně vystříkl do kalhot. Mařenka netuší v nejmenším, co se děje, zaslechla jen tiché jakési záupnění a řekla si, že to bude asi dotyk s Bohem.“ Kopecký napsal desítky povídek, fejetonů, scénických dialogů a skečů. Byl autorem článků o divadle, filmu i herectví. Svůj životopis psal vytrvale několik let a podle slov manželky Jany rukopis mnohokrát předělal. Zachovala se ale jen jeho úvodní část – zážitky z dětství a mládí, životní etapa do roku 1948.



„ŽENA BY MĚLA BÝT KUCHARČKOU V KUCHYNI, DÁMOU VE SPOLEČNOSTI A GEJŠOU V POSTELI. A TRAGÉDIE JE, KDYŽ SE TO PŘEHÁZÍ.“

Byl proutník, na každou z výše citovaných úloh svého výroku si pro jistotu raději opatřil jinou ženu. Přesto na Kopeckého vzpomínají partnerky s laskavostí. **Galantní a charismatický svůdník byl ženatý čtyřikrát**. Po Stelle Zázvorkové přišla na řadu kráska Kateřina Soukupová. Pocházela ze zámožné rodiny a kvůli Kopeckému opustila skladatele Harryho Macourka. Potřetí se za něho nakrátko vdala tanečnice z baru Alhambra Jana Lichtenbergová. Čtvrtou manželku, **tanečnici Divadla ABC a Baletu Československé televize Janu Křečkovou**, si bral v roce 1966 a zůstali spolu až do smrti. Má s ní dceru Barboru. Jeho „poslední“ žena věděla, že jí není věrný. Milenky dokonce zvala na chalupu. „Bez problémů jsme se bavily. Horší ale bylo, když se tam jednou náhodou naráz sešly hned dvě jeho milenky. Já z toho měla srandu, ale ty dvě se hrozně poštěkaly,“ vzpomínala Jana Kopecká přezdívaná Žanda. „Obdivovala jsem Žandu, jak se o něj starala a trpěla ženy okolo něj. Milda si potpřel na vysoké blondýny,“ řekla kdysi médiím její sousedka z chalupy a kamarádka Ema.

„PŘÁTELSTVÍ MEZI PŘÍSLUŠNÍKY OPAČNÉHO POHLAVÍ JE PROTI ŘÁDU PŘÍRODY.“

„Stali se z nás kamarádi,“ vyvrací Kopeckého přesvědčení o řádu přírody někdejší půlroční milenka Milena Le Breux. Svůj byt mu půjčovala sedm let. „Miloš si sem vodil slečny, mimo jiné i krásnou Věru Chytilovou.“ Vztah budoucí **slavné režisérky s arogantním a cynickým hercem** byl sice dost divoký, ale Chytilová přesto toužila po dítěti. „Kdo mohl tušit, že z tak citlivého, niterného a křehkého miláčka se nakonec vyklubal prohnaný hajzlík!“ řekla Věra Chytilová. „Když honí muž několik ženských najednou, tak jim musí lhát, vymýšlí si. Jsou ženy, které to tolerují, třeba Kopeckého manželka – ta věděla, že s ní má dítě a nemůže být jiný, tak si to rozmyslela. Ale já jsem věděla, že to nesnesu, tak jsem odešla,“ vysvětlila režisérka. Manželka Jana Kopecká dobře věděla, že její muž měl složitou povahu. „Sežen si někoho, říkával mi. Ale vzápětí hlásal, jak je rád, že má domov a jak nás miluje,“ vzpomínala v knize Můj život s Mildou.



40,4 °C. Rekord odolává 10 let

20. srpna 2012 bylo v Dobřichovicích u Prahy přes 40 stupňů Celsia. Přístroj tehdy zaznamenal vůbec **nejvyšší teplotu v historii** pravidelného měření **na českém území**. Ani letos asi překonána nebude.

■ JOSEF HORA

ČR | Na zahradě amatérské meteoroložky Zdeňky Polanecké z Dobřichovic bylo v pondělí 20. srpna 2012 pořádně horko. Ten den se měl stát nejteplejším v roce, navíc se v domě prováděly opravy. Paní Zdeňka věděla, že teplota v místě běžně kulminuje v 15 hodin, tehdy ale její teploměr ukazoval „pouze“ 39,02 °C. Rekord 40,4 °C padl až po 16. hodině. „Děláme rekonstrukci na domě, zrovna jsem byla s dělníky, když přišel můj syn a řekl: Mami, jsme slavní,“ popisovala s úsměvem před deseti roky Zdeňka Polanecká.

Proč padl rekord právě v Dobřichovicích? Do Česka se v těch dnech dostal velmi teplý vzduch ze Sahary, Dobřichovice jsou navíc na obou březích Berounky uzavřené z jedné strany viničními stráněmi, z druhé začátkem Brd.

Zdeňka Polanecká měla z rekordu radost. Na své zahradě měřila počasí už 27 let, jako dítě ji k tomu přivedl tatínek. „Vždycky řekl: Zdeni, běž na verandu, nasliň si prst a podívej se, odkud fouká, jestli od kasáren, nebo od sousedky. A on už věděl, jestli je to východ, nebo západ,“ vyprávěla s úsměvem.

Často byla na pozoru, když nejstarší renomovaná a pravidelně měřící stanice v Česku, pražské Klementinum, informovala o teplotních rekordech. Věděla totiž, že v Dobřichovicích díky tamním podmínkám musí být teplota ještě vyšší. „Je to takový velký kotel. Jako přírodovědci mi ty podmínky přišly zvláštní, upozorňovala jsem na to, když hlásili z Klementina tolik a tolik, že Dobřichovi-

ce musí mít víc,“ řekla vystudovaná botanička s tím, že jí to pokaždé vysvětlili lidským faktorem. „Tak jsem vždy mlčela a nechala Klementinum zvítězit. Ale teď měříme digitálně a je to tam,“ s hrdostí ukazovala na své zahradě na moderní meteorologickou stanici, provozovanou ČHMÚ, který ji tam instaloval v dubnu 2011.

Rekordy padaly všude



Na nejteplejší den v historii vzpomíná také známá česká meteoroložka Dagmar Honsová (na malém snímku).

„Srpnové počasí 2012 bylo dost proměnlivé. Měsíc sice startoval tropickými teplotami a 2. srpna bylo v Praze-Karlově 35,2 °C, poté se ale ochladilo,“ popisuje situaci před deseti lety.

11. srpna už byly nejvyšší odpolední teploty na většině území pod 20 °C a nikdo teplotní rekord spíš nečekal. „Když numerické modely předpovídaly, že o víkendu 18. a 19. srpna budou odpolední teploty tropické, těšila jsem se na koupání,“ vzpomíná meteoroložka.

Během víkendu předpovědi na pondělí stále navyšovaly odpolední maxima. „Bylo jasné, že pondělí bude nejteplejším dnem prázdnin a budou padat teplotní rekordy. Mám ráda všechny extrémy v počasí, takže jsem se těšila, jak vysoko teplota vystoupí,“ popisuje horké léto 2012 Honsová. Nemýlila se. „Teplotních rekordů padalo hodně – napří-



Narvaná plovárna v pražském Podolí. FOTO | PETR KOZLÍK, MAFRA

klad v Praze-Libuši bylo 39,6 °C, v Plzni-Bolevci 38 °C, v pražském Klementinu 36,1 °C,“ vypočítává.

Nejteplejší léta

Horko v Dobřichovicích tak nahradilo předchozí rekord. „Předtím byla nejvyšší teplota v Česku naměřena 27. července 1983 v Praze-Uhřetěvsi, teploměr tehdy ukazoval 40,2 °C,“ podotýká Dagmar Honsová. Byť padl teplotní rekord, srpen 2012 nebyl pro lidi z hlediska horka tak zatěžující, neboť následující dny šla teplota rychle dolů. Horké měsíce v dalších letech byly o dost horší. Velmi vysoké teploty se totiž držely několik dní například v letech 2015, 2018 nebo 2019. „K tomu musím zmínit i vlnu veder ze srpna 1994, která trvala 19 dnů, v Poděbradech bylo ten rok 1. srpna naměřeno 39,2 °C,“ nahlíží meteoroložka do archívů.

A jak je to letos? Zda padne nový teplotní rekord, je sice nejisté, ale spíše nepravděpodobné. „Letos bylo zatím nejtepleji 19. června. Stanice Praha-Řež naměřila 39 °C,“ upřesňuje Honsová.

Největší česká kroupa

Dagmar Honsová zná dobře i další rekordní počiny počasí. „Nejvyšší síla větru byla naměřena 23. února 2020 na Sněžce, hodnota se ustálila na 233 km/h,“ říká. A jaká byla nejvyšší sněhová pokrývka? Rekord je starý přes jedno století. „Nejvíce sněhu napadlo v roce 1911 na Lysé hoře, naměřeno bylo 491 cm,“ vysvětluje.

Nejvyšší množství srážek zase zaznamenal Bedřichov – Nová Louka, v létě 29. července roku 1897 spadlo 345 mm.



Zdeňka Polanecká na zahradě v Dobřichovicích, kde byl před deseti lety naměřen český teplotní rekord 40,4°C. FOTO | PETR TOPIČ, MAFRA

A největší česká kroupa? Ta měla zase 12 centimetrů v průměru.

Když padla otázka na nejsilnější „český“ blesk, Dagmar Honsová takový záznam nemá. Každopádně právě u blesků byly před několika měsíci uveřejněny dva světové rekordy, Světová meteorologická organizace totiž oznámila existenci největšího známého blesku. Na délku měřil 709 kilometrů (Česko má na délku 493 km) a proťal oblohu nad Brazílií roku 2018.

Následující rok se nad Argentinou objevil zase nejdéle trvající blesk, který rozzářil oblohu na 16,73 sekundy. A nejrozsáhlejší blesk světa? Ten měl s mnoha bočními větvemi rozlohu asi 115 tisíc kilometrů čtverečních, tedy skoro jako celé Řecko.

INZERCE



Rytíř smutné postavy

V šedesátých letech se stal typickým představitelem gympl-rocku, hudby, kterou skládali a zpívali pro své spolužáky a hlavně spolužačky kluci ve věku 15 až 18 let. Psal se rok 1965 a on v necelých dvaceti složil svůj první hit Já budu chodit po špičkách.

S kamarády, kteří si říkali George and Beatovens, ho natočil ve sklepě a poslal do rádia redaktorovi Jiřímu Černému. Ten ji zařadil do tehdy populárního rozhlasového pořadu Houpačka a do půl roku byla z Petra Nováka nová hvězda právě se rodícího českého rocku.

Od Novákovy smrti uplyne 19. srpna 25 let. Celodenní písničkový speciál připravilo pro tento den Rádio Český Impuls.

Petr Novák nikdy nezpíval veselé písničky. Trochu za to mohl relativně vysoko postavený hlas i lehce melancholický, někdy až jakoby plačtivý projev. Novák byl navíc ještě romantik a romantikou jsou prochnuty i jeho tehdejší písně. Však mu také mnozí fanoušci s ohledem na jeho kolohnatý zjev říkali „Rytíř smutné postavy“.

Petr Novák spolu se svým kamarádem Ivem Plickou napsal na konci 60. let celou



Petr Novák v roce 1968.

FOTO | IDNES.cz (ARCHIV POPMUSEA)

řadu velkých hitů, které dodnes nezestárly, ba co víc, dodnes symbolizují dobu svého vzniku. V roce 1967 to byla nová verze Já budu chodit po špičkách, tentokrát už ale profesionálně natočená, pak jeho možná nejpobornější píseň Povídej a asi nej sentimentálnější skladba z jeho repertoáru Náhrobní kámen. O rok později potom přidal podobně laděné smutné songy Klaunova zpověď a ruskou okupaci inspirovaný

Den štěstí. Pro člověka, jehož hlavním krédem byla láska a přátelství, byl vpád sovětských vojsk strašlivým životním šokem.

Prokletí zdravotních obtíží

Neméně bolestivě prožíval Novák následující dobu normalizace. Zdálo se, že po srpnu 1968 ztratil motivaci a zaujetí pro hudbu. Snažil se jít „artovým“ směrem. Se Zdeňkem Rytířem dal v roce 1975 dohromady rockovou operu Kráska a zvíře. Zkoušel také natočit komponovanou sci-fi desku Planeta snů, ale vydavatelství Panton ji nepřijalo a vydalo z ní jen výběr pod názvem dalšího Novákova klasického hitu Co je to láska.

V té době ztratil vinohradský rodák svého dlouholetého kamaráda a skoro dvorního textaře Iva Plicku, který se vystěhoval do Německa. Písničky pro něj pak sice psali nejrenomovanější textaři své doby Eduard Krečmar, Pavel Vrba nebo Zdeňk Rytíř, jenže už to nebylo ono. Ale i tak se v 80. letech ujal alespoň písničky Hvězdičko blýskavá nebo Přátelství na n-tou. Doba se v 90. letech změnila, ale Novák

už neměl sílu na restart své kariéry. A to i přesto, že se objevila celá nová generace pop kapel, které se snažily vycházet z jeho tvorby a jako protiproud k právě bujícímu metalu a hardcoru zkoušely po jeho příkladu psát a zpívat něžné písně o lásce.

Osud nebyl navzdory jeho popularitě k Petru Novákovi příliš přátelský. Petr trpěl silnou trémou a velkým komplexem z lupenky. Celý život tak trochu nevěděl, co se sebou. V roce 1974 měl těžkou autohavárii, při níž málem přišel o nohu. Později mu lékaři našli trombózu v dolních končetinách a skoro nemohl chodit. Trpěl mentální anorexií, takže skoro nejedl, ale zato hodně kouřil a pil. Skoro každý den seděl v Bistřičku v podloubí na Malém náměstí, blízko domu, kde žil se svou manželkou Evou Jakubkovou, a v posledních letech se živil víceméně jen pivem. Zemřel ve spánku na celkové vyčerpání organismu. Bylo mu necelých dvaapadesát.

Zhruba před deseti roky se objevily zprávy o tom, že se bude točit film o Novákově životě, ale z nápadu sešlo. Škoda, že jen málo takových životních příběhů jako ten Petra Nováka.

Televizní podzim: od Modravy po Pálavu

ČR | Obě nejsledovanější české komerční televize připravily na podzimní sezonu řadu novinek. Podzim dobrých zpráv slibuje symbolicky Prima. Program sezony totiž staví na nových seriálech, venkovské kronice z vinic Pálava a příběhu ze zákulisí obrazovky Dobré zprávy, jež doplní pivovarnický Hořký svět.

Ve 12 dílech **Pálavy** se rozvíjejí osudy party bývalých spolubydlic z vysokoškolské koleje, kteří se mezi vinohrady každých pět let scházejí, aby zavzpomínali. Před kamerou se objeví Michal Isteník, Patrik Děrgel, Denisa Nešvačilová, Bolek Polívka, Pavel Zedníček nebo Tomáš Matonoha. Dlouhodobý seriál **Dobré zprávy**, který se odehrává v prostředí televizního zpravodajství, staví do popředí novou stážístku redakce plnou ideálů. Hlavní role ztvární

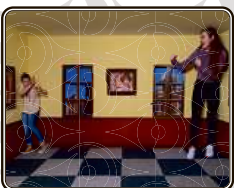
Natálie Halouzková a Vladimír Polívka, doplní je Petr Ryšavý, Miroslav Šimůnek, Igor Chmela či Ivana Korolová. Životní změnou prochází rovněž ústřední hrdina seriálu **Hořký svět**, kterého zosobňuje Matouš Ruml. Pokouší se totiž rozjet rodinný minipivovar. Pomáhat mu s tím budou postavy, jež ztělesní Berenika Kohoutová, Jakub Štáfek, Bolek Polívka či Eva Holubová. Nové epizody přinese seriál **Zoo**, do 10. řady vstoupí soutěž **Česko Slovensko má talent**, přibude zábavná soutěž **Můj muž to dokáže** s moderátorkou Adélou Gondíkovou či cyklus **Den jak sen**, jehož průvodkyně Monika Absolonová zachycuje reálné svatby.

Televize Nova na podzim posílí již osvědčené projekty. Premiérovými díly závěrečné série vyvrcholí **Policie Modrava**, druhou řadou pokračuje **Pan profesor** s Vojtě-

chem Dykem, nové případy budou řešit **Specialisté**. Vráti se i kulinářské pořady **MasterChef Česko** a **Souboj na talíři**, podvečerní **Ulice** vstupuje do své 18. sezony a znovu se objeví soutěž **Na lovu** včetně speciálů s hvězdnými hosty. Romantickou a komediální notu spojuje seriál **O mě se neboj**, který bude v osmi dílech sledovat životní a vztahové kotrmelce rozvádějící se matky dvou dětí v podání Veroniky Arichtevy. Nadsázku slibuje seriál **Případy mimořádné Marty**, který mísí komedii a krimi. Podzim na Voyo, který již odstartoval novými díly Ordinance v růžové zahradě 2, zahrne minisérii **Král Šumavy** Davida Ondříčka či komediální seriál **Gumy**, kde se před kamerou potkali Richard Krajčo a David Švehlík. Dalších pětáct novinek pro Voyo se připravuje. (re, spa)

INZERCE

NEJZÁBAVNĚJŠÍ MUZEUM V PRAZE!

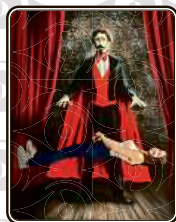
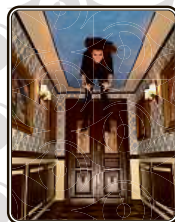


Vodičkova 31
Praha 1



MUZEUM
FANTASTICKÝCH
ILUZÍ

www.muzeumfantastickychiluzi.cz



Tato metoda extrémně rychle obnovuje **zdravý rytmus vyprázdnění!**

Toto je přirozený způsob, jak uzdravit svoje střeva! Navždy se **ZBAVÍTE** kolik, zácp a nadýmání!

Chcete zapomenout na dlouhé a únavné návštěvy záchodu? Máte plné zuby pocitu plnosti a trapných plynů? Pokud ano, máme pro vás řešení – stačí, že jako 355 tisíc Čechů užijete přírodní metodu, která obnovuje zdravou střevní peristaltiku a normalizuje rytmus vyprázdnění. Díky ní zapomenete na bolest, stres a ostudu způsobené zácpami a nadýmáním.

Mám zácpu, tak si vezmu nějaké projímavé prášky a přejde to – pravděpodobně alespoň jednou v životě jste slyšeli tuto větu. Možná jste to řekli vy. A ano, někdy taková opatření mohou pomoci, ale poskytují krátkodobou úlevu. Kromě toho, jejich časté užívání může otrávit vaše tělo – je to běžná chemie, která vždy zanechává stopu a může být dokonce kontraproduktivní.

Mnoho lidí, kteří pravidelně užívají projímadla, přivedlo k tomu, že jejich metabolismus nakonec úplně zmizel. Trávili hodiny na záchodě a neúspěšně se snažili vyprázdnit. Dočkali se však jen rostoucího nadýmání, plynů a kolik.

Už každý druhý Čech se přiznává k problémům se zácpami a trávením. Mezi nimi je paní Kateřina z Plzně, která udělala katastrofickou chybu, kterou je časté užívání čajů a jiných druhů projímadel.



Kateřina, 49

“Dobrý den, jmenuji se Kateřina a chci vás varovat před všemi projímadly. Místo nich je lepší vybrat jinou, přírodní metodu, která rychle opraví vaše střeva a obnoví jejich zdravou práci. Nikdy jsem netušila, že budu o tak trapném problému mluvit veřejně. Vím ale, že sdílením mého příběhu mám šanci pomoci tisícům lidí zbavit se podobných únavných potíží.

Nechala jsem se natchytat na falešné sliby

Velké korporace nemají zájem o lidi a jejich zdraví. Pro ně jsou důležité jen peníze. Proto nám nabízí nějaké krámy, které místo toho, aby udušily potíže v zárodku, na chvíli uklidňují jejich příznaky. Mimochodem, ničí ostatní orgány.

NEIGNORUJTE TENTO PROBLÉM!

Pokud trpíte zácpami, cítíte se těžký a slabý, vaše nálada je často špatná, znamená to, že vaše tělo může být zanesené toxiny a to je pouze krok od závažných onemocnění. Zácpy by se nemělo ignorovat, protože jsou příznakem střevních potíží. Zbytky jídla v nich fermentují a uvolňují se do krevního oběhu, čímž otravují tělo a způsobují bolesti hlavy, malátnost a dokonce i kožní problémy. **Dlouho ignorované potíže mohou dokonce vést k rakovině tlustého střeva**, proto by se nemělo odkládat zahájení kúry.

Projímadé čaje a další populární léky ve skutečnosti zpomalují metabolismus, čímž pouze zhoršují problém se zácpami. To vše proto, aby lidé kupovali stále více jejich výrobků. I já jsem se nechala na toto natchytat. Kručelo mi v břiše, nemohla jsem se normálně vyprázdnit, střeva bublala a žaludek byl pořád nafouknutý jako balón. Dokonce jsem byla tím posedlá – pořád jsem chodila na záchod a doufala jsem, že se mi tentokrát podaří vyprázdnit. Pomáhala jsem si, jak jsem mohla, jedla jsem kilogramy jablek a švestek, nic ale nefungovalo. Jednou jsem byla takhle rezignovaná, že jsem vypila 15 projímadých čajů za sebou a tře to přineslo nějaký účinek. Myslela jsem si, že takhle to dál nejde, proto jsem šla k odborníkovi a uslyšela jsem:

Příště si zakuřte a vypijte kávu a problém bude vyřešen. Hned to půjde hladce! –

po takové radě málem to se mnou seklo. Pokud bych ji poslouchala, je to jednoduchá cesta k infarktu a vředům. Opravdu skvělý způsob, jak se zbavit zácp. Nesmysl!

Zachránila mě spásná síla přírody

Jelikož snadno dostupná projímadla jen zhoršovala moji situaci a odborník nebyl moc nápomocný, šla jsem k odborníci na přírodní kúry. Vysvětlila mi, že v boji proti zácpám by se nemělo ničit trávicí systém. Místo toho je třeba donutit střeva, aby pracovaly přirozeně. Doporučila mi doplněk, který obsahuje směs bylin po staletí používaných proti tohoto typu problémům, ve 100% bezpečné dávce.

První kapsli jsem vzala hned, jak jsem se vrátila domů, plná naděje, že mi pomůže. Naštěstí jsem nebyla zklamaná – už po **několika minutách** nadýmání zmizelo a už nekručelo mi v břiše. Potom, nemohla jsem tomu uvěřit, **jsem se zbavila zácpy!** Každým dnem kúry se to zlepšovalo. Nyní se už nemusím mučit na záchodě a zapomněla jsem na trapné plyny a bolesti břicha. Konečně se cítím zdravá a lehká a moje pleť nikdy nebyla krásnější. To je úleva!”

Prostředek, který opravuje je trávicí systém

Rostlinná metoda odstraňování zácp je **jedinou účinnou kúrou**, kte-

Vaše zdraví závisí v 97% na správné práci střev!

rá obnovuje správné svalové napětí a regeneruje trávicí systém. Tradiční projímadla na něj působí agresivně, proto místo toho, aby osvobozovala tělo od zácp, zhoršují je.

Až 97,5% lidí, kteří používali tuto zcela přirozenou kúru, přiznalo, že po první dávce se jim ulevilo od zácp a pocitu plnosti a také se zbavili trapného nadýmání a plynů. Kromě toho **obtížné koliky momentálně zmizely**. Totéž se stalo s refluxem a žačočuludečními křečemi. Navíc díky očištění těla od usazenin a toxinů, u **95% lidí** zmizely problémy s pokožkou a zápachem z úst.

Pokud chcete nenávratně:

- osvobodit se od plynů a nadýmání,
- odstranit koliky a bolesti břicha,
- zbavit se zácp,
- očistit tělo od toxinů,
- regulovat rytmus vyprázdnění...



Využijte tuto přirozenou práci střev!

V České republice extrémně účinný přípravek odstraňující zácpy je nyní dostupný v telefonickém prodeji. Jeho objednávání je jednoduché a bezpečné. Nestojí za to odkládat zadání objednávky, protože prvních 100 lidí, kteří se dovolají na níže uvedené číslo, získá velmi atraktivní slevu!

SPECIÁLNÍ AKCE!

Zbavte se zácp rychle, účinně a bezpečně!

Prvních 100 lidí, kteří zavolají do **22.08.2022**, získá **PRODUKT ZDARMA!** Obdržíte tehdy přírodní přípravek proti zácpě **100% zdarma!**

zavolejte: 483 579 065

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod. (poplatek za 1 min. hovoru podle tarifu operátora)

100% PŘÍRODNÍ SLOŽKY
Tato přírodní kúra umožňuje:

- **obnovení přirozené práce střev ve 98%,**
- **regulace metabolismu,**
- **odstranění pocitu plnosti a bolesti břicha.**


**ŽENA
ROKU
2022**

ŽENAAŽIVOT
KDO SE STANE
ŽENOU ROKU
2022?

**Až do 31. srpna podpořte své favoritky
na zenaroku2022.jenprozeny.cz
a rozhodněte o finalistkách soutěže!**

SLEDUJTE NÁS  @ZENAAZIVOT


MEDICOM
CLINIC

**MARKS &
SPENCER**
LONDON

PARTNEŘI PROJEKTU

Eucerin
LIFE-CHANGING POWER OF
DERMATOLOGICAL SKINCARE

OSLO
SKIN
LAB
High performance skincare

Chuchle
ARENA + PRAHA

Vaše pozvánka do světa krásy a pohody

Stálice v péči o krásné nohy

S otoky nohou, bolestí nebo křečovými žilami se potýká většina žen. Neschovávejte své nohy v kalhotách a dlouhých sukních a oslňte opět své okolí krásnými nohami. Máme pro vás léty ověřené řešení z lékárny!

Osvědčený gel **Priessnitz Žíly a cévy Medical** obsahuje unikátní složení, díky kterému pronikají účinné složky snáz ke kapilárním cévám a žilám a příznivě tam působí na jejich pružnost, pevnost a průchodnost. Tento zdravotnický prostředek je ideální péčí pro nohy bez křečových žil a otoků. Mazání perfektně bojuje i s pocitem těžkých a otekých nohou.



Nohy bez
křečových žil,
otoků
a bolesti.



Návaly horka? Pocení? Pomoc, menopauza!

Pozorujete na sobě poslední dobou návaly horka, nadměrné pocení, změny nálady, nespavost, zhoršení libida nebo přibírání na váze? Může za tím být menopauza, které se obává každá žena ve středním věku. Máme pro vás ověřené řešení z lékárny, jak s projevy menopauzy zatočit jednou provždy!

Nenechte se dále týrat menopauzou a vyzkoušejte přípravek **elli®MenoOsteo FORTE** nabízející komplex důležitých látek pro ženy v menopauze i po ní. Díky extraktu z jetele lučního pomáhá udržovat klidný a pohodlný přechod. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Doplněk stravy obsahuje také vitaminy D3 a K2 a vápník, který je potřebný pro zdraví kostí.



Zatočte s ekzémem, ne s pokožkou!

Ekzém, kortikoidy, ekzém, kortikoidy... Nekonečný kolotoč, který zná každý atopik. Řešení, jak z kola ven, je přitom snadné. Místo kortikoidům stačí věřit přírodě.

Kortikoidy jsou synteticky vyráběné steroidní hormony se schopností potlačovat imunitní reakci pokožky na alergeny – zánět. Jejich výhodou je rychlé zmírnění svědění, začervení a pnutí pokožky. Daní za tuto úlevu jsou však nežádoucí vedlejší účinky a často opětovný návrat problému po jejich vysazení. Zkuste raději přírodní **Exema zklidňující krém** bez vedlejších účinků. Díky složení se sníženým pH, konopným olejem, bambuckým máslem a kyselinou mléčnou rychle zmírňuje svědění, pálení i zarudnutí pokožky a účinně ulevuje od akutních projevů atopie. Exema zatočí s ekzémem, ne s vaší pokožkou.

Vyzkoušejte i další přípravky konopné péče Cannaderm dostupné v lékárnách a zdravých výživách.



Zalij vlasy, ať hustě rostou!

Jsou vaše vlasy slabé, řídké, bez objemu a nadměrně vypadávají? Dopřejte jim vydatnou zálivku sérem Vlasové hnojivo!

Sérum **Vlasové hnojivo** představuje koncentrovanou péči o slabé a řídké vlasy s tendencí vypadávat. Jeho složení spojuje účinky kofeinu a komplexu Hustoplex™ do mimořádně koncentrované bezoplachové péče. Díky tomu sérum zajišťuje rychlý a výrazný nástup účinku i při problémech s intenzivním vypadáváním, řednutím a oslabením vlasů. Vyzkoušejte také Vlasové hnojivo v podobě šamponu či tablet. Kompletní portfolio značky Vlasové hnojivo najdete v lékárnách a zdravých výživách.

**HUSTÉ SLOŽENÍ,
HUSTÝ VÝSLEDEK**



Učiva ubude, posunul bych výuku na devátou, říká ministr

Školní zvonek se ozve ráno v osm, nebo v devět? Dětem **pozdější vstávání** vadit nebude, myslí si odborníci. **Problém je ale začátek pracovní doby rodičů.**

JOSEF HORA

ČR | Když se v Praze v Pernerově ulici otevřela v září 2019 nová základní škola, její vedení si zvolilo výuku od 8:30. Důvodem bylo například i to, že děti se dle psychologů o trochu déle vyspí, a tak se mohou pak ve škole lépe soustředit. Ve stejnou hodinu zahajuje výuku

třeba i pražské gymnázium Jana Keplera, v devět hodin se také začíná učit na poměrně velkém množství soukromých škol. Na státních školách je ale takový přístup spíš výjimečný, drtivá většina zde zahajuje výuku tradičně v osm hodin ráno.

Změnu ocenění „sovy“, „skřivany“ to neovlivní

Ministerstvo školství ale v těchto dnech řeší, zda by se školní výuka neměla posunout na devátou hodinu v celém Česku.

Podle nového ministra Vladimíra Balaše totiž v budoucnu dojde k určité redukci učiva. „Už teď je ale jasné, že v rámci změny rámcových vzdělávacích programů učiva ubude,“ řekl ministr koncem letošního července pro server Lidovky.cz. Jak by s úbytkem učiva na-



Školáci v lavicích. Vpravo na menším snímku ministr resortu Vladimír Balaš, který zvažuje škrtnutí první vyučovací hodiny.
FOTO | JAN SALAČ,MAFRA



Všechny školní potřeby pod jednou střechou

Oblíbená běžecká dvojice Running2 Soňa Hrabec Kotulková a Michal Hrabec jsou na aktivní životní styl a zdravou stravu odborníci na slovo vzati.

Oddělení Zdravý svět v Globusu nabízí nejširší sortiment alternativních potravin v Česku, zakládá si na prvotřídní kvalitu, špičkových zdrojích a spolupracuje s regionálními farmáři. „Máme velkou radost ze spolupráce s Globusem. Bude se zdravě jíst, běhat, sportovat a nebudou chybět i zajímavé výzvy a recepty,“ slibují Running2.

Sledujte pravidelně na www.globus.cz a sociálních sítích.



ložil? „Možná se omezí počet hodin. Rád bych škrtnul první hodinu. Tím by se jedna hodina ztratila,“ dodal Balaš.

Problematickou začátku školní výuky řeší už mnoho let kantoři i psychologové. „Posun na devátou hodinu by mohl pomoci dětem v jejich lepší koncentraci,“ připouští pro Lidovky.cz Zdeňka Bendová z Fyziologického ústavu Akademie věd. A to především u „sovy“ – tedy lidí, kteří díky vrozeným biorytmům vydrží v bdělém stavu dlouho do noci, ale ráno se obtížně probouzejí. U jejich protipólu, skřivanů, by hodinový posun v jejich potřebách nehrál žádnou negativní roli.

Odborníci upozorňují například i na to, že zatímco menší děti obecně vstávají spíše dříve, u dětí starších, zejména těch na 2. stupni základních škol, se i kvůli dospívání aktivita přesouvá stále více k večeru, proto je pro ně příjemnější vstávat později. Mezi výhody pozdějšího začátku výuky patří i klidnější start do nového dne, odchod do školy bez stresu, ale i otevřenější mysl žáků.

Další výhodou je pak v zimě víc světla a to, že děti nemusí vstávat a odcházet do školy ještě za tmy. „Je prokázáno, že zejména u pubertálních dětí brzké vstávání narušuje biorytmus a že podávají mnohem lepší výkony, když chodí do školy až v devět hodin. Mnoho z nich navíc dojíždí a musí vstávat o to časněji,“ dodal ministr.

Rodiče musí ráno do práce

Jenže právě doprava je jeden z hlavních faktorů, který zejména v regionálním školství určuje začátek výuky. Pokud

by se začínalo o hodinu později, musely by se „překopat“ jízdní řády. S pozdějším začátkem výuky jsou ale spojená i další negativa.

Zejména celkový posun denních aktivit celé rodiny, kdy rodiče žáků musí přijít ráno do práce v určitý čas, a tak by menší děti musely „tvrdnout“ v ranní družině. Další problém by mohl nastat ve chvíli, kdy by bylo nutné prodloužit výuku déle do odpoledne, což by mohlo narušit mimoškolní aktivity dětí. S tím nakonec koresponduje riziko, že se rodina opět doma sejde až později večer.

Odložit výuku na devátou mohou školy samy

Byť je začátek vyučování v devět hodin pro mnohé žáky i dospělé lákavý, z mnoha škol zní, že to ale v současnosti není ten nejpálčivější problém, který české školství trápí. Kromě toho si už dnes mohou ředitelé a vedení škol sami určit, v kolik má výuka začít, a klidně ji mohou posunout i na devátou hodinu. V zákoně je pouze jasně dáno, že vyučování nesmí začít dříve než v 7.00 a nesmí pokračovat po 17. hodině. Proto se doporučuje, a je to v současné době běžná praxe, aby si každá škola udělala začátek výuky podle svých možností, podle rytmu obce a jejích obyvatel, podle místní dopravy či přání rodičů i dětí.

Zdražují aktovky i psací potřeby

Výdaje na prvňáčka
letos odhadem **vzrostou**
na **6500 korun.**

Požádejte si na úřadě
o podporu.

ČR | Inlace a zdražování se letos nepromítne pouze do energií, ale také do nákupu školních pomůcek. Letošní nástup prvňáků do školy by se mohl v rodinném rozpočtu oproti loňsku prodražit až o 1500 korun, může za to zdražování aktovek i psacích potřeb.

Odhadem tak průměrně rodina zaplatí letošní školní rok za pomůcky pro novopečeného školáka kolem 6500 korun.

Stát sice poskytuje tzv. „pastelkovné“, to ale výdaje rodin v žádném případě nepokryje. Jeho výše od 1. září 2021 činí 500 korun, předtím částka dosahovala pouhých 200 korun na žáka a školní rok. Peníze dostávají přímo školy, které za to nakoupí právě pastelky, psa-



cí potřeby, čtvrtky a další vybavení.

Mohou rodiče sami nějakou podporu získat? V současné době je asi nejjednodušší požádat o mimořádný příspěvek na dítě v hodnotě pěti tisíc korun.

„V tom může být zahrnuto i tzv. pastelkovné,“ reaguje oddělení Ministerstva práce a sociálních věcí (MPSV) s tím, že jednorázový příspěvek má pomoci

ci s inflací a růstem životních nákladů rodin s nízkými a středními příjmy. Pozitivum je, že žádost o 5000 korun by měl každý nově zvládnout do několika minut na internetu a nemusel složitě, jako v minulosti, vyplňovat formuláře například na Úřadu práce.

Jak tedy požádat? Na webu MPSV www.mpsv.cz. „Od 15. srpna mohou lidé žádat on-line, základem pro žádost jsou pouze rodná čísla rodinných příslušníků,“ upřesňuje tiskové oddělení MPSV. O příspěvek také bude možné žádat na vybraných Czech POINTech, například na poště.

Další produkt: Mimořádná okamžitá pomoc

Druhou možností, jak získat finance na školní pomůcky, je další produkt MPSV – tzv. „Mimořádná okamžitá pomoc“. Je určena pro rodiče, kteří se prokazatelně nacházejí v tíživé sociální situaci. Z těchto peněz mohou hradit výdaje za učebnice či učební pomůcky,

školní aktovku, výdaje na školu v přírodě nebo školní družinu, ale i mimoškolní aktivity jako zájmové kroužky, zároveň také případné výdaje spojené s dojížděním do školy.

Jak požádat? Návod je opět na webu MPSV, obecně se žádá na Úřadu práce v místě trvalého pobytu. „Výše příspěvku může pomoci částkou maximálně odpovídající desetinásobku životního minima jednotlivce, které letos činí 4250, takže na potřeby školáka je možné dostat až 42 500 korun,“ reaguje tiskové oddělení ministerstva.

Obce podporují školy samy

Podporu prvňáčků často řeší i samotné obce. Mají různé způsoby, mezi nejpraktičtější patří ten, že obec zašle škole určitou částku. Jeden příklad za všechny je Prostějov, kde město schválilo na jednoho prvňáčka částku 1000 korun. Základním školám tak v závislosti na počtu nových žáků letos prostějovská radnice pošle téměř půl milionu korun. (jos)

INZERCE



HYPERMARKET
ŠKOLNÍCH
POTŘEB

MÁME VŠE PRO VELKÝ NÁVRAT

OD 28. 7. 2022
V KAŽDÉM
GLOBUSU



PILOT
Simply Write

FRIXION ball

Sada FriXion Ball
gumovací roller s víčkem,
obsah balení: 2× roller,
1× sada náplní (3 ks)

189,90
~~299,-~~

Platnost nabídky od 28. 7. do 6. 9. 2022 v hypermarketech Globus. | www.globus.cz

„Střety ve studiu jsou ostřejší“

Česko nečeká lehké období. Země se řítí do krize, a to energetické i ekonomické. A brzy budeme mít všichni zimu na krku. Bude zajímavé sledovat, jak se pod vlivem aktuální situace budou lidé rozhodovat před blížícími se komunálními a senátními volbami, které nás čekají už za měsíc. O tom všem mluví v nedělní Partii na CNN Prima NEWS Terezie Tománková (na snímku). Jak vnímá aktuální situaci moderátorka, která se pravidelně setkává s ministry i opozicí?

„Myslím, že pro nás nastává nejtěžší období v porevoluční historii. Z doby pandemie a bezprecedentních omezení jsme přešli do krize ekonomické, v Evropě kousek od nás je válka. Podzim a zima mohou být kritické a mnoho lidí může zkoušet své limity nebo jít za ně. Bude to velká zkouška pro nás všechny,“ míní.

Partie přináší každou neděli v 11:00 názorové střety nejvyšších politiků i odborníků. A jak říká Terezie, je poznat, že se atmosféra pod vlivem krize a blížících se voleb mění. „Střety jsou ostřejší, názorové



FOTO | FTV PRIMA

jednoznačnější. Jsme v předvolební kampani a do ledna v ní budeme. Prezidentská volba může přinést velké pnutí do společnosti. Tu náladu ostatně už teď vidíme na některých předvolebních mítincích,“ hodnotí Terezie Tománková. Slovní vybiženou nabídla i poslední Partie, ve které se střetla předsedkyně Poslanecké sněmovny Markéta Pekarová Adamová z TOP 09 a Alena Schillerová z hnutí ANO. Nechybělo přirovnávání vyjadřování bývalého premiéra Andreje Babiše

k Vladimíru Putinovi nebo slova o zoufalství opozice. Vyhrocená kampaň může mít vliv na chování voličů.

Co ukáže unikátní průzkum?

I u „menších“ voleb se promítají do rozhodování voličů celkové nálady ve společnosti. „Je to normální. Lidé mají strach, jestli budou mít na základní potřeby, teplo, světlo. Potraviny jsou drahé. Poslouchám pečlivě názory lidí, jejich starosti – a ty začínají být zásadní. Čím dál od Prahy, tím vážnější. Snad to zodpovědní politici vnímají a uvědomují si to,“ uvedla moderátorka Tománková.

O to, aby se k politikům dostaly informace o tom, co lidé v Česku doopravdy trápí, se bude snažit předvolební vysílání na CNN Prima NEWS. Už tuto neděli nabídne Partie Terezie Tománkové ochutnávku z unikátního průzkumu, který vznikl ve spolupráci se střediskem empirických výzkumů STEM. Vyjdou lidé v Česku s výplatou? Bojí se nastávající krize? Jak rodiny

šetří? A dělá toho vláda pro občany dost? Podle Terezie je důležité, aby tyto informace k politikům doputovaly. „Při poslední superdebátě Česko v krizi jsme nabídli unikátní průzkum. Ve studiu jsem měla pocit, že se politici nad výsledky zamýšlejí a berou je vážně. Nakolik je ale umí promítnout do své reálné politiky, to neumím říct.“

Předvolební vysílání na CNN Prima NEWS v dalších týdnech nabídne mimo jiné exkluzivní data od agentury STEM, díky nimž bude možné názorně rozdělit obce v Česku na šest kategorií podle kvality života. Každý si tak bude moci s pomocí interaktivní mapy na webu CNNPrima.cz i ve vysílání jednoduše zjistit, jak si jeho obec stojí například oproti té sousední nebo v celorepublikovém měřítku.

„Komunálními volbám někdy bývá neprávem přikládána menší váha než těm velkým. Je důležité jim věnovat pozornost. Můžeme totiž rozhodnout o tom, kam se posune naše město, vesnice. Říct, zda se nám žije dobře, nebo zda chceme změnu,“ uzavírá Terezie Tománková. (ms)

INZERCE

Prodej bytu 2+kk

Praha 4, Chodov

- 43 m² plocha, 6 m² lodžie, 3 m² sklep
- Vybavený nábytkem na míru
- Dům i byt po kompletní rekonstrukci



📞 720 112 910 @ info@redema.cz



Všechny naše nemovitosti najdete na Reality.iDNES.cz



Marketing, reklama, public relations

Marketing Specialist

Marketing Specialist - CPI Hotels

Webový marketer pro strojní firmu

Správce webových stránek-strojní výroba

Více na www.jobdnes.cz

Doprava, logistika

Pracovník v pohřebnictví - řidič, manipulant

31 000 - 45 000 Kč / měsíc

Podpora obchodu / Koordinátor logistiky

30 000 - 40 000 Kč / měsíc

Šikula do skladu na jednu směnu

26 000 - 28 000 Kč / měsíc

Specialista pro import export s AJ

30 000 - 35 000 Kč / měsíc

Více na www.jobdnes.cz

Automobilový průmysl

Automechanik - Náborový příspěvek 50 000 Kč

25 000 - 40 000 Kč / měsíc

Automechanik - Praha

30 000 - 40 000 Kč / měsíc

Automechanik - Náborový příspěvek 50 000 Kč

25 000 - 35 000 Kč / měsíc

Automechanik - Náborový příspěvek 50 000 Kč

25 000 - 40 000 Kč / měsíc

Více na www.jobdnes.cz

Telekomunikace

Servis mobilních telefonů

19 000 - 50 000 Kč / měsíc

Ostatní technici v oblasti telekomunikací a...

25 000 - 35 000 Kč / měsíc

Specialista/ka internetu - správce sítě

30 000 - 35 000 Kč / měsíc

Technik/technička černé techniky - specialista...

45 000 Kč / měsíc

Více na www.jobdnes.cz

jobDNES.cz

Vaše cesta do práce



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 – Píستovice
+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



Jeskyně umí léčit astma i alergie

Astmatici nebo třeba lidé s **chronickými problémy** dýchacích cest si mohou dopřát nevšední zážitek a zároveň **efektivní** léčbu. Stačí vyzkoušet **speleoterapii**. Pomáhá i po covidu.



ČR | Její název vybízí k představě, jako by šlo o nějakou odpočinkovou aktivitu pro milovníky podzemních jeskyní. Speleoterapie je sice nevšední, ale přitom velmi účinnou a nenáročnou klimatickou léčebnou metodu určenou takřka pro každého. Ovšem skutečně probíhá v přírodním podzemním prostředí.

Vhodná je pro pacienty s astmatem, chronickými onemocněními dýchacích cest, alergiemi či například ekzematikou.

Jde o soubor léčebných metod, jejichž základem je využívání opakovaného vlivu mikroklimatu podzemního prostředí krasových jeskyní a jiných podzemních prostor k léčbě některých chronických onemocnění.

Metoda známá stovky let

Z historie je patrné, že využívání pozitivního vlivu podzemního prostředí na



Cvičení uvnitř jeskyně dětem pomáhá díky podzemnímu mikroklimatu.

lidský organismus bylo známo už v antickém Řecku a Římě. První písemné zmínky o speleoterapii jsou z 15. století ze solných dolů Wieliczka.

Moderní základ speleoterapie vytvořil v 50. letech 20. století lékař Karl Hermann Spannagel, který v lázeňském městě Ennepetal začal využívat speleoterapii už nikoliv jako balneologickou, ale jako léčebnou metodu u dospělých astmatiků.

Jeho zkušenosti a hlavní zásady byly potom převzaty a rozvíjeny v různých speleoterapeutických centrech v celé Evropě.

Tato centra jsou většinou zdravotnická zařízení lázeňského či léčebenského charakteru se školeným zdravotnickým

personálem. V 60. a 70. letech se rozvíjela i československá speleoterapeutická centra v Gombasecké a Bystrianské jeskyni na Slovensku, v Sloupsko-šošůvských jeskyních, v Amatérské jeskyni v Moravském krasu, v Třesínské jeskyni v Mladči u Litovle, poté i v jeskyních v Javoříčku. V 90. letech pak vznikla speleoterapie také ve Zlatých Horách ve zrekonstruovaném důlním díle.

Stálá teplota i vlhkost

Co činí přírodní podzemní klima využívané pro speleoterapii tak zvláštním?

Mikroklima podzemního prostředí je tvořeno aerosolem, který má určité vlastnosti. Ty podmiňují, zda je podzem-

Co od speleoterapie očekávat?

- snížení nemocnosti
- snížení užívání léků
- posílení imunity a otužení organismu

Pro koho je vhodná?

- astmatiky, alergie, atopiky, často nemocné

ní prostředí pro speleoterapii vhodné či nikoliv. Hlavní a nutnou podmínkou těchto vlastností je jejich stálost. Stálá teplota a stálá vysoká vlhkost zajišťují minimální proudění vzduchu, přičemž se zároveň postarají o to, aby se zde nevyskytovaly žádné alergeny, plísňe či prach. Vysoká vlhkost pak výrazně napomáhá zvlhčování dýchacích cest a tím i jejich čištění. Účinek speleoterapie je výrazně podpořen, je-li doplněna o vhodnou a odborně vedenou rehabilitační cvičení.

Speleoterapii je rozhodně vhodné využít v obdobích nepříznivých klimatických podmínek, jako například v období inverze, která se často vyskytuje v průmyslových oblastech, anebo také v období vysoké nemocnosti dětí při nástupu do kolektivního zařízení. Výborné zkušenosti s účinkem pobytu na speleoterapii zaznamenávají také pacienti po prodělaném onemocnění covid-19.

V České republice je v dnešní době speleoterapie jako léčebná metoda poskytována v dětských léčebnách ve Zlatých Horách a v Ostrově u Macochy.

INZERCE

Sanatorium EDEL

... místo, kde se Vaším dětem lépe dýchá



- Dětská léčebna respiračních nemocí se speleoterapií s dlouholetou tradicí a výbornými výsledky léčby
- Krásné prostředí ekologicky nezatíženého podhůří Jeseníků
- Léčba se opírá především o speleoterapii, klimatoterapii, inhalace, rehabilitační cvičení a otužování
- Věk pacientů 2 – 18 let, do 6-ti let je možný pobyt s doprovodem, pobyty v délce 4 – 8 týdnů
- Vlastní ZŠ a MŠ; individuální přístup ve výuce díky nízkému počtu žáků ve třídě
- Smlouva se všemi zdravotními pojišťovnami v ČR
- Nepřetržitě měření čistoty a kvality ovzduší
- Pacientům je k dispozici infrasauna, bazén venkovního relaxačního areálu, dětská hřiště, venkovní fitness stezka v přilehlém parku, discgolf
- Široká nabídka masáží, rehabilitační služby
- K zapůjčení koloběžky, kola, saně, boby
- Pro zájemce je k dispozici ubytovna Edel, vhodná jak pro návštěvy, tak i pro větší skupiny
- Okolí léčebny a Zlatých Hor svou nabídkou vybízí ke krásným výletům a různým sportovním aktivitám

SANATORIUM EDEL s.r.o.
Lázeňská 491
793 76 Zlaté Hory

Tel.: 584 425 327 – 8
edel@speleoterapie.cz
www.speleoterapie.cz

ROZDÁVÁME ZDARMA 100 KUSŮ

Miniaturních audio-posilovačů, které zvětšují hlasitost zvuků už za 4 minuty

NENÍ TO OMYL - ČTEŠ DOBŘE

Jestli narodil ses v letech 1920 - 1990 a také:

- Stále se Ti zdá, že jiní nemluví zřetelně,
- Neztíháš sledovat rozhovor několika osob,
- Máš problém se slyšením hlasů žen a dětí,
- Stále hlasitěji nastavuješ TV nebo rádio,
- Slyšíš šumění, síčení nebo piskot v uchu,
- Stále častěji prosíš, aby se někdo opakoval,

...vyzvedni audio zesilovač, na který máš nárok, audio posilovač je doporučován na všechny problémy se sluchem. Odborníci to považují za skutečný hit. Zařízení zcela padne do ucha a za pouhé 4 minuty 12x zesílí přirozené zvuky z okolí.

Právě jsme zabalili 100 miniaturních sluchových zesilovačů ze skladu. Každý z nich je malinké diskretní zařízení, které vám do ucha nikdo neuvidí ani zblízka a vy díky němu všechno slyšíte. Audio-zesilovač se velmi snadno používá, takže jej můžete použít okamžitě, bez předchozí přípravy. Tato zařízení dáváme ZCELA ZDARMA - kdo dřív přijde, je dřív na řadě - každému, kdo zavolá do **07.09.2022**. Jediné, co musíte udělat, je potvrdit své datum narození ústně po telefonu. Nemusíte předkládat žádná písemná prohlášení.

Miniaturní audio zesilovač má vestavěnou funkci pro selektivní zachycení a zvýšení skutečných okolních zvuků. Vložte si ho do ucha, zapněte a po 4 minutách můžete zapomenout na problémy s rozlišováním hlasů nebo na dojem mumlavého projevu u ostatních. Místo toho si začnete užívat celou škálu čistých venkovních zvuků. U ucha uslyšíte jak zpěv ptáků za oknem, tak i šeptání vašich vnoučat.

Důsledné nošení miniaturního miniaturního audio-ekvalizéru vám přinese další změny k lepšímu: 1. Přestanete být frustrování, že neslyšíte jasně. Tento efekt potvrzuje celých 86 % uživatelů. 2. Zlepší se kvalita vašeho odpočinku. Spánek v noci bude také hlubší a více regenerační. Lepší sluch během dne totiž zvýší váš pocit bezpečí a celkové pohodlí. Specializovaný tisk uvádí, že nošení tohoto sluchadla je nejjistější způsob, jak se vyhnout zhoršení sluchových problémů. Jejich dlouhodobé ignorování může vést k situaci, kdy si mozek... zvykne na sluch. Riziko těchto komplikací je díky audio-zesilovačům sníženo 180krát.

Miniaturní audio-zesilovač od samého začátku zesiluje skutečné zvuky z okolí, což má zase pozitivní vliv na vaši pohodu a schopnost užívat si života. Konečně se budete moci soustředit na mluvení, poslech rádia nebo sledování televize. Každá z těchto malých činností vám začne přinášet skutečné potěšení. Mnoho uživatelů miniaturních audiozesilovačů s dojetím popisuje, jak po jejich prvním zapnutí po mnoha letech zřetelně slyšeli hlasy svých dětí nebo vnoučat!

A už víte, co pro vás bude největší odměnou? Přemýšlejte, jak se zlepší vaše kontakty s lidmi. Nakonec požádáte druhou stranu, aby řekla něco hlasitějšího. Nikdo na vás nebude křičet, že se díváte na televizi moc nahlas. V kanceláři nebo na poště si se vším bez problémů porozumíte a zařídíte si své záležitosti. Uděláte to rychle, efektivně a bez nedorozumění. Musíte vědět: Pravidelné mluvení tváří v tvář nebo po telefonu je zásadní pro zablokování rozvoje sluchových problémů. A tento miniaturní audio-zesilovač vám to umožní na 100 %.

K vytvoření miniaturního audio zesilovače byla použita jedna z nejkročilejších technologií dostupných na trhu. Zařízení zcela padne do ucha a má decentní tělovou barvu. Nikdo vůbec nepozná, že je máte na sobě. Po 4 minutách na to také můžete zapomenout. Zařízení je velmi lehké a je k dispozici se 3 velikostmi překrytí, z nichž každá je anatomicky profilovaná. Díky tomu bezpečně sedí v uchu a zároveň ho nemastí. Tento audio zesilovač neztratíte ani při běhu nebo sklonu hlavy. A pokud si budete chtít lehnout na bok nebo někoho obejmout, nic vás nebude bolet.

Jedná se o nejuniverzálnější a nejdražší model, který kdy výrobce v odvětví audio zesilovačů do uší vytvořil. Tento miniaturní model je univerzální: sedí na pravé i levé ucho, mohou jej nosit ženy i muži. Díky svému solidnímu zpracování vám bude sloužit roky.

Proč rozdáváme miniaturní audio-posilovače na problémy se sluchem ZDARMA?

Nejsme charita. Jako profesionálové nabízíme produkt nejvyšší kvality a jsme si jisti: jakmile se o této refundační akci rozkřikne, objednávky od zákazníků k nám budou proudit z celé země.

Poznámka: Nyní je na trhu mnoho padělků miniaturních audio zesilovačů. Nesmí se zaměňovat s naším originálním zařízením, které inteligentně rozjasňuje skutečné okolní zvuky. Požadovaného výsledku reverzních sluchových problémů lze dosáhnout pouze použitím originálních miniaturních audio zesilovačů.

**NEČEKEJ! Tuto příležitost jde využít jenom
do 07.09.2022 roku**

Miniaturní audio zesilovače, které pomáhají v boji se sluchovými problémy, nebudou k dispozici v žádném stacionárním obchodě. ROZHODUJE PRINCIP „KDO JE PRVNÍ, TÍM LEPŠÍ“. Doporučujeme vám rychle zavolat na číslo: **381 601 345**, abyste byli včas před vyprodáním zásob ZDARMA.

DŮLEŽITÉ! Limit je jeden miniaturní audio-posilovač na domácnost.

Školní batoh vybírejte pečlivě

Když se mluví o zdraví českých dětí, často se zmiňuje obezita. Minimálně stejně závažné jsou však problémy s pohybovým systémem – vadné držení těla a svalové dysbalance. „S tím souvisí bolesti zad i hlavy, a to už na základní škole,“ upozorňuje Daniela Stackeová, expertka na tematiku bolesti zad.

Co jsou hlavní příčiny takových obtíží?

Nemusí to být nutně pouze nedostatek vhodné pohybové aktivity. Vezměte si, jak dlouho sedí děti ve škole s relativně krátkými přestávkami, většinou na nepříliš ergonomických židlích. A záleží také na věku dítěte.

Kdy tomu věnovat největší pozornost?

Nástup do školy je období, kdy se zásadně zhoršuje držení těla. Dochází totiž ke změně režimu a na dítě jsou kladeny velké nároky v omezení spontánního pohybu a „nuceného“ sezení v lavici. Zhoršení držení těla, často spojené i se skoliotickým držím páteře, provází také období tzv. růstových spurtů, kdy děti rychle vyrostou.

Jak velký vliv na záda má nošení školního batohu?

Může mít velký vliv, je proto důležité zvolit vhodný batoh. Ale pokud bude jeho obsah zbytečně těžký, nemusí plnit ideálně svoji funkci (ovšem kvalitní batoh znamená menší riziko). Také záleží na vzdálenosti, kterou dítě s batohem



Daniela Stackeová je fyzioterapeutka a odbornice na tematiku bolesti zad.

FOTO | MAFRA



Jak vybrat správný školní batoh?

Český výrobce Topgal připravil návod, jak při výběru vhodného školního batohu neudělat chybu. Stačí se zaměřit na šest základních věcí na www.topgal.cz/jak-vybrat-skolni-batoh a máte jistotu, že pro své dítě uděláte maximum.

chodí, a zda s ním musí stát delší dobu v hromadné dopravě.

Často ho nemusí ani správně nosit...

Samozřejmě! Správné nošení batohu je důležité, musí být správně nastaven a nošen na obou ramenou, a to i na kratší vzdálenosti.

Co byste doporučila rodičům i malým školákům, kteří vybírají batoh?

Vybírejte pečlivě. Pozornost věnujte hmotnosti a nosnosti batohu, výztuze zad a také možnostem nastavení nosných řemenů, které by měly být správně široké a dlouhé.

TOPGAL®

Lehké batohy pro zdravá záda



Nakupujte ve firemní prodejně Topgal, Nádražní 73, Šternberk

www.topgal.cz



Nová kvalita v boji proti vbočeným palcům! 98,7% testovaných potvrzuje – je to vhodná metoda jejich odstranění, která neraní chodidla.

MOHOU VBOČENÉ PALCE NENÁVRATNĚ ZMIZET?

Může usnadňovat srovnání vbočených palců, zmírňovat bolest a omezovat deformace chodidel za několik týdnů. Bez plýtvání peněží za pseudokorektory, které poraní chodidla. Zapomeňte na ostudu. Získejte zpět plnou účinnost a noste boty, jaké chcete. To vše díky této inovativní, super účinné metodě boje proti vbočeným palcům...

**Pouze nyní
produkt
za 0 Kč**



Vbočené, křivé palce, kuří oka? Bolest, komplexy? Tyto problémy můžete začít řešit sami jako já! Pokud vám deformace chodidel otravují život, vězte, máte šanci si za několik týdnů užít zdravější a krásnější chodidla.

Jak tohle vím? 17 let jsem trpěla vbočenými palci. Predispozice k nim jsem zdědila po mamě. Přesto jsem v mládí nosila úzké boty na vysokém podpatku a na vlastní žádost jsem si úplně zdeformovala chodidla. Styděla jsem se a nenáviděla jsem, když se na ně někdo díval. Nejhorší ale byla bolest. Bolelo natolik, že jsem nemohla chodit v normálních botách. Koupila jsem si takové speciální ortopedické.

CHODIDLA OVLIVŇUJÍ ZDRAVÍ CELÉHO TĚLA!

→ Vbočené palce se tvoří v akupunkturním bodě odpovědném za práci jater a žláz, které produkují hormony odpovědné za metabolismus. Může to ovlivňovat hladinu energie a váhu.

→ Když jsou chodidla zdeformována, váha těla je nerovnoměrně rozložena. Kolenní klouby, kyčelní klouby a páteř jsou postupně zatěžovány, vznikají nepříjemné degenerace a záněty, které způsobují obtížné diagnostikovatelné bolesti.

**Boj proti
vbočeným palcům
je prvním
krokem
k dobré kondici
a štíhlé postavě!**

Byly ošklivé a cítila jsem se v nich jako invalid. A jsem přece atraktivní ženská, ještě nejsem stará... Jak jsem měla jít v těchto botách na nákup nebo na svatbu dcery?

Existuje vhodná metoda?

Zkoušela jsem všechno, abych se nějak zbavila bolestivých vbočených palců. O operaci jsem zatím neuvažovala, chtěla jsem předem ověřit běžně dostupné metody. Mnohokrát jsem kupovala různá zařízení a korektory. Nejen byly drahé, ale i vůbec nefungovaly! Navíc strašně tlačily, byly nepohodlné a chodidla se v nich potily. Místo toho, aby mě zbavily vbočených palců a bolesti, způsobovaly puchýře a opruzeniny. Nakonec, když jsem mnohokrát investovala spoustu peněz, začala jsem ztrácet naději, že získám zpět krásná a zdatná chodidla.

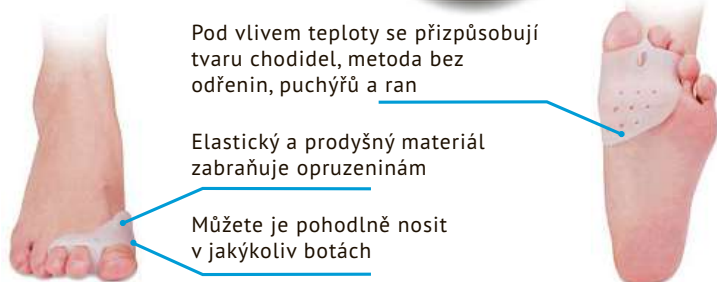
Novinka z Ameriky

Čas od času jsem ověřovala na zahraničních internetových fórech, jestli byl vynalezen nějaký způsob, jak se vypořádat s vbočenými palci. Jednoho dne jsem na americké webové stránce přečetla článek o inteligentních separátorech pro chodidla Hallu Divider, vyrobených z elastického a prodyšného materiálu. Myslela jsem si, že se to zjevně liší od umělých plastových zařízení, kvůli nimž jsem tolik vytrpěla... Proto jsem se rozhodla zkusit a koupila jsem si je!

Pod vlivem teploty se přizpůsobují tvaru chodidel, metoda bez odřenin, puchýřů a ran

Elastický a prodyšný materiál zabraňuje opruzením

Můžete je pohodlně nosit v jakýchkoli botách



INTELENTNÍ SEPARÁTORY PRO VBOČENÉ PALCE:

✓ podporují korekci vbočených palců ✓ pomáhají narovnat křivé prsty ✓ snižují bolest a záněty ✓ posilují klouby a svaly chodidel o 97% ✓ mohou omezit další deformace chodidel

Dnes vím, že to bylo skvělé rozhodnutí! Proč?

Inteligentní separátory pro vbočené palce Hallu Divider se pod vlivem tepla přizpůsobují tvaru prstů.

Jsou vyrobeny ze speciálně zpracovaného materiálu. Je podobný silikonu a je prodyšný, díky čemuž se kůže nepotí. Jsou elastické a velmi pohodlné, proto nezpůsobují odřeniny a usnadňují chůzi. Fungují úžasně, protože za několik dnů: usnadňují srovnat vbočené palce, pomáhají nastavit palec do správné polohy a mohou dokonce zahájit proces zvrácení deformace chodidel.

Chcete nosit podpatky? Tak dobře!

Když jsem použila separátory Hallu Divider, okamžitě jsem pocítila úlevu. Sadu jsem používala ve dne i v noci, díky čemuž moje kúra byla nepřetržitá. Konečně jsem bez bolesti začala chodit, běhat a jezdit na kole. Nevěřila jsem svým očím, jak se mi vbočené palce postupně zmenšovaly a narovnávaly. Za pár týdnů jsem získala mnohem krásnější a zdatnější chodidla – a k tomu bolest se zmírnila. Konečně se to zlepšilo! Mohu nosit boty, jaké chci. Nestydím se obout si sandály, jít do bazénu nebo ke kosmetičce na pedikúru. Tančila jsem celou svatbu dcery na vysokých podpatcích! Může to být lepší?

USNADNĚTE SI ŽIVOT!

Zavolejte do 22.08.2022 a získejte 100% slevu na balení produktu! Prvních 100 lidí obdrží tak inteligentní separátory pro vbočené palce ZDARMA!

Zavolejte: 483 579 066

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



Objednejte si týdeník 5plus2

www.5plus2.cz/schrankovne



RODINA

speciální magazín uvnitř dnešní **MF DNES**



Bolestí se nemůžete hnout? Praská vám v kloubech? Tohle vás zachrání!



Zázračný přípravek špitálních bratří pomáhá odstranit bolesti kloubů už za 76 h!

Postaví na nohy i beznadějně případy.



Výjimečný přípravek, který vytvořil otec Albert z Jeruzaléma, může zachánit před pokročilou bolestí kolen, zad, ramen a loktů. Nenahraditelný při zlomeninách a úrazech, silná směs v kapslích pomáhá obnovit klouby, svaly a šlachy. Chcete být opět pohybliví a zbavit se bolestí, otoků a praskání v kloubech? Jen nyní můžete vyzkoušet tento jedinečný přípravek ZDARMA.



Zázrak, který pomáhá zmírnit bolest

Skvělá novina: po 108 letech byl znovu vyroben přípravek podle tohoto nezvyklého receptu, který pomáhá regenerovat páteř a zlepšit hybnost rukou a nohou. Výjimečný přípravek na klouby, který vyrobil špitální bratr Albert z Jeruzaléma, vyzkoušelo už více než 1,5 milionu lidí. Každý z nich hovoří o skutečném zázraku:

- Loupání v kolenou může zmizet už za 24 minut
- Nohy a ruce se opět stanou pružné a pohyblivé
- Žáda jsou silnější
- Zmírňují se příznaky ischiasu
- Migrény vyvolané úrazy šíje vás přestanou trápit

Klouby se mohou stát plně pohyblivé, i když byly velmi zničené



Účinnost tohoto přípravku šokuje odborníky

Dokonce i ti největší skeptici přiznávají, že už 1 porce denně může podpořit regeneraci kloubů. Lidé z celého světa, kteří už si dali bezplatnou porci řádového receptu, posílají díky za znovu získanou sílu v končetinách, za možnost chodit bez bolesti a za zmírnění mnohaletých kloubních potíží. I vy se můžete připojit do okruhu vyvolených a ZDARMA obdržet zázračný přípravek na klouby otce Alberta z Jeruzaléma. Vrátil pohyblivost stovkám tisíc lidí a jeho příběh je stejně neobvyklý jako jeho působení.

„Jedná se přípravek, který pomáhá vyhnat z kostí veškeré nemoci“

Píše se rok 1911, úpatí hory Skopus v Jeruzalémě. Otec Albert, který tam bydlí, je špitální bratr, který proslulý bylinář. Dokáže nalézt byliny dokonce i v neúrodné, pouštní oblasti. Jednoho dne, při velmi vroucí modlitbě má otec Albert nezvyklé vidění. Ukáže se mu postava, z níž vyzařuje láska a dobro, a přikáže mu, aby si vzal všechny svoje knihy a vrátil se do Evropy. „Najdeš tam rostliny, jejichž sílu 100krát zvýšíš a ony a tvoje budoucí mučednictví zlepší zdraví celých generací,“ řekne.

Otec Alberto pochopil, že uslyšel hlas Páně a neodkladně se vydá na cestu. Po cestě učiní další objevy a na jejich základě nasbírá zvláštní druhy rostlin z 9 evropských zemí. Vytvoří z nich směs, která okamžitě odstraňuje drásavou, pálivou a bodavou bolest. Každý, kdo ji užije, si už po 3 dnech může opět užívat každý pohyb.

Láskyplný dar otce Alberta z Jeruzaléma

Zvěsti o zázračné směsi se šíří stále dál, počty vděčných lidí jdou do stovek. Ale pak vypukla válka. Poslední zprávy o otci Albertovi pocházejí z polní nemocnice na území dnešního Rumunska. Ranění vojáci a místní obyvatelé vzpomínají na velké nasazení a vynikající znalosti obětavého mnicha. Ale po něm samotném zmizí jakékoliv stopy. Zmizí také směs.



Otec Alberto

Neobvyklý přípravek na klouby se vrací v roce 2022.

Předpis na nezvyklý přípravek, který obnovuje kloubní mazivo a obnovuje chrupavky se zázrakem našel při opravě kapličky v Karpatech. Ukázalo se, že přípravek, který byl na základě těch zápisů vyrobený, je velmi silný, a přitom neomamuje, nedráždí žaludek, a co je nejdůležitější – pomáhá účinně zmírnit závažné stavy v kloubech. A to bez ohledu na jejich příčinu!

I vy se můžete zbavit bolesti

Špitální mniši, kteří považují otce Alberta za svého patrona, na začátku roku 2022 obnovili výrobu přípravku. Potvrzují, že tento přípravek pomáhá postavit na nohy až 20 lidí denně a podporuje také i ty, kteří trpí nejvíce. Podle vůle otce Alberta chce řád pomoci vrátit funkční páteř a končetiny co největšímu počtu lidí. Do naší země byl poslán balík se 100 bezplatných balení přípravku na obnovu kloubů. Pokud chcete obdržet jedno z nich, dole na stránce nalazte kontakt:

Svědectví lidí, kterým pomohla směs otce Alberta z Jeruzaléma

Zase mohu chodit bez bolesti

Určitě vím, že to byl přípravek otce Alberta, který mi pomohl získat pohyblivost. Už jsem zapomněl, co je to bolest, a po 3 dnech jsem zase mohl volně hýbat nohama. Život je zase krásný. Doporučuji tento přípravek z celého srdce.

Jiří, 57 let, Praha

Revma? To už není můj problém.

Jednoho dne, jsem si začala povídat se sousedkou, co udělala, že už tak nekulhá. Tehdy jsem se dozvěděla o směsi otce Alberta! Taky jsem ji užila a teď mám pocit, jako bych dostala nové ruce. Zdravé, šikovné, spolehlivé. Už navždy za to budu vděčná.

Marie, 69 let, Brno



Metoda otce Alberta z Jeruzaléma může zachránit vaše klouby - zavolejte si pro ni!

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 07.09.2022 obdrží 100% náhradu výroby!

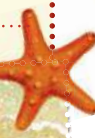


Zavolejte 381 601 344

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.



Německý filozof Immanuel Kant: Jednou z nepochybných a čistých radostí jest...

POMŮCKA: KOMANDITA, PASTORÁLE, RTL	BÝVALÝ AMERICKÝ PREZIDENT	OBCHODNÍ SPOLEČNOST	1. DÍL TAJENKY	KVĚTNÍ PRAŠEK		DRUH TMAVÉHO PIVA	DVOJICE HRAČŮ	INICIÁLY PĚVCE BOCELLIHO	OKŘIKNUTÍ		LESNÍ ZVÍŘE	SKLADBA S PASTÝŘSKÝMI MOTIVY	OPŘENÍ	SLOVENSKÉ CHLAPECKÉ JMÉNO
VOJENSKÉ OPEVNĚNÍ					SMRŠTĚNÍ					DOPRAVNÍ LINKA				
TEČKY					POSVÁTNÝ ZÁKAZ IN. HEREČ. JANŽUROVÉ					SLANÁ MINERÁLKA INIC. HER. MANDLOVÉ				
REPRODUKTOR								DRUH PÍSNĚ MALÝ SVAZEK KLESTÍ						
JMÉNO BÝVALÉHO ČÍNSKÉHO VŮDCE				SYSTÉM SEBEOBRA. SMRTELNÁ NEMOC					HROMADNÝ DOPRAVNÍ PROSTŘED. A SICE					
ANNA DOMÁCKY					PŘÍBUZNÁ STÁT ZÁPADNÍ ASIE					OTÁZKA 1. PÁDU OPASEK ZASTAR.			KYSELÁ POCHUTINA	OBLÍBENÉ PÍSNĚ
	ŘÍMSKÝCH 503 PLAVIDLO Z KLÁD					DÁLNIČNÍ POPLATEK ČÁSTICE					HUDEBNÍ NÁSTROJ NĚMECKÁ TV STANICE			
NEPATRNÝ PENÍZ							2. DÍL TAJENKY NÁZEV HLÁSKY L							
POHÁDKOVÁ BYTOST									SPORTOVEC					
ZNAMENÍ ZVĚROKRUHU				VÁHOVÉ JEDNOTKY HOVOR.					SOKOLSKÉ SLAVNOSTI					

Tajenka: ... odpočinek po práci.

INZERCE



... Váš český operátor ...

VOLEJTE ZDARMA

NABÍDKA

SRPEN–ZÁŘÍ 2022

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

KUPTE 3 ks JAKÝCHKOLIV PRODUKTŮ Z TĚTO NABÍDKY A ZÍSKÁTE 10 VOLNÝCH MINUT DO VŠECH SÍTÍ

1. NÁKUP produktů V AKCI

2. 10 min. do všech sítí ZDARMA

3. PRODLOUŽENÍ platnosti kreditu o 7 DNÍ



KOFOLA Original, 2 l



BIRELL bezový květ, 0,5 l



BIRELL citrón & máta, 0,5 l



BIRELL malina, 0,5 l



JUPIK sirup lesní směs, 0,7 l



JUPIK sirup Aloe Vera, 0,7 l



JUPIK sirup pomeranč, 0,7 l



JUPIK Aqua malina, 0,5 l



JUPIK Aqua jahoda, 0,5 l



BIRELL malina & limetka, 0,5 l



BIRELL červený pomeranč, 0,5 l



BIRELL polotmavý citrón, 0,5 l



BIRELL pomelo & grep, 0,5 l



BIRELL hrozno, 0,5 l



RADEGAST Rázná 10 světlé výčepní, 0,5 l



PILSNER URQUEL světlý ležák, 0,5 l



GAMBRIMUS ORIGINAL 10 světlé výčepní, 0,5 l



VP KOZEL 11 medium, 0,5 l



VP KOZEL černý, 0,5 l



KLÁŠTORNÁ KALCIA perlivá, 1,5 l



KLÁŠTORNÁ KALCIA jemně perlivá, 1,5 l



SEMTEX Cactus, 0,5 l



SEMTEX High, 0,5 l



SEMTEX Original, 0,5 l

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





Váš český operátor

100 Kč KREDIT ZDARMA

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 01082022 12345)

Účtenku s nákupem uschovejte pro kontrolu. Každý účastník může získat max. 1 odměnu denně. Akce platí od 1. 8. 2022 do 30. 9. 2022 ve vybraných prodejnách sítě COOP. Dostupnost zobrazeného zboží z nabídky se může na jednotlivých prodejních místech COOP odlišovat.

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

PŘENOS ČÍSLA ZDARMA

PORUČTE SI COOP MOBIL A NAKUPUJTE LEVNĚJI



facebook

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.



INZERCE

**Den testovacích
jízdy iV**

**„Mistrovství ČR
v balónovém
létání“**

27.08.2022

**Letiště
Jindřichův Hradec**

Váš autorizovaný prodejce vozů ŠKODA:

AR SERVIS s.r.o.
Jarošovská 869/II
377 01 Jindřichův Hradec
Tel.: 739 401 203
www.arservis.cz

AR SERVIS

DNY ŠKODA iV

**VYZKOUŠEJTE SI
MODELY
ŠKODA iV**



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



iV

www.testovacijizdyskoda.cz

ŠKODA ENYAQ iV – emise CO₂: 0 g/km; spotřeba: 16,6–18,1 kWh/100 km

POMŮCKA: ADITIVNÍ, ESET, POOL	POSVÁTNÝ ZÁKAZ	ČESKÝ DIRIGENT KAREL ???	INICIÁLY PĚVCE BOCELLIHO	RADIÁN ZKR.		MAJÍCÍ SPOLEČNOU OSU	ODTĚKÁNÍ	INICIÁLY ZPĚVÁKA STŘÍHAVKY	LÉČEBNÁ TĚLESNÁ VÝCHOVA ZKR.		SMIŘUJÍCÍ	VELIKÁN	PŘIZPŮSO-BENÍ	ČÁST ŮST
FORMA					PODSTAVEC					POPULÁRNÍ FILMOVÁ HVĚZDA				
KNIHY NA FOTKY					ČÁST TEXTU ZKR.					POSLÁNÍ				
					DRUH KAKTUSU					KOVBOJSKÝ KLOBOUK				
CHEM. ZN. BARYA			SILNĚ VÁT					VSTŘELIT BRANKU						
			POKRÝT JINOVA TKOU					JM. SPIS. VACULÍKA						
SLUCHOVÝ ORGÁN				SDRUŽENÍ MONOPOLŮ					ČÁST KROVU					MALÝ PODNOS
				EGYPTSKÁ BOHYNĚ					SPZ TRUTNOVA					
	MIKROSKOPICKÉ NEČISTOTY	TAJENKA ZÁSTUPY												
DŮSLEDNÝ							UVNITŘ PRÁZDNÍ					ZESÍLENÝ POPĚVEK		
							OSOBNÍ ZÁJMENO					ČERNÁ SMRT		
CESTOVNÍ VAK						OBILNINA					ČÁST JMÉNA SKOTŮ			
						CITOSLOVCE VRČENÍ					SLOV. PŘEDLOŽKA VE			
PŘÍDAVNÝ									PLODY					
MÍSTO K DRŽENÍ				JMÉNO NOVINÁŘE TABERYHO					LASICOVITÁ ŠELMA					

Tajenka: ... je uskutečnit.

INZERCE

ALPINE PRO
OFFICIAL OUTLET

2+1

ZDARMA
NA VŠE ZLEVNĚNÉ

DO NEDĚLE 21. 8. 2022

AKCE 2+1 ZDARMA NA VŠE PLATÍ NA VEŠKERÝ SORTIMENT KROMĚ PRODUKTŮ Z II. JAKOSTI. PŘI NÁKUPU 3 KUSŮ ZISKÁTE NEJLEVNĚJŠÍ PRODUKT ZDARMA. NELZE KOMBINOVAT S JINOU AKCÍ ČI NABÍDKOU.

ALPINE PRO prodejna v Táboře: • Nákupní zóna Soběslavská, Tábor

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+2 PLUS

OBJEDNEJTE SI
TÝDENÍK
5PLUS2

WWW.5PLUS2.CZ

www.5plus2.cz/
schrankovne