



HLEDÁME NOVÉ ZAMĚSTNANCE

Do konce roku 2023 přijmeme
až 200 nových zaměstnanců
do výroby převážně na 3 směny

Mzda od 34 240 Kč do 37 650 Kč hrubého

Fronius Česká republika s.r.o.
Tovární 170
Český Krumlov

Fronius

+420 380 705 111



www.fronius.cz

Investujte s e-Finance Group

podílejte se na investicích do komerčních a bytových nemovitostí

PROPAGAČNÍ SDĚLENÍ

Proč e-Finance, a. s.?



1,4 miliardy Kč

je hodnota komerčních a bytových nemovitostí ve vlastnictví koncernu e-Finance, a.s.

181 milionů Kč

již vyplatil koncern e-Finance, a.s. na úrocích plynoucích z dluhopisů určených veřejnosti

22 let

Koncern e-Finance, a.s. byl založen v roce 2001 a již 22 let investuje v ČR do nemovitostních projektů

až 10% ročně

je nadstandardní zhodnocení z dluhopisů pro veřejnost

Bližší informace o nemovitostním portfoliu e-Finance, a.s. najdete na internetových stránkách www.e-finance.eu v záložce **Pro Investory**



Dluhopisy e-Finance určené pro veřejnost - investice od 50 000 Kč

Dluhopisový program e-Finance

Skupina e-Finance, a. s. vydává dluhopisy určené pro občany a firmy v rámci dluhopisového programu e-Finance CZ.

Úrokový výnos z dluhopisů

Dluhopisy nesou zhodnocení, které je vždy určeno v prospektu dluhopisů, který je každoročně schvalován Českou národní bankou a konečných podmínkách pro danou emisi dluhopisů. Česká národní banka schvaluje tento prospekt pouze z hlediska toho, že splňuje normy týkající se úplnosti, srozumitelnosti a soudržnosti, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Toto schválení by se nemělo chápat jako potvrzení kvality cenných papírů, které jsou předmětem tohoto prospektu.

Zhodnocení může být dáno pohyblivou nebo pevnou sazbou. V současnosti e-Finance nabízí dluhopisy se sazbou pohyblivou ve výši inflace+1% u tzv. protiinflačních dluhopisů a nebo s pevnou sazbou od 7% do 10% podle délky investice, která je od jednoho do čtyř let. Pohyblivá sazba je odvozena od změny bazického indexu spotřebitelských cen tzn. o inflaci. Pevná sazba je fixována ve stejné výši pro všechna výnosová období nebo je určena konkrétní sazba pro každé výnosové období. Úrok bude majiteli dluhopisu vyplácen vždy jedenkrát ročně.

Splacení dluhopisu

Dluhopisy jsou obvykle dvou až čtyřleté, přičemž držitel dluhopisu je oprávněn požádat o mimořádný odkup s dvouměsíční výpovědní dobou.

JEDNOLETÉ ZAJIŠTĚNÉ DLUHOPISY

roční výnos
9%

Roční dluhopisy s výnosem 9%. Dluhopisy jsou zajištěné zástavním právem na celém exkluzivním areálu Zámku Račice-Pístovice čítající pozemky o výměře přes 50 000 m², nemovitosti a samotný zámek.

ČTYŘLETÉ PROTIINFLAČNÍ DLUHOPISY

roční výnos
Inflace +1%

Čtyřleté protiinflační dluhopisy s výnosem ve výši roční inflace plus 1%. Prostředky jsou investovány do stávajících nemovitostí generující pravidelné výnosy z nájmu a ubytování.

Dluhopisy e-Finance můžete objednávat přes internet, email, telefonicky, osobně.



www.e-finance.eu



info@e-finance.eu



+420 515 555 555



Bratislavská 52, Brno

PRODEJ investičních nemovitostí s pravidelným nájmem



Investiční nemovitosti - prodej

Skupina e-Finance, a.s. nabízí k prodeji následující investiční nemovitosti, které mají pravidelný měsíční výnos z nájemného. Výnos investora se v tomto případě skládá z každoročně valorizovaného nájemného o inflaci a růstu ceny dané nemovitosti. Stáváte se přímými vlastníky koupené nemovitosti.

Bližší informace o nabízených investičních nemovitostech z portfolia e-Finance, a.s. najdete na internetových stránkách www.e-finance.eu/REALITY

+420 515 555 555 info@e-finance.eu



Miroslav Pala pala@e-finance.eu



Ivo Škaroupka skaroupka@e-finance.eu

Investiční apartmány 2+kk v Jeseníkách

Jeseníky, Horní Lipová - Lázně

2+kk - 43,90 m² + parkovací místo
127 600 Kč (výše čistého ročního nájmu) **4 310 000 Kč**

2+kk - 47,92 m² + parkovací místo
127 600 Kč (výše čistého ročního nájmu) **4 600 000 Kč**

2+kk - 48,50 m² + balkon 6,94 m² + parkovací místo
127 600 Kč (výše čistého ročního nájmu) **4 720 000 Kč**

Byty v novostavbě, Bílovice n. S.

Bílovice nad Svitavou, Obřanská

2+kk - 66,5 m² + zahrada 130 m²
219 516 Kč (výše čistého ročního nájmu) **7 395 000 Kč**

3+kk - 87,2 m² + zahrada 133 m²
250 872 Kč (výše čistého ročního nájmu) **9 130 000 Kč**

3+kk - 87,2 m² + zahrada 165 m²
250 872 Kč (výše čistého ročního nájmu) **9 220 000 Kč**

Honza Dědek

**Ležet u moře
je pro mě
dovolená
za trest**



...str. 8 a 9

Na Složišti mají novou lezeckou stěnu



Na okraji Suchého Vrbného mají děti nově k dispozici lezeckou atrakci známou jako boulder. Dvoumetrové překážky si už vyzkoušel i Adam Kluger se svým tátou. O areál Aktivní Složiště se stará florbalový klub FBC Stíři. Atrakce za 700 tisíc korun vznikla z participativního rozpočtu města.

FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

„Do dalších destinací chceme létat už za rok“

Ostrý provoz **Letiště České Budějovice** začne v srpnu, říká v rozhovoru ředitel Ivan Trhlík.

■ LUKÁŠ MAREK

ČESKÉ BUDĚJOVICE | Na zavazadlovém pásu v terminálu českobudějovického letiště leží zkušebně jeden kufr. Celá budova je jinak skoro prázdná a tichá. Uprostřed odletové haly stojí nový šéf areálu Ivan Trhlík a ukazuje, jak to tu bude za pár měsíců žít.

„Letos očekávám, že tudy projde prvních deset tisíc cestujících, a chceme růst. Potenciál k tomu máme,“ tvrdí

muž, který vedl třeba letiště v Bratislavě. Ostrý provoz toho budějovického začne v srpnu.

Za svou kariéru jste viděl desítky letišť. Jak se vám líbí to budějovické? Je komorní v dobrém slova smyslu. Moderní, splňuje všechny požadavky a líbí se mi. Nejde to srovnat třeba s Miami, ale krása je v tom, že musíte splňovat a dělat úplně stejné činnosti. Jen nemáme systém individuálního odbavení a ně-

které vychytávky jako celotělové rentgeny. Ale běžní cestující nepocítí rozdíl a my chceme, aby se tu dobře cítili.

Na jihu Čech jste uzavřel pětiletý kontrakt. Co bude vaším hlavním cílem, abyste stejně jako na Slovensku řekl, že jste letiště dostal tam, kam potřebujete?

Především zajistit, aby letiště plnilo svůj hlavní účel. To znamená, aby odtud mohla odlétat a přiletět velká letadla a nastartoval se klasický provoz. To je můj úkol, to řeším. Nesmírnou pomocí pro nás je Řízení letového provozu, to musím zdůraznit. Úřad civilního letectví a Letiště Praha. POKRAČOVÁNÍ NA STRANĚ 4



LÉTO BEZ ÚZKOKOLEJKY

**Vlaky do České Kanady
zřejmě nevyjedou**

...str. 33



UNIKÁTNÍ ŽRALOK

**Češi zkoumají tvora, který
se dožívá až 500 let**

...str. 6 a 7



VLADIMÍR DLOUHÝ

**Charismatický herec, jehož
zabili vlastní démoni**

...str. 10



SE PSEM NA DOVOLENOU

**Pozor na nevolnost, pojištění
i upoutání v autě**

...str. 14

„Do dalších destinací chceme létat už za rok“

DOKONČENÍ ZE STRANY 3

Jste zde od března, co už jste stihl?

Základem bylo ustanovit vzdušný prostor, což jsme museli stihnout za velmi krátkou dobu. Dále bylo nutné zřídit letištní provozní zónu či zónu s povinným radiovým spojením. Je to velké množství práce. Zaměstnanci se museli doškolení. Procházíme také různými audity. Nikdo nám nic neodpustí, ale spolupracujeme se samými experty. Na letišti je vše podřízené bezpečnosti.

První zájezdové lety v srpnu nijak ohrožené nejsou?

Nic takového si vůbec nepřipouštíme. Vše plníme podle harmonogramu. Úřad pro civilní letectví zahájí 17. července úplně finální fázi ověření bezpečnosti, 2. srpna startujeme.

Z toho, co říkáte, to vypadá, že jste ani neměl čas na nějaké rozkoukávání?

Protože se v tom pohybuji celý život, věděl jsem, do čeho jdu. Víím, co a jak se má udělat. Ale mým úkolem bylo také o byznysplánu přesvědčit všechny spolupracovníky. Bez toho to nejde, letectví je jedna velká rodina.



Hlavním úkolem šéfa Letiště České Budějovice Ivana Trhlíka je, aby odtud mohla létat velká letadla a nastartoval se klasický provoz. V minulosti vedl letiště v Bratislavě, působil také u Českých aerolinií. FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

Kolik lidí bude pracovat na letištním terminálu, až začne ostrý provoz?

Na přepážkách odbavení cestujících budou tři zaměstnanci, desítky lidí na bezpečnostní kontrole, dva až čtyři lidé na odbavení letadla. Dohromady kolem dvaceti lidí. Na celém letišti pak působí sedmdesát až osmdesát lidí.

Až nastane den D a začne se létat, budete předtím spát klidně?

Jsem zvyklý, pro mě to nebude poprvé. Co ale poprvé je, že my to zde nemáme vyzkoušené. Všichni budou připravení a prochází nejrůznějšími zkouškami, hlavně na letišti v Praze. Jsme sami zvědaví, jak se s tím vyrovnáme. A potěšilo mě, že většina zaměstnanců nejsou přehnaní suveréni, berou práci s pokorou a jako příležitost se učit.

Budete se chtít nějak odlišit od podobných letišť v Pardubicích či Karlových Varech? Nebo hlavně, co uděláte jinak, aby bylo to jihočeské úspěšnější?

K tomu se nechci úplně vyjadřovat s ohledem na to, co jsem říkal. V letectví jsme jedna rodina, a tak nechci říkat, že někde něco dělají lépe nebo hůře. Pomáháme si.

Aby se lepší ekonomika letiště, vidíte cestu i v cargo provozu?

Patří to k tomu, ale cargo není sebespásné. Není vůbec jednoduché ho zajistit. Ale českobudějovické letiště má výhodu, že tu bude brzy dálnice, jeho poloha je vynikající. Není přímou konkurencí Vídně ani Lince. Strategický plán rozvoje je stanovený reálně, byť to nebude jednoduché. U letectví je velká nepředvídatelnost vývoje. Buď musíte mít spoustu linek, anebo k tomu doplňkové činnosti, které ale musí být dobře promyšlené.

Linec opravdu není konkurence Českých Budějovic?

On nás tak nevnímá a my také ne. Jejich letiště si vede velmi dobře.

Po zveřejnění prvních leteckých zájezdů na letošní léto z Českých Budějovic se o ně strhl velký zájem.

To mě překvapilo a potěšilo. Letos se bude z jihu Čech létat na dovolenou zhruba dva měsíce.

Začnete příští rok už v červenci, nebo ještě dříve?

Ano, to si troufám říct. Zatím nemáme uzavřené další smlouvy, ale je logické, že to tak být musí. Kdyby ne, je to samozřejmě špatně.

Bude letiště sezonní, nebo bude provoz celoroční?

Příští rok pravděpodobně sezonní, ale nevylučuji, že se objeví i odlety do dovolenkových destinací v zimním období. My musíme nejdříve ukázat, že ty služby umíme nabízet.

„Příští rok bude provoz pravděpodobně sezonní, ale nevylučuji, že se objeví i odlety v zimním období.“

Platí informace, že zde cestující zaparkují bezplatně?

Ano, platí. Ještě připravujeme nové parkoviště v dolní části u vjezdu. Celková kapacita bude 700 aut. Také sem pojede kyvadlová autobusová linka a rovněž linka přímo z Českých Budějovic.

A budou muset lidé přijíždět s velkým předstihem jako třeba do Prahy, nebo bude stačit kratší čas, když je tu menší letiště?

Přepážky budou otevřené tři hodiny před plánovaným odletem. My doporučujeme, aby tu cestující byli dvě hodiny předem, a věříme, že to je takový standardní čas.

Zatím spolupracujete s Čedokem, má už připravené další destinace po Rhodosu či Turecku?

Už něco vytipoval, ale to zatím nebudu prozrazovat.

Zmínil jste, že očekáváte, že letos projde terminálem asi deset tisíc lidí. A do budoucna?

To číslo by mělo významně růst.

Třeba na padesát tisíc?

Zatím nevím, ale kladu si vyšší cíle.

INZERCE

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu nebo chaty. **Vyřešíme právní vady, dluhy nebo exekuce.** Okamžitá výplata zálohy! Již 23 let zkušeností.

Volejte zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

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

Most zavřou v půlce července

V Týně nad Vltavou už roste **provizorní most**, po němž ale bude jezdit jen část dopravy.

■ MICHAL BĚLSKÝ

TÝN NAD VLTAVOU | Už jen pět týdnů zbývá do začátku kompletní rekonstrukce silničního mostu v Týně nad Vltavou na Budějovicku. Jedna z největších investic ve městě za poslední roky bude stát Jihočeský kraj téměř 300 milionů korun a značně zkomplikuje dopravu v okolí.

Lidé se podrobnosti o termínech, technickém řešení stavby či provizorním přemostění řeky dozvěděli minulý týden na setkání s politiky a stavbaři.

„Podle kontrol bylo zřejmé, že most potřebuje opravu. Byli jsme časově limitováni tím, že příští rok začne Ředitelství vodních cest s rekonstrukcí druhého mostu v Týně, museli jsme to tedy stihnout ještě předtím,“ vysvětlil na úvod hejtmán Martin Kuba.

Podle hejtmána nebyla jiná možnost než využít takzvaného režimu design & build, aby se podařilo most včas dokončit. „Nedělala se tedy klasická architektonická soutěž ani projekt, ale celá akce se zadala firmám, které si projekt samy vytvořily a podle něj následně budou stavět,“ doplnil Kuba s tím, že oceňuje aktivitu vedení města hledající možnosti, jak minimalizovat dopady rekonstrukce na život lidí ve městě.

Širší o tři metry

Kvůli kompletnímu odstranění původní mostovky bude nutné také přeložit inženýrské sítě do provizorního mostu.

„Šíře nové vozovky bude stejná jako dosud, tedy devět metrů. K tomu ale přibudou dva cyklopruhy a velikost chodníku pro pěši bude zachována. Celý most se tedy rozšíří dohromady o tři metry,“ přiblížil parametry nového mostu Martin Knytl z projektantské firmy Sagasta, která se na rekonstrukci podílí.

První práce související s kompletní obnovou takzvaného Nového mostu začaly už předminulý týden. Bagry se na

obou stranách řeky pustily do úpravy břehů, a to v lokalitě Pod Kostelem a na protilehlém nábreží Valcha, aby tam technici mohli v nejbližších dnech začít s instalací provizorního mostu.

Hotovo má být za rok

„Počítáme s tím, že hotový bude na začátku července. V polovině měsíce pak začne demolice mostu. Pokud vše půjde podle plánu, tak by měl být kompletně opravený v červnu příštího roku. Na nás jako radnici pak bude vyřešit obě předpolí, což kvůli rozšíření nebude jednoduché,“ uvedl starosta města Karel Hladeček a dodal, že v srpnu by měl být odstraněný i provizorní most.

S rekonstrukcí se pojí rovněž doprav-

ní omezení pro všechny typy vozidel. Provizorní most bude obousměrně průjezdný pouze pro vozidla do tří a půl tuny. „Budou přes něj jezdit také autobusy. Nákladní doprava do sedmi a půl tuny bude svedena přes hráz Hněvkovické přehrady. Těžší vozidla pak budou muset jet buď přes České Budějovice, nebo přes Podolský most,“ upřesnil hlavní stavbyvedoucí společnosti Eurovia Jan Klepal.

Obyvatelé města čeká nejkritičtější období při odstraňování mostovky. Podle zástupců konsorcia bude demolice doprovázena hlukem a prašností. „Je to přece jen železobetonový kolos. Budeme se snažit práce maximálně urychlit, ale dříve než za 14 dní to nezvládneme,“ doplnili při závěrečné diskusi s obyvateli města.

CYKLO JIŘIČKA
WWW.CYKLOJIRICKA.CZ

15. - 18. 6. 2023

TENTO INZERÁT PLATÍ JAKO SLEVA Z PLNÉHO VSTUPNÉHO.



LÁZEŇSKÝ VELETRH

výstava léčebných lázní,
wellness pobytů a relaxace



RŮŽOVÁ ZAHRADA

mezinárodní výstava růží
a letních květů



SENIOR

výstava pro lidi,
kteří nezůstávají sedět doma

ŠIKOVNÉ RUCE NAŠICH SENIORŮ
více jak 3 500 rukodělných prací
našich seniorů z celé ČR

**VÝSTAVIŠTĚ
LYSÁ NAD LABEM**

nová
zelená
úsporám

Financováno
Evropskou unií
NextGenerationEU

**NOVÁ ZELENÁ
ÚSPORÁM 2021+**

zajišťujeme komplexní zprostředkování dotace v programu
Nová zelená úsporám 2021+ pro bytové domy

PROVEDEME VÁS CELÝM PROCESEM REKONSTRUKCE DOMU:

- Pomůžeme vám stanovit optimální rozsah oprav.
- Pomůžeme vám se schválením v rámci SVJ nebo BD.
- Pomůžeme s projekční činností a energetikou.
- Uspořádáme vám výběrové řízení na zhotovitele.
- Zajistíme vám financování celého projektu tak, aby si to mohlo dovolit maximum obyvatel domu.
- Zajistíme vám k tomu dotaci z programu NZÚ pro bytové domy.

Monoceros s.r.o.
Pernek 20, 382 26 Horní Planá - Pernek
JUDr. Bohuslav Švamberský
+420 777 164 180, bohuslav.svambersky@svamber.com
www.eurorevit.cz, www.monoceros.cz

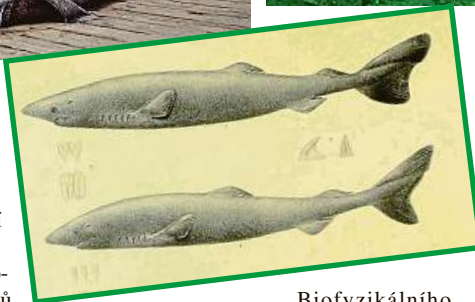
Žralok s genem dlouhověkosti. Čeští vědci řeší, jak nestárnout

Až půl tisíciletí dlouhý život mají zvláštní tvorové z hlubin oceánu. **Expert** z Brna a Ostravy teď **luští tajemství DNA** podivného žraloka.

JOSEF HORA

ČR | Hluboko u dna ledových severních moří se pohybuje tvor, který patří mezi nejdéle žijící živočichy na planetě. Váží i tisíc kilogramů a u těch nejstarších se předpokládá stáří přes 500 let.

Je to žralok malohlavý nebo také grónský, zvíře, kterému evoluce nadělila takové „zbraně“, které vzdorují i času. Proč je jeho maso jedovaté? Má snad někde ve svých buňkách ukryt gen dlouhověkosti? A proč se mu vyhýbají nádorová onemocnění?



Expedice složená z výzkumníků Biofyzikálního ústavu AV ČR a Ostravské univerzity odletěla na Island loni v létě. Vše začalo na severu v malé rybářské vesničce Bjarnarhöfn, kde mají muzeum žraloků, o které se stará Gudjón Hildibrandsson, vnuk posledního tradičního lovce žraloků na Islandu. Vědci se od něj dozvěděli, že tamní severané patří mezi pár lidí na planetě, kteří žraloka malohlavého lovili a pojídali jeho jedovaté maso.

Naučili se ho totiž zpracovat. A to i přes toxicitu, kterou způsobuje látka zvaná trimethylamin.

„Ta má značně nepříjemný zápach a u člověka ji v minimálním množství produkuje bakterie žijící v ústní dutině nebo střevní mikroflóře, takže způsobuje pouze zápach z úst. Maso žraloka malohlavého má ovšem tak vysoký obsah trimethylaminu, že je pro člověka v neupraveném stavu jedovaté,“ vypráví vedoucí expedice profesor Václav Brázda z brněnského

Biofyzikálního ústavu Akademie věd ČR.

Jak se jedovaté maso upravuje? Místní rybáři z něj připravují vyhlášenou islandskou specialitu zvanou hákarl, pro mnohé nejodpornější pokrm, jaký kdy pozřeli. Maso několikrát převaří, poté se nechá pod tlakem dva až tři měsíce kvasit, aby jedovatá tekutina vytekla (dříve zahrabané v písku zatížené kameny, dnes ve speciálních nádobách, pozn. red.), poté se několik měsíců suší. Nakonec se maso nakrájené na kostičky pojídá jako jednohubky napichnuté na párátko a zapíjí islandskou kmínkou.

„Hákarl jsme museli povinně ve žraločímu muzeu ochutnat. Část členů expe-

Vlevo nahoře žralok malohlavý nebo také grónský (latinsky *somniosus microcephalus*) ulovený v roce 1960, dole malba z roku 1913. Vpravo na snímku je dobře patrné oko, jež často napadají parazitické koryši, kteří žralokům vyžirají rohovku. Zvíře nakonec vnímá jen světlo a na blízko hrubé obrysy, později oslepne. Některé populace jsou infikovány prakticky celé. FOTO | WIKIPEDIE, ARCHIV MAFRA

dice jej sice potají za rohem vyplivla z úst, ale i tak to byl silný zážitek,“ pokračuje ve vyprávění vědec Bartas.

Konzumenty odradila vůně po čpavku a chuť jako velmi uleželý sýr. Onen zápach amoniaku je dán močovinou, další látkou vysoce obsaženou ve žraločí těle. Ta žralokům pomáhá, aby neklesli ke dnu jako závaží. „Obě látky jim rovněž pomáhají snášet velmi chladné prostředí s teplotou blížící se někdy i $-2\text{ }^{\circ}\text{C}$, slaná voda při $0\text{ }^{\circ}\text{C}$ ještě nezamrzá,“ vysvětluje Václav Brázda další zvláštnost žraločího organismu.



Václav Brázda, vedoucí expedice Neuron 2022 na Island ke žralokem malohlavým.

FOTO | NEURON 2022

INZERCE

Počet seniorů se zpětnou hypotékou od FINEMO.CZ výrazně roste

Společnost FINEMO.CZ již osmým rokem nabízí v České republice zpětnou hypotéku pod názvem Renta z nemovitosti. Tento produkt již pomohl stovkám seniorů v různých životních situacích. Nejčastější využití Renty z nemovitosti najdete v následujících bodech:

1. Seniori, kteří jsou odkázáni pouze na svůj důchod, často živoří. Nemají dostatek peněz, a tak si nemohou dovolit kupovat kvalitní potraviny či si dokonce zajít na oběd do restaurace. Renta z nemovitosti jim pomohla ke kvalitnějšímu prožití stáří.
2. I starší lidé si chtějí užívat života, ale kvůli nedostatku peněz to bohužel nejde. Renta z nemovitosti jim umožnila splnění snů, ať už se týkaly zájezdů do zajímavých destinací, pobytu v lázních či jen výletů s turistickým kroužkem nebo návštěv divadel a kin.

Výhody Renty z nemovitosti:

- Získáte peníze na cokoli (najednou či postupně).
- Za života nemusíte nic splácet.
- Zůstáváte bydlet doma a jste nadále majitelem svého bytu či domu.
- Můžete žít důstojněji a život si více užívat

3. Někteří seniori využili Rentu z nemovitosti na vylepšení a zútulnění svého bydlení. To, že člověk zestárne, přece neznamená, že nemá smysl udělat úpravu či rekonstrukci bytu, opravit si rodinný domek, vyměnit střechu, bojler nebo si koupit novou pračku.
4. Někdy se stane, že seniori odejdou do penze a jsou zatěžkáni dluhy, jejichž splácení se při nízkém důchodu stává velkou zátěží. Mnohdy je i nemožné. I na splácení dluhů se dá využít Renta z nemovitosti. V takovém případě přináší velkou úlevu.
5. Přestože máme v České republice dostupnou bezplatnou zdravotní péči, existuje mnoho věcí, které zdravotní pojištění nepokrývá. Seniori pak Rentu z nemovitosti využívají například na nový chrup, operace či na přizpůsobení bydlení jejich zdravotnímu stavu.
6. Seniori, kteří mají vnoučata, by rádi pomohli svým dětem s jejich financováním. Případně se starají o svého dlouholetého mazlíčka, jehož péče také vyžaduje určité finance.
7. Jsou lidé, kteří nechťejí nic ponechat náhodě a řeší dědictví ještě za svého života. I k tomu jim může pomoci Renta z nemovitosti.



Chcete vědět víc?

- Prečtěte si příběhy klientů a odpovědi na nejčastější dotazy na www.rentaznemovitosti.cz.
- Vyžádejte si orientační kalkulaci zdarma.
- Můžete nám také zavolat na tel. 233 321 850.
- Jsme držitelé licence České národní banky na poskytování spotřebitelských úvěrů.



Cílem výpravy bylo ulovit a vědecky prozkoumat živého žraloka malohlavého. Zjistit, jak je možné, že se dožívá tak vysokého věku. Protože se ale paryba už přes sto let neloví, přemluvili vědci rybáře, ať je tradiční a specifický lov naučí.

Lov na shnilou koninu

„Používá se k němu velmi šťavnatý kus několika dní odležného až shnilého koňského či drůbežního masa. Napíchne se na 30 cm velký ocelový ‚háček‘ a na dlouhém laně připnutém k bóji položí blízko mořského dna v hloubce 50 až 100 metrů. Pak nezbyvá než čekat,“ popisuje Martin Bartas.

Vědce ale zaskočilo nepříznivé počasí, a tak lov skončil bez úspěchu. Úlovku se česká výprava nakonec přece jenom dočkala, protože místním rybářům čas od času žraloci uváznou v sítích.

Ze získaných vzorků následně badatelé izolovali DNA a teď se snaží žraločí genom rozluštit. „Naši hypotézou je, že extrémně dlouho žijící žralok malohlavý si v průběhu desítek milionů let své evoluce vyvinul nějakou speciální vlastnost na molekulární úrovni, která mu umožňuje úspěšně unikat procesům stárnutí. Bez problémů se dožívá více než 200 let, zatím nejstarší zaznamenaný exemplář měl kolem 400 let,“ vypočítává Brázda. Takový žralok se mohl narodit kolem bitvy na Bílé hoře, pokud by platila starší varianta, která je dána intervalem spolehlivosti použité metody (± 112 let), tak pár desetiletí poté, co byl roku 1440 vynalezen knihtisk.

Tep pětikrát za minutu

„Je ovšem otázkou, zda nějaký gen dlouhověkosti skutečně existuje, nebo jde spíše o souhrn mnoha vzájemně se doplňujících změn na genové úrovni,“ dopl-

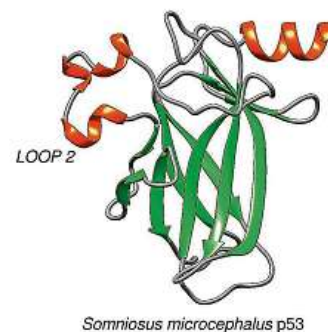


Nahoře pětičlenná česká expedice pod vedením Václava Brázdy (stojí zcela vpravo, doktor Martin Bartas pak úplně vlevo). Dole sušení masa žraloka malohlavého, vedle hotový tradiční islandský pokrm hákarl. Silné aroma jediné kostičky této „pochoutky“ naplní během chvíle celou místnost. Dnes je to hlavně lákadlo pro turisty, místní lidé hákarlu příliš neholdují.

ňuje kolega Bartas. Není to ovšem jediná „superschopnost“ této paryby, kterou se čeští vědci zabývají.

Snaží se třeba přijít na to, jak žralok grónský dokáže odolávat neurodegenerativním onemocněním. Nebo rakovině. „Rakovinné bujení postihuje některá zvířata více, jiná méně. Frekvence vzniku nádorů u žraloků je velmi nízká. To je dáno z velké části jejich unikátním imunitním systémem,“ podotýká Martin Bartas.

Zvláštní je i extrémně pomalý metabolismus zvířete. „Představte si, že rychlost srdečního tepu průměrného člověka je přibližně jeden tep za vteřinu. Srdce žraloka malohlavého ale udeří jen každých 12 vteřin. Samotný pomalý metabolismus sice může k dlouhověkosti přispívat, ale rozhodně to nebude hlavní a jediná vysvětlující proměnná, v chladných vodách v okolí Islandu žijí čtyři druhy žraloků a jen jeden druh se dožívá tolika let,“ uzavírá Václav Brázda.



Vědci zkoumají protein p53. V roce 2021 zjistili, že dlouho žijící druhy zvířat měly v tomto proteinu (resp. v DNA, která jej kóduje) určité změny v podobě specifických mutací.

Legendy o zrození prvního Skalugsuaka

Žralok grónský se vyskytuje napříč severním Atlantikem a Severním ledovým oceánem. Několik legend se o zvířeti dochovalo u Inuitů, původních obyvatel nejsevernějších částí Ameriky a pobřeží Grónska.

Maso žraloka malohlavého má vysoký obsah močoviny, což dalo vzniknout inuitské pověsti o Skalugsuakovi, prvním žraloku malohlavém. Legenda praví, že jedna stará žena si umývala vlasy ve vlastní moči, což se tehdy běžně dělalo za účelem hubení vší. Po této proceduře si vlasy vysušila utěrkou. Tkanina byla větrem odfouknuta do oceánu a z ní se zrodil první Skalugsuak.

Jiná legenda pak vypráví o dívce Sedně, které její otec uřízl prsty, poté co ji utopil. Každý prst se potom změnil v mořského tvora, včetně žraloka malohlavého.

INZERCE

BAUHAUS®**SET NÁBYTKU****MAJA**

2x rohová pohovka, 2x taburet, stůl, vč. polstrů a opěrných velkých polštářů, konstrukce hliník odolný proti korozi

17.990,-!

Nakupte
on-line na
bauhaus.cz

Tato nabídka platí do 30. 6. 2023. Ceny jsou uvedeny včetně DPH. Chyby a změny jsou vyhrazeny.

[f/bauhauscz](https://www.bauhaus.cz)

Talk show pod širým nebem je mnohem větší adrenalin

Nečekaný déšť, rachot cirkulárky nebo brebentící papoušek.

S tím vším si musí poradit moderátor, pokud chce se svou talk show vyrazit z televizního studia nebo z divadla do venkovních prostor. **Honzovi Dědkovi** se to s jeho **7 pády** daří už po několik letních sezon. „**Představení na zámcích** jsou velmi specifickým zážitkem. **Bojujete tam o pozornost diváka s různými okolními vlivy**,“ říká průvodce úspěšným pořadem.



IVETA BENÁKOVÁ

ČR | Honza Dědek už dávno není znám jenom svými rozhovory v tištěných médiích či glosováním hudebního dění jako publicista. Poslední léta ho mají lidé spojeného s jeho talk show 7 pádů Honzy Dědka. Ta se sice na různých místech po Praze natáčí už víc než deset sezon, poslední tři – televizní – ji ale dostaly do povědomí širokého publika. K tomu navíc s tímto formátem objíždí i republiku, chystá se k tomu také letos začátkem léta.

Blíží se léto a s ním spojený čas dovolených. Už víte, kam letos vyrazíte za odpočinkem?

Mám vybraných několik destinací, které jsem hodil do osudí – a zatím se chystám ke slosování. Budou rozhodovat ceny letenek, možnosti last minute zájezdů, počasí, nálada... Uvidíme.

To vypadá, že nejste ten typ, co plánuje dovolenou hodně dopředu, nebo je to teď výjimka?

Mám naplánovaných už asi patnáct let několik dovolených, z kterých vybírám na poslední chvíli.

V posledních letech jste navštívil Gruzii, Rumunsko, Bali, New York... To jsou hodně různorodé cíle. Co vás na těch místech nejvíc baví?

Právě ta rozmanitost, že všude je něco jiného. Do New Yorku člověk jede, řekněme, čerpat inspiraci – vidět nějaký muzikál, divadlo, koncert... Do Gruzie jede poznat úplně jiné kulturní prostředí, krajinu, lidi, tam je to úplně odlišný svět, a na Bali si odpočinout a vykoupat se v moři. Slovy klasika – jíst, meditovat, milovat.

A někdy si jen tak lehnete k moři na lehátko a opalujete se?

To ne, vylehávat u moře neumím. Taková dovolená by pro mě byla za trest. Mám radši zážitkové dovolené, tedy do turistických destinací, kde se kromě válení na pláži nedá nic dělat, to by mě opravdu nebavilo. I na Bali můžete šnorchlovat nebo surfovat. Na druhou stranu, zážitek může být i výlet do Vendryně, když si to umíte udělat hezké.

To jste mi trochu nahrál na další otázku, protože při pohledu na zájezdy s vaší talk show 7 pádů Honzy Dědka vím, že republiku jste projel už hodně a další výjezdy chystáte.

Je to tak, už potřetí vyrazíme v létě na hrady a zámky napříč republikou. Začínáme 26. června v Hluboké nad Vltavou

Honza Dědek

- Narodil se 14. března 1972 v Praze.
- Vystudoval Střední průmyslovou školu stavební.
- Už v roce 1997 začal psát pro časopis Rock & Pop, postupně i do dalších médií. Působil také jako moderátor v rádiu.
- Stal se uznávaným hudebním publicistou. Mnohokrát společně s tlumočnicí Danou Hábovou provázal české diváky také udílením amerických hudebních cen Grammy.
- Od roku 2011 se věnuje své talk show 7 pádů Honzy Dědka, kterou dříve publikoval na portálu YouTube, poslední tři roky ji vysílá televize Prima. Server iDNES.cz jej za jeho show vyhlásil Zpovědníkem roku 2021.
- S přítelkyní Terezou mají společně dva psy – Karlu a Vanilku. Oba „voříšci“ jsou zachráněni z neblahých podmínek.





Honza Dědek s přítelkyní Terezou, která pracuje v bankovním sektoru. FOTO | TEKI SHINE

a po dvanácti dalších mezizastávkách končíme 15. července na Sychrově. Až do června natáčíme pořad ve Švandově divadle pro televizi, mezitím ještě budu ve Frýdku-Místku na festivalu, který pořádá Mirai Navrátil. Čímž se vlastně vracím k vaší první otázce na letošní dovolenou – uvidíme, na co budu mít po tom maratónu síly a náladu.

Sám jste zmínil, že pojedete letní turné pod širým nebem už potřetí, můžete tedy porovnat, jaký je rozdíl mezi představením venku a vevnitř?

Jak jsme mluvili o těch zážitcích, tak zámky jsou jedním z nich. A velmi specifickým zážitkem. Protože v divadle jedinec sedí, soustředí se na představení a není v podstatě ničím rušen. Tedy pokud zrovna nezazvoní někomu v hledišti mobil. Zatímco venku bojíte o pozornost s povětrnostními vlivy, s papoušky ve voliéře na ochoze, se zvuky letadel, cirkulárky.

Vnímáte to tedy jako výzvu?

Je to o úplně jiné energii a pro mě mnohem větší adrenalin. Kde jinde byste zažila, že vám při západu slunce padají paprsky přímo do očí, nebo naopak může nečekaně přijít déšť. Je to úplně něco jiného a já se na to opravdu těším. Navíc se podíváte na krásná místa po celé republice.

Sice volného času evidentně teď moc nemáte, ale když už, jak se domlouváte s partnerkou, co podniknete?

O tom, jak budeme trávit volný čas, zásadně rozhodují já, ale pro jistotu se zeptejte partnerky. Ale teď vážně, rádi jezdíme na výlety, máme i dva pejsky, tak se snažíme podnikat věci i s nimi. Také máme rádi dobrou gastronomii, takže jako tradici každou sobotu už pár měsíců chodíme na dobré jídlo. Zajdeme do kina, do divadla, na koncert... a někdy jednoduše zůstaneme doma a sledujeme nekonečné seriály. Asi jako jakýkoliv jiný pár.

Zmínili jste vaši talk show, zmínili jsme, že jste byl nedávno v New Yorku si splnit jeden velký sen, že?

Jel jsem tam obecně pro inspiraci, zhlédl nějaké muzikály, poslechl si koncerty, podíval se na nějaké výstavy, ale máte pravdu, byl jsem se podívat i na natáčení pořadu mého oblíbence Jimmyho Fallona. Ten talk show The Tonight Show na televizi NBC

převzal v roce 2014 po Jay Lenovi. Je to velký zážitek, který začíná už snahou se na představení dostat. Na Jimmyho Fallona si lístek nekoupíte. Vyplníte online formulář, kde zdůvodníte, proč se chcete natáčení zúčastnit, a pak čekáte, jestli vás vyberou.

To zní spíš jako sázka do loterie než jako účast v publiku.

Tak trochu ano. Natáčí se sice čtyřikrát týdně, ale o lístky usilují lidé z celého světa. Na druhou stranu, pokud vás vyberou, vstup máte zdarma. Měli jsme s mou sestrou, se kterou jsem ve Státech byl, to štěstí, že to vyšlo. Bylo pak zajímavé sledovat, jak organizované to natáčení je a jak přísní jsou například k vypnutí mobilů. Vůbec neexistuje, že by tam koho viděli, že do zapnutého telefonu jenom kouká, natož aby něco fotil nebo natáčel.

Koho jste měl za hosty?

Byl tam mimo jiné herec Jude Law, kterého samozřejmě všichni známe z Mezinárodního filmového festivalu v Karlových Varech, takže se člověk cítil hned jako doma, respektive jako ve Varech.

Můžete to nějak srovnat se svým natáčením tedy?

Náš pořad vznikl jako divadelní představení a celých těch 13 let, co ho natáčíme, děláme vše pro to, aby to tak zůstalo. Aby to stále byl záznam živého divadelního představení, nikoliv klasické televizní natáčení. Pokud už talk show během večera nějak přerušíme, musíme k tomu být závažný důvod. Jimmy Fallon má televizní natáčení se vším, co k tomu patří. To znamená, že pořad je naopak přerušován velmi často kvůli přepudrování, úpravám scény, přestavbě kamer. Publikum je vyzývané k potlesku rozsvíceným nápisem „aplaus“. Jsem rád, že jsem to viděl, ale víc než inspirace to byl zážitek, už jsme zase u toho.

Takže vás to neinspirovalo ke změnám?

Oba jsme se se sestrou, která je producentkou mého pořadu, shodli, že si nedovedeme představit, že bychom to dělali stejně. Na druhou stranu, my točíme jednou týdně, on čtyřikrát do týdne. Ale jsem rád, že si pořad zachováváme to, že jsou Pády záznem divadelního představení, a jsme rádi, že nám v tom Prima umožnila pokračovat beze změn.

PENNY.

OD ČTVRTKA DO STŘEDY
8. 6. – 14. 6. 2023

Zaostřete!
Nože se slevou
až 66%



SÝR ŽERVÉ BONI
různé druhy
80 g
100 g 12,38 Kč

9,90
13,90

28%



SALÁM POLIČAN, HERKULES ŘEZNÍKŮV TALÍŘ
krájený
100 g

19,90
31,90

37%



129,90
229,90

43%

KUŘECÍ PRSNÍ ŘÍZKY
chlazené
cena za 1 kg



TOALETNÍ PAPIR HEŘMÁNEK WIPPY*
3vrstvý | 8 rolí
1 ks 6,24 Kč | 49,90 Kč

49,90

JEDINEČNÁ NABÍDKA!



MERUŇKY
volné | cena za 1 kg

49,90
99,90

50%

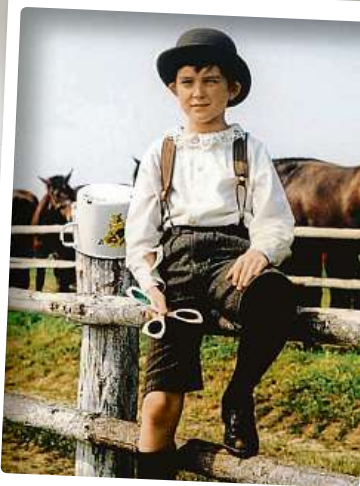
Nejnižší cena za posledních 30 dní. Škrtnutá cena je běžná prodejní cena.

Fotografie mohou být ilustrační. Vyhrazujeme si právo změny. Další podmínky nabídky na www.penny.cz. *Takto označené produkty nenáležejí do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. **Výrobem doporučená cena. ***Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Body za své nákupy můžete získat do 9. 8. 2023. Získané body lze uplatnit do 16. 8. 2023. 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.

Vladimír Dlouhý

Vladimír Dlouhý patřil k nejvýraznějším hercům své generace. Ač si jej pamatujeme především jako **Petra Majera z Arabely**, on sám měl raději své dramatické role v divadlech. Rozhovory téměř neposkytoval, navíc na uměleckém vrcholu **prohrál boj s alkoholem a hlavně s rakovinou. V sobotu 10. června by se dožil 65 let**, zemřel však v pouhých dvaapadesáti.

Text: mb, Zdroje: archiv MAFRA, kniha Kohoutová, L.: Vladimír Dlouhý – muž v hlučné samotě, Řitka 2010; Foto: archiv MAFRA, ČSFD.cz, Herminapress



„TY DVĚ VELKÉ UŠI VZADU BEREME“

Dětství prožil Vladimír Dlouhý na pražském Smíchově v rodině stavebního inženýra, narodil se 10. června 1958. Právě na jedné ze zdejších základních škol si jej **coby žáka šesté třídy vyhlédli režisér Karel Kachyňa a pomocná režisérka Milada Mikešová**, která měla na starost dětské herce pro film *Už zase skáču přes kaluže* (1970). A hned šlo o hlavní roli. „Ty dvě velké uši vzadu bereme,“ zahlásila ve třídě Milada Mikešová při pohledu do lavice, kde seděl Vladimír. Znamenalo to pozvánku na konkurz. **Vladimírova maminka Alena ovšem váhala**, jestli na něj syna vůbec poslat. „Zlomil mě asi pátý telefon, ve kterém mi opakoval, že se jedná o Kaluže a že se bude učit jezdit na koni. Když jsem pak vstoupila do Národního domu na Smíchově a uviděla tu spoustu dětí, vůbec mě nenapadlo, že vyberou zrovna Mírka,“ cituje vzpomínky paní Dlouhé Lenka Kohoutová, autorka knihy o Vladimíru Dlouhém s podtitulem *Muž v hlučné samotě*. **Že Vladimír uspěl, nakonec jeho mámě oznámil asistent režiséra. Byl u toho také tehdy dvouletý Vladimírův bratr Michal (* 29. září 1968), jenž se později rovněž stal oblíbeným hercem.**

ZE ZEDNÍKA SLAVNÝM HERCEM

Hned první role otevřela Vladimírovi cestu k bohaté herecké kariéře. V následujících pěti letech se objevil v desítkách snímků, ale nadále se věnoval i sportu – hlavně fotbalu, hokeji a házené. Nebylo divu, **jeho maminka byla úspěšnou házenkářskou reprezentantkou**, které další triumfy zhatila vážná automobilová nehoda. Ještě na základní škole si Vladimír uvědomil, že natáčení není jen hra, ale také docela náročná práce. „Rozhodl se, že se namísto herce stane stavebním inženýrem, stejně jako jeho tatínek. Matematika ho bavila, k tátovi vzhlížel, zkrátka nebylo co řešit,“ napsala Lenka Kohoutová. Jenže na stavební průmyslovku se nakonec kvůli nadlimitnímu počtu uchazečů nedostal, a tak nastoupil na učební obor. Zedničina ho ovšem nebavila, proto se narychlo přihlásil na konzervatoř, a ačkoliv měl čas na přípravu na přijímačky jen tři dny, zvládl je. Po vojenské službě působil nejprve v Divadle Na zábradlí, pak v Městských divadlech pražských. A natáčel a natáčel, **v druhé polovině 80. let měl i šest filmových či televizních rolí ročně**. Na hereckou dráhu se nakonec vydal i bratr Michal a také maminka Alena, která se stala často obsazovanou komparsistkou. **Prvním společným představením Vladimíra a Michala byla později hra Na dotek v pražském Rokoku.** „Oba jsme měli strach, jestli si na jevišti nebudeme trochu překážet, protože máme někdy podobné vyjadřovací prostředky, ale dopadlo to dobře,“ vzpomínal Michal Dlouhý.

ARABELA? VDĚČNOST I TROCHU VZTEK

Zřejmě nejznámější rolí Vladimíra Dlouhého byl Petr Majer ze seriálu Arabela. Štáb sice vybíral z asi patnácti adeptů, ale režisér Václav Vorlíček nakonec lakonicky prohlásil, že je to vlastně zbytečné: „Vždyť přece existuje dokonalý Mirek Dlouhý!“ První série se natáčela od roku 1978, premiéru měla o dva roky později. **Sám Dlouhý svou osudovou roli vnímal rozpolceně.** „Byl za ni vděčný. Po několika letech, kdy už nebyl tím mladíkem a čerstvým absolventem konzervatoře, ale uznávaným divadelním hercem, ho to ale trochu štvalo. Měl pocit, že veřejnost nevidí než jiného než Arabelu. Že nevnímají jeho jiné, v mnoha ohledech výraznější role. Měl pocit, že je víc než jen Petr Majer,“ vysvětlila Lenka Kohoutová ve své knize.



„ZAKOMPLEXOVANÝ KOSTELNÍK“ VYNESL ČESKÉHO LVA

Kromě mnoha průměrných televizních filmů si v 90. a v „nultých“ letech Vladimír Dlouhý zahrál i v několika **nezapomenutelných snímcích, jakými jsou Knoflíkáři či Bumerang. Velké ceny se však dočkal až dva roky před svou smrtí**, a to když dostal v roce 2008 **Českého Lva** za mužský herecký výkon ve vedlejší roli (na snímku) v historickém dramatu Filipa Renče *Hlídač č. 47*. Co ho na proradném kostelníkovi Bártíkovi, kterého ztvárnil, zaujalo nejvíce? „Jeho zakomplexovanost. Taky to neměl, chlapec, lehký. Přišel mi jako ze života. Věřil jsem všemu, co se kolem něj dělo,“ řekl v jednom z mála rozhovorů, který poskytl severu Kinobox.cz. **Druhého Lva ve stejné kategorii dostal Vladimír Dlouhý už posmrtně** – za svou roli ve snímku Petra Jákla *Kajíněk*, jehož premiéry se bohužel nedožil.

S ALKOHOLEM NEDOKÁZAL SKONČIT ANI V NEJTĚŽŠÍ DOBĚ

Ve svých rolích uměl být klukovsky milý až rozpačitý, stejně jako později sarkastický, vždycky však velmi uvěřitelný. A to i v časech, kdy **zápolil se závislostí na alkoholu a poté také s velmi bolestivou nemocí**, která se mu nakonec ve spojitosti s neochotou změnit životní styl stala osudnou. Spisovatelka Lenka Kohoutová to shrnuje stručně: „**Od mládí si tělo huntoval šíleným pracovním tempem a smrtící životosprávou. Nejedl, nespál, hodně kouřil a hodně pil.**“ Pokud to jen trochu šlo, vyhýbal se doktorům. Ti ho přitom v roce 2000 zachránili, když mu právě hodně vinou životosprávy praskly žilové cévy. „**S extraligou alkoholu jsem skončil,**“ říkal, když po nějaké době veřejně přiznal, že pít holdoval jaksi až příliš. Po čase se však navzdory tomu, že měl před svatbou a jeho **budoucí žena herečka Petra Jungmanová** (vzali se v roce 2008) s ním čekala dvojčata (z prvního manželství měl dceru), **k pít ve velkém opět vrátil. A neskončil s ním, ani když mu lékaři diagnostikovali rakovinu žaludku.** Přestože trpěl bolestmi, pracoval do posledních chvil. **Zemřel 20. června 2010 v pouhých 52 letech.** „Přemýšlel jsem o tom, jestli je lepší, když někdo zemře rychle, náhlou smrtí, nebo když se na to takhle dlouho chystá. Obojí je špatné. U brachy to trvalo strašně dlouho, půl roku jsme věděli, že to tak dopadne. Ale pak je člověk stejně bezmocný, neumí to přijmout,“ uvedl bratr Michal.

Řešení z lékárny od hlavy až po prsty u nohou



Konec smutku, strachům a starostem

Už žádné trápení, starosti ani vnitřní neklid! Nastal čas přemoci psychickou nepohodu i občasné poruchy nálady, naladit se do pozitivna a opět se naplno radovat ze života! Poznejte recept, jak povznést svou náladu do plusu s tímto jedinečným přípravkem.



Vyzkoušejte ověřený, originální přípravek **L-Tryptofan Therapill®**. Tento unikátní doplněk stravy obsahuje čistý a kvalitní L-tryptofan, jenž je přirozeným zdrojem hormonu štěstí (serotoninu), a vitamin B6, který přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání. L-Tryptofan Therapill vám proto pomůže navrátit duševní klid a ztracenou pohodu. Při jeho užívání se zároveň nebudete muset obávat nežádoucích účinků, jako je omezení bdělosti či návykovost.



**L-Tryptofan Therapill,
váš recept
na dobrou náladu!**



Mravenčí vám nervy?

Pocity mravenčení, štípání či brnění končetin, citlivost prstů nebo přecitlivělost nervových buněk řeší velká část populace. Nenápadné příznaky mohou postupně dorůstat těžko snesitelných rozměrů. Nenechte nervy v ohrožení!

Unikátní doplněk stravy **Neuromedic** kombinuje vysoké dávky kyseliny alfa-lipoové, vinnou révu, fosfolipidy a vitaminy skupiny B, díky čemuž efektivně regeneruje a podporuje funkci i citlivost nervové soustavy a vyživuje nervové buňky. Obsažený silymarin navíc chrání nervy před vlivem toxinů. Neuromedic je díky vysokým dávkám vitaminů B ideální ochrana nervů při jejich nedostatečné výživě, vystavení toxinům či mechanickým vlivům nebo vedlejšími účinkům některých tablet.

**Dopřejte nervům úlevu
od mravenčení, štípání, brnění
a přecitlivělosti nervových buněk.**

Jak na nehtové mykózy

Nehtové mykózy se nejčastěji projevují lámáním, třepením a zažloutnutím nehtů. Přijít k nim je snadné. Stačí nedůsledná pedikúra, uzavřená obuv nebo pobyt ve sdílených sprchách. Zbavit se jich je už ale náročnější. I když plísně zastavíte, skutečně se jich zbavíte teprve až ve chvíli, kdy nakažená část nehtu zcela odroste.

Při prvních příznacích nehtové mykózy sáhněte po revolučním přípravku **Mycosin FORTE sérum**. Jeho extra silné složení obsahuje 42 % konopného oleje, antimykotickou látku batterikal a citrusové silice. Sérum tak okamžitě zastavuje šíření nehtových plísní, posiluje nehet, zbavuje ho nežádoucího zabarvení a urychluje jeho růst. Mycosin FORTE sérum je možné používat dlouhodobě bez vedlejších účinků.



Šetrně odstraňuje UŠNÍ MAZ!

Snižuje riziko ZÁNĚTU UCHA!

Pro usnadnění hygieny uší a předcházení vzniku zánětu ucha zvolte **AurisClean ušní sprej** z prémiové řady Da Vinci Academia, který bezpečným a hlavně účinným způsobem odstraňuje nadměrný ušní maz. Zdravotnický prostředek AurisClean ušní sprej funguje na revolučním principu aktivního kyslíku, čímž dochází k odloučení ušního mazu od kůže zevního zvukovodu, a tím se snižuje riziko zánětu ucha. Unikátní složení a pohodlná forma aplikace ve formě spreje či kapek garantuje bezpečné užívání jak u dospělých, tak i dětí.

Zabraňte vzniku zánětu ucha či poranění zvukovodu, které může být způsobeno nesprávným a neopatrným čištěním ucha. Pro pravidelnou ušní hygienu raději zvolte účinnější a hlavně bezpečnější variantu!

Lék na smrtícího „mozkožrouta“

Čeští a slovenští vědci objevili léčbu jedné z nejsmrtelnějších nemocí na planetě. Negrelióza člověku „sežere“ mozek, do teď umíralo sedmadvadesát procent nakažených.



JOSEF HORA

ČR | Mezi deset nejsmrtelnějších nemocí na světě patří negrelióza. Jedná se o nákazu, kterou způsobuje smrtící měňavka *Naegleria fowleri*, které se hovorově říká „mozkožravá améba“.

Člověk se jí může nakazit v teplé stojaté vodě jezer, lázní, bazénů, ale například i z vodovodního kohoutku.

Prvok se přes nosní sliznici a čichový nerv dostává do mozku, který prostě během několika hodin doslova sežere.

Příznaky jsou podobné meningitidě, kdy se hodiny až dny po infekci objeví bolest hlavy, následuje horečka, nevolnost, zvracení a ztuhlý krk, dále pak halucinace, záchvaty a neurologické potíže spojené se změnami řeči, podivnými pohyby očí či špatnou chůzí, kdy postižený doslova dupe patami do země. Symptomy postupují rychle, po týdnů až dvou nastává smrt. Nemoc, která se také nazývá PAM, tedy primární amébová meningoencefalitida, je naštěstí vzácná, ročně jsou zaznamenány po celém světě pouze desítky případů, smrtelných je však 97 procent. Čeští a slovenští vědci ale letos na jaře oznámili, že na PAM objevili léčbu.

Průlomový objev ohlásili výzkumníci z centra BIOCEV ve Vestci u Prahy. Když se pokoušeli vyvinout nové postu-

py pro léčbu spavé nemoci, aplikovali látku zvanou „akoziborol“.

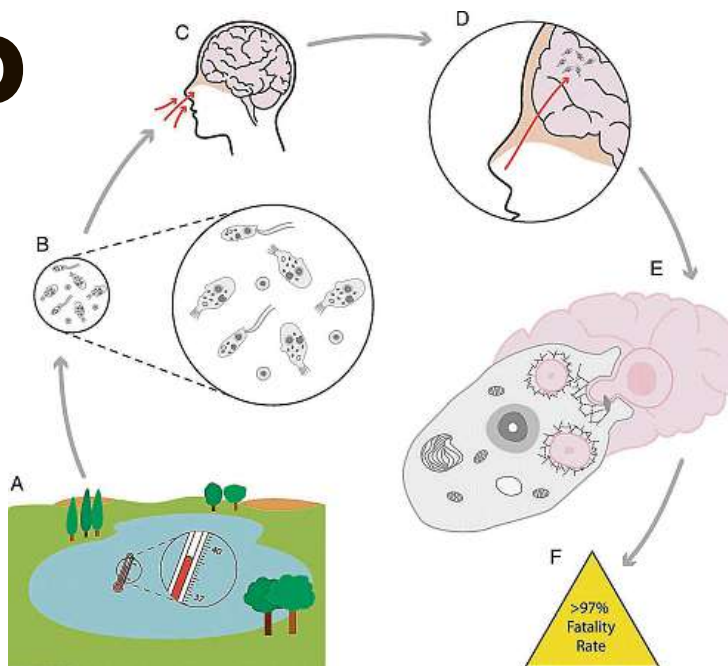
„Je to čistě chemická, syntetizovaná látka, odvozená od jiných antiparazitických látek,“ řekl pro týdeník 5plus2 slovenský parazitolog Róbert Šuták z Přírodovědecké fakulty Univerzity Karlovy a centra BIOCEV. Jenže tato látka nebyla proti mozkožravé amébě dostatečně účinná. Až díky spolupráci s chemiky Lukášem Wernerem a Janem Štursou z Biotechnologického ústavu AV ČR se v centru BIOCEV podařilo najít příbuznou molekulu, která byla schopna zabít kultivované améby.

Konec děsivé nemoci?

Preparát vědci okamžitě vyzkoušeli na myších. Léčba zafungovala. „To, že jsme mohli prokázat vyléčení PAM na experimentálním zvířecím modelu, bylo skvělé. Léčba buď významně prodloužila přežití, anebo dokonce myši infikované patogenem *Naegleria fowleri* vyléčila,“ podotýká Róbert Šuták.

Ohledně dalšího vývoje léku pro lidské pacienty jsou chemici optimističtí. „Zdá se, že jsme jen pár kroků od objevu prvního účinného terapeutického zásahu proti této děsivé nemoci,“ myslí si Lukáš Werner a Jan Štrusa.

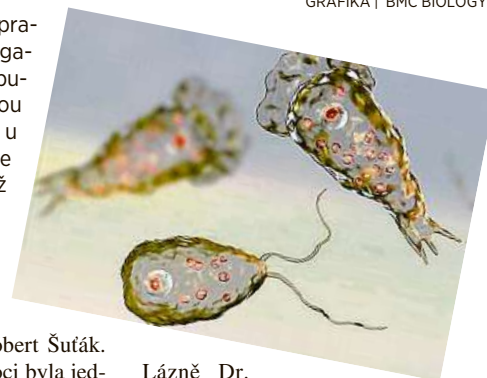
Kdy by se látka mohla objevit na trhu, se zatím neví. „Otázkou není ani tak čas, jako nákladné financování. Vzhledem k tomu, že se jedná o vzácné



Nákaza smrtelnou negreliózou hrozí v teplých sladkých vodách. Dosud bývala infekce *Naegleria fowleri* léčitelná pouze terapeutickým koktejlem a ještě za podmínky, že je detekována včas. Přesto má 97procentní úmrtnost.

GRAFIKA | BMC BIOLOGY

Naegleria fowleri (foto vpravo) je jednobuněčný organismus, který u lidí způsobuje tzv. primární amébovou meningoencefalitidu (PAM). Parazit umí žít ve vysokých teplotách až do 45 °C.



onemocnění, nedá se asi očekávat, že se do výzkumu budou farmaceutické firmy hrnout,“ myslí si Róbert Šuták.

Přesto právě vzácnost nemoci byla jednou z motivací výzkumu. Dalším hnacím motorem pak bylo, že největší epidemie negreliózy na světě zasáhla v 60. letech někdejší Československo, přesně Ústí na Labem.

Prokletí smrtících Lázní Dr. Vrbenského

Vše začalo záhadnými úmrtími v roce 1962. Tehdy se hnisavým zánětem mozku nakazili v Ústí nad Labem tři mladí lidé. Všichni měli stejný neobyčejně prudký průběh a během pár dnů zemřeli, léky nezabíraly.

Mikrobiologické a infekční laboratoře začaly pátrat. K překvapení všech se následující rok hrůza opakovala, v červnu 1963 onemocnělo v Ústí šest mladých lidí ve věku osm až 25 let. Všichni zemřeli. Brzy se objevila první indicie – všichni mrtví navštívili některé z ústeckých lázní. Ve městě fungovala čtyři taková zařízení – moderní Lázně Dr. Vrbenského, Městské lázně a dva novější bazény Na Klíši a v Brně.

Pátralo se na pitevních i v laboratořích, odebíraly se vzorky, „stopovaly“ se plavecké kurzy nejen v Ústí, ale i v Teplicích a dalších městech. Bezvýsledně. Původ nemoci zůstal skrytý.

Postupně se ale přišlo na to, že všichni nakažení alespoň jednou navštívili

Lázně Dr. Vrbenského, nejčistší a nejlépe udržované lázně v širokém okolí.

Nemoc po několika měsících udeřila znovu, zabila pětici mladých plavců. Opět se zuřivě čistilo, voda se upravovala, vše marně. V říjnu 1965 zemřeli po návštěvě bazénu další dva mladí lidé a lázně byly definitivně uzavřeny. Nákaza se od té doby neobjevila, pátralo se dál. Průlom nastal až koncem roku 1967, kdy se o epidemii dozvěděl mladý parazitolog z Vojenského ústavu hygieny, epidemiologie a mikrobiologie v Praze Lubor Červa.

10 centimetrů popraskaného betonu ukrývalo zabíjáka.

Pátrání se vrátilo do Lázní Dr. Vrbenského, kde dělníci sundali obložení čelní stěny bazénu. Tam našli místo, asi 10 centimetrů popraskaného betonu, ve kterém se zadržovala voda. Právě v této kapse se dlouhé roky nebezpečné negrelie v obrovském množství množily.

Jak se ale dostaly do bazénu? Další náhoda. Kvůli závodům vodního póla bylo občas nutné hladinu bazénu zvýšit o 40 centimetrů, po závodech se voda opět odpouštěla. Právě v tu chvíli se vyplavovali nebezpeční prvoci z dutiny za dlaždicemi.

INZERCE

Festival Krumlov
Mezinárodní hudební festival
Český Krumlov

14 / 7 — 5 / 8 / 2023

výjimečné místo — výjimečný zážitek

Festival 32 Krumlov

Generální partner

Kooperativa
VIENNA INSURANCE GROUP

Vstupenky zakoupíte na
festivalkrumlov.cz

Rozdáváme 1000 bezplatných balení přípravku proti močové inkontinenci.

BLOKUJE ÚNIKY MOČI od 1. použití

Bezplatný prostředek vrací 100% kontrolu nad měchýřem

Získejte metoda zdarma a zapomeňte na úniky moči stejně jako 16 900 Čechů



TOTO NENÍ CHYBA TISKU
– 1000 BALENÍ ZA 0 Kč!

Nepříjemné úniky moči, mokré skvrny na spodním prádle a časté návštěvy na toaletě mohou být minulostí. Díky nové metoda se už téměř 17 tisíc lidí zbavilo pocitu neustálého tlaku na močový měchýř a netrápí je inkontinence, znovu získalo kontrolu nad měchýřem a životní komfort bez nepříjemných překvapení – a to vše za méně než 7 dní.

Metoda, kterou si nechal patentovat britský odborník Thomas Brown, představuje skutečný přelom ve snižování nepříjemných problémů spojených s úniky moči. Až 98 % lidí, kteří použili novou metoda, přiznává, že problémy s nekontrolovaným vyprazdňováním měchýře ustupují už v prvních 7 dnech, což znamená, že každý může ovládat svůj měchýř, snížit četnost nepříjemných návštěv na toaletě, zbavit se studu a zlepšit kvalitu každodenního života – a to za méně než týden. Jak je to možné?

Inovativní přípravek odstraňuje příčinu problému



„Pro odstranění problému s inkontinencí je potřebná intenzivní regenerace močové soustavy na buněčné úrovni. Aktivní složky obsažené v novátor-ském přípravku utěsňují měchýř, obnovují sliznici močové trubice a posilují svaly pánevního dna až o 81 %, čímž navrací kontrolu nad vyprazdňováním měchýře už během 24 hodin.“

Thomas Brown, odborník na urologická onemocnění

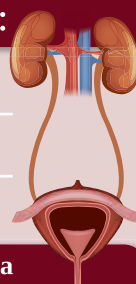
KONEC STUDU! PRVNÍ EFEKTY UŽ ZA 24 H

INKONTINENCE SE DÁ SNÍŽIT

Testy dokazují, že inovativní přípravek účinně eliminuje veškeré potíže močové soustavy bez ohledu na věk a pohlaví nemocného a také bez ohledu na stupeň pokročilosti a příčinu obtíží. „V každém případě už po 2–3 dnech kúry se tlak na měchýř zmírňuje, nekontrolované úniky moči ustávají a doba výdrže s plným měchýřem se až 7násobně zvýší, což umožňuje výrazně prodloužit dobu mezi jednotlivými návštěvami toalety,“ vysvětluje Brown.

NOVÝ PŘÍPRAVEK PŮSOBÍ NA INKONTINENCI:

- ▶ **Z NÁMAHY**
(např. při kašli, smíchu, kýchní, fyzické námaze)
- ▶ **NALÉHAVÉ**
(mj. noční močení, úniky spojené se zánětem měchýře)
- ▶ **Z PŘEPLNĚNÍ**
(nejčastěji po porodu nebo v případě onemocnění prostaty)



Inovativní přípravek posiluje svaly pánevního dna až o 81 %. Už 1.aplikace přípravku může obnovit sliznici močové trubice, která se stává pružnější a těsnější.

1 PORCE

EFEKTY UŽ PO 24 H

Tak imponující účinnost kúry vyplývá ze schopnosti aktivních látek brzdít přehnané reakce močového měchýře a díky tomu se v prvé řadě ztrácí pocit neustálého tlaku na trubici. Pravidelné používání přípravku má také vliv na posílení svalů pánevního dna, regeneruje stěny měchýře, vrací jim pružnost a zlepšuje napětí tkání, z nichž se skládá vylučovací soustava. Navíc nový přípravek využívá přirozenou regenerační schopnost organismu a podněcuje buňky ke zvýšené produkci estrogenu a testosteronu – hormonů odpovědných za navrácení správného vyprazdňování měchýře.

KONEC S INKONTINENCÍ

Odborníci tvrdí, že na trhu v současné době neexistuje rychlejší a účinnější neinvazivní metoda úlevy od precitlivělosti měchýře.

Úleva pro měchýř



„Vleklé problémy s měchýřem mi znepříjemňovaly život už několik let. Zkoušela jsem různé prostředky, ale teprve tento přípravek mi účinně, rychle pomohl s mým problémem – inkontinencí. Po týdnu kúry jsem už mohla jít volně do bazénu, smát se a kašlat bez obav z nekontrolovaného úniku moči. Nemusím už běhat každých 20 minut na WC. Tento produkt mi zlepšil život o 200 %. Děkuji.“

Ludmila, 53 let, Ostrava

Vyřešil jsem problém jako muž!



„Mokré skvrny na kalhotách, nekontrolovatelné úniky... Vždyt' jsem silný, zdravý chlap! Lékař mi doporučil příslušnou kúru a k tomu jsem začal používat přípravek, který mi koupila moje žena. Stačilo 10 dní, abych získal kontrolu nad svým organismem. Rozhodně se jedná o produkt, který doporučuji.“

Jozef, 65 let, Teplice

Aktivní látky obsažené v přípravku jsou 100% přírodní. Podílejí se na výstavbě přiměřeného napětí a jadrnosti tkání vylučovací soustavy. Když se jednotlivé úseky močových cest stanou silnějšími a pružnějšími, celá vylučovací soustava je těsnější.

4 SUPER VÝHOD

Originální přípravek může:

- + Výrazně zmenšit problém s úniky moči už za 7 dní
- + Utěsnit vylučovací soustavu za 24 h
- + Snížit tlak na močovou trubici
- + 7krát prodloužit dobu výdrže s plným měchýřem

Zbavit se nepohodlí a nekontrolovaných úniků moči

**RYCHLE, DISKRÉTNĚ,
NASTÁLO**

**NEODKLÁDEJTE TO –
OVLÁDNĚTE MOČOVÝ
MĚCHÝŘ UŽ DNES**

Nejsme charitativní organizace. Nabízíme přípravek nejvyšší kvality a víme, že když se informace o této akci na vrácení uhrazené částky rozkřikne, zákazníci nás zaplaví svými objednávkami. Je to vaše poslední šance získat balení přípravku za tak výhodných podmínek.

ZDARMA PRODUKT

Prvních 1000 lidí kteří zavolají do **28.06.2023** obdrží **100% NÁHRADU VÝROBCE!**

ZAVOLEJTE: 465 719 912

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

DŮLEŽITÉ: Limit je 1 balení na domácnost

Se psem na dovolenou: pozor na nevolnost i upoutání v autě

Tablety proti žaludečním problémům, dost vody, ale také pojištění. Než se vydáte se psím parťákem na dovolenou, je potřeba zařídit řadu věcí.

? 5plus2 RÁDCE

ČR | Stejně jako lidé, tak i psi mohou při cestování autem trpět nevolností. Projevuje se nejen celkem pochopitelným neklidem, neboť samotná změna prostředí a cesta jsou pro vašeho zvířecího parťáka stresující záležitostí, ale také nadměrným sliněním či dokonce zvracením.

Kinetózu, tedy onu cestovní nevolnost, vyvolává rychlá a klikatá jízda. Bude o to horší, pokud před cestou dáte psovi najíst. Podle odborníků je proto vhodné dát poslední krmení před cestou nejpozději čtyři hodiny před jejím začátkem. V obchodech

jsou k dispozici také volně dostupné tablety, které se psovi podají v nějakém oblíbeném pamlsku. Obvykle zabírají na dobu asi dvou až čtyř hodin, a to do hodiny po podání. Psovi zklidní nervy i žaludek, bývají na přírodní bázi a nenávykové.

Tekutiny a stín pro granule

Udržet psovi standardní pitný režim je při dovolené a cestování to nejdůležitější. Je proto třeba vzít cestovní misku, a to i když jdete jen na pěší výlet. V opačném případě totiž bude pes hasit žízeň v kalužích či například ve stojatých vodách rybníků, které jsou plné parazitů, jež mu mohou způsobit nepříjemné žaludeční problémy. Pokud pojedete s psem k moři, dohlédněte na to, aby nepil mořskou vodu, má totiž vysoký obsah soli a projevuje účinky.

Pes by měl denně vypít zhruba 50 ml vody na každý kilogram své váhy. Že je dehydratovaný, se pozná například podle suché a lepkavé dásně, v horších případech pak i podle toho, když zvířeti jemně povytáhnete kůži za krkem mezi lopatkami. Pokud je dehydratovaný, kůže není pružná

a automaticky neslehne. Při letní dovolené pod stanem, v chatkách a podobně musíte dávat pozor také na to, kde budete uskláňovat psův jeho granule. Mělo by to být v místě s teplotou do 25 stupňů Celsia, protože v příliš horkém prostředí granule žluknou, což může vyvolat zažívací potíže. Vyplatí se tedy kupovat spíš menší balení, která se rychleji spotřebují.

Pás nebo speciální sedačka

Umístění psa v autě mnoho řidičů neřeší, prostě jej usadí na přední nebo zadní seda-

dlo spolujezdce a vyrazí. Jenže tím riskují pokutu. Podle zákona totiž musí být pes v autě řádně zajištěn. Zvlášť pokud s ním jede majitel sám, je nutné jej na sedačce připoutat, k čemuž existuje dnes už poměrně široká nabídka nejrůznějších postrojů, kterými psa připoutáte k sedadlu. Stojí od jedné stovky do tří set. Zvlášť pro menší a střední plemena může být volbou i speciální psi autosedačka, je to vlastně pelíšek se zábrany, který je uchycený například k hlavové opěrce sedaček, přičemž pomocí postranic se zipem jej lze ohraničit, aby pes nepadal mimo. Ceny se pohybují od sedmi set korun do několika tisíc.

V případě přepravy většího plemene v zavazadlovém prostoru je vhodné pořídit síť či mříž, které zvířeti nedovolí dostat se k řidiči. Síť stojí od pěti stovek výše, mříž od tisícovky. (re)



FOTO | SHUTTERSTOCK

Pojištění může ušetřit tisíce korun za léčbu

- Při cestě do zahraničí by měl být pes pojištěn, protože úhrady léčby jinak bývají velmi vysoké. Ať už v rámci vašeho cestovního pojištění či formou samostatného cestovního pojištění zvířat.
- Pro příklad: Pojištění asi třicetkilového psa na sedm dní pro cestování po Evropě stojí okolo šesti stovek, přičemž pojistný limit je 30 tisíc korun s 10% spoluúčastí.
- Ovšem pozor, pojišťovny nepojistí automaticky každého psa. Důležitý je však (obvykle do osmi, maximálně deseti let věku) a také jeho zdravotní stav.

INZERCE



CHYTRÁ DOVOLENÁ



Náš areál je dokonalým místem pro relaxaci, letní radovánky, báječnou dovolenou i regeneraci. Voda v bazénech teplá 28°C zahřeje, když je zataženo a ochladí, když má slunce svůj den. Vydátný sirný pramen s nejvyšším obsahem sirovodíku v České republice zase pohladí Vaše bolavé tělo. Tři desítky různých pobytů a bezmála sedmdesát typů lázeňských procedur je opravdu slušný výběr. **Přijďte k nám a užívejte si.**



Doporučujeme vyzkoušet

POHODOVÁ RELAXACE
(5 dní / 4 noci)
5 lázeňských procedur

- 1 osoba
- polopenze
- 8 330,- Kč

BEZVA DOVČA
(7 dní / 6 noci)
sportovní karta v ceně

- 1 osoba
- polopenze
- 10 050,- Kč

Samostatné ubytování a plná penze s doplatkem.



E. info@hotel-kostelec.cz, T. 577 152 159

www.hotel-kostelec.cz



AGROTEC Group 16. – 17. 6. 2023 | HUSTOPEČE

Memoriál Rudolfa Kouřila



18. ROČNÍK AGROTEC PETRONAS RALLY

...mezi vinohrady



START 16. 6. 2023 v 17:15 HOD

Husova ulice | Hustopeče | www.agrotecrally.cz

FIA Zóna střední Evropa | PSG Mistrovství České republiky v rally | PSG Juniorský mistr ČR | Dámský pohár ČR | Pohár 55+ | AUTOKLUB Mistrovství ČR v rally historických automobilů | Pohár Pirelli 2023 | Peugeot Rally Cup Czech Republic 2023



jihomoravský kraj



Konání akce umožnil podnik Lesy České republiky, s.p.



Voňavé jahody, rum a kozí sýr

Jahody miluje každý. Jejich sezona je tady. Ať už si je **natrháte na zahrádce**, nebo koupíte na trhu, v kuchyni z nich vytvoříte **laskominy** pro přicházející letní dny.

 **5plus2**
■ **V KUCHYNI**

ČR | Záhon dozrávajících voňavých jahod na vaší zahrádě je pro radost. Snad vykouk-



ne slunce, aby je pěkně zbarvilo do červeně. Jahody jsou bohaté na vitamin C a prý dokonce povzbuzují sexuální apetit. Díky tomu, že „céčko“ a další vitaminy, které jahody obsahují, odbourávají cholesterol a působí proti kornatění tepen, mají jahody pozitivní účinky při chorobách srdce a cév. Červené plody obsahují i velké množství vlákniny. Jsou tedy vhodné pro lidi, kteří trpí špatným zažíváním, a to hlavně zácpou. Máme pro vás překvapivé recepty.

INZERCE

Elektrické vozíky a skútry



SELVO

Doporučuje
Jirka Krampol

Pohyb v každém věku

SLEVA 31 %

SLEVA 33 %



SELVO 4800
~~72 590 Kč~~
49 990 Kč
vč. DPH

• jedná se o zdravotnické prostředky*



SELVO 4250
~~49 490 Kč~~
32 990 Kč
vč. DPH

Toasty s jahodami a kozím sýrem

Suroviny pro 4 osoby: 8 krajíců bílého toastového chleba, 250 až 300 g kozího sýra s plísní na povrchu – váleček, 300 g čerstvých jahod, 8 lžiček medu, 4 lžice balzamikového octa, hrubě mletý barevný pepř, 1 lžička tymiánu, 1 větší větvička rozmarýnu.



Postup: Kozí sýr nakrájíme na osm plátků. Jahody omyjeme, zbavíme stopek, osušíme a nakrájíme na tenké plátky. Chleby opečeme krátce v toastovači nebo nasucho pod grilem či v troubě na plechu. Z každého krajíce toastového chleba vypícheme kulatým vykrajovátkem kolečko, lehce ho potřeme medem, obložíme v několika vrstvách plátky jahod, posypeme čerstvě drceným pepřem a zakápneme balzamikovým octem. Na každý toast položíme plátek sýra, pokapeme zbylým medem, okořeníme tymiánem, pepřem a dáme krátce rozpéct pod rozpálený gril. Stačí tak půl minuty až minuta, jen co se sýr začne lehce roztékat. Ozdobíme plátkem jahody, snítkou rozmarýnu a podáváme.

Jahody v rumu s vanilkou a limetkou

Suroviny: 600 až 700 g čerstvých jahod, 2 limetky, 4 až 6 lžic třtinového cukru, 1 vanilkový lusk, 200 ml kubánského rumu. **Postup:** Nakrájené jahody promícháme s překrájenými limetkami a vložíme do skleněné nádoby. V rumu rozmícháme cukr a nalijeme ho na jahody ve skle. Přidáme rozpůlený vanilkový lusk, popřípadě dolijeme rumem



nebo trochou vychlazené sodovky, aby bylo ovoce potopené. Dáme minimálně na hodinu chladit do chladničky a podáváme. (ves)

67 prodejen se servisem po celé ČR a SR. Nejbližší ve vašem regionu jsou tyto:

Služby na libovolné adrese

AKTIV ZDRAVOTNICKÉ POTŘEBY s.r.o.,
Pamětice 17, tel.: 608 100 717, 380 427 000

Písek-U Hřebčince

CYKLOŠVEC s.r.o., U Hřebčince 2509,
tel.: 382 206 450

Písek-Harantova

CYKLOŠVEC,
Harantova 1317, tel.: 382 221 175

Strakonice

Milisterfer Jiří - AGROM,
Volyňská 145,
tel.: 383 324 405, 777 993 399

Soběslav

Oáza-Cykloport Švec,
Na Ohradě 368,
tel.: 381 211 481,
603 836 119

Seznam všech prodejců a další produkty najdete na

www.selvo.cz

* Před použitím čtěte pozorně příbalený návod k použití výrobku.



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 nejčistší oblasti 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 musíte se ji 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, spoluvýrobce náplastí na hubnutí, ujišťuje: *Náštesti máme konečně slušnou alternativu. Do distribuce byly uvedeny bezplatné náplastí, 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 náplastí 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 28.06.2023 obdrží 100% náhradu výrobce!

ZAVOLEJTE 465 719 913

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.



Když se zvíře změní v útočníka

Moderátoři Krimi zpráv CNN Prima NEWS často vyjíždějí natáčet k případům, u kterých by většina z nás raději nebyla. Jsou to například autonehody, požáry či různá napadení. V poslední době se přihodilo i několik **napadení psy**. A tak se reportér a moderátor Krimi zpráv **Matěj Rychlý** (na snímku) rozhodl zjistit u odborníků, jak v takovém případě nejlépe postupovat.

„Sám jsem o takových událostech natácel opakovaně. Asi nejhorší, který mám v živé paměti, je z pražského Vyšehradu, kde pes pokoušel malé dítě. A nedávno se podobná událost se špatným koncem stala na Plzeňsku, když dva rotvajleři ošklivě pokoušeli malou holčičku. Protože by tyto případy nebyly moc hezké čtení, tak vám raději prozradím, co jsem se dozvěděl od zkušených kynologů. Tyhle rady vám totiž mohou pomoci, někdy možná i zachránit život váš nebo někoho z vašeho okolí. A mě také dost překvapily,“ říká Matěj Rychlý.



FOTO | FTV PRIMA

Podle odborníků je 99 procent psů spíš přátelských a rozhodně neútočí jen tak. „Dobré je tedy zachovat chladnou hlavu a přehnaně se nebát. Když začnete před psem utíkat, začne vás obvykle honit. Pozor by si tak měli dát běžci,

a když uvidí, že za nimi běží pes, je dobré se zastavit a udělat mu místo. Také není dobré dělat prudké pohyby a podobně,“ radí reportér.

Agresivního psa překvapte

Pokud už skutečně máte pocit, že pes běží na vás, máte podle odborníků něco popadnout do ruky, ideálně třeba větev, něco delšího, čím se dovedete účinně bránit a držet si zvíře dál od těla. „Jestli u sebe máte dítě, snažte se ho držet za svým tělem tak, abyste vy byli mezi psem a dítětem, případně jinou chráněnou osobou. Pokud byste nesehnali větev, snažte se psa držet co nejdál,“ předává zkušenosti Matěj Rychlý s tím, že lepší je prý odhánět zvíře nohama, po ruku podle expertů rozzuřený pes snadněji chňapne a už je nemusí pustit.

Pak je tu ale ještě situace, kterou si nikdo z vás nepřeje a její řešení mě překvapilo úplně nejvíce. Pokud byste se dostali do situace, kdy pes kousl vašeho

blízkého, existuje hodně zvláštní řešení. „Kdybyste se totiž například dítě snažili vyrvat zakousnutému psovi ze chřtánu, můžete způsobit větší zranění. Máte udělat něco šokujícího. Začít psa škrtnout, zaútočit prostě na krk. Jakmile přijde o vzduch, nakonec mu nezbude nic jiného než povolit stisk čelistí – právě proto, aby se mohl nadechnout. V tu chvíli rychle vysvobodte oběť a dále pokračujte podle bodu výše. Snažte se udržet psa co nejdál od sebe a nejlépe ho zažehňte,“ popisuje Rychlý s tím, že tyto rady dostal od Zuzany Daušové – ženy, která cvičí psy pro nevidomé a jinak handicapované ve spolku Helpes.

„Tedy od někoho, kdo by se pro němě tváře rozkrájel. Upřímně jim věřím, ale budu rád, když je nikdy nebudeme muset já ani vy použít. Tak hlavně opatrně,“ uzavírá Matěj Rychlý. (ms)

Krimi zprávy můžete sledovat od pondělí do soboty v 16.30 a každý den v 19.40 hned po HLAVNÍCH ZPRÁVÁCH na CNN Prima NEWS.

INZERCE

Řidič / ka pro převoz automobilů - Opava. Převoz osobních automobilů mezi pobočkami AAA Auto, kurýrní služby, ŘP sk. B podmínkou, flexibilita (jízdy na zavolání), dlouhodobá brigáda, vhodné i pro seniory, 120 Kč/hod., spolupráce formou dohody o provedení práce. E-mail: anna.bruckova@aaaauto.cz

AURESHOLDINGS

AURES Holdings a.s.

Více na www.jobdnes.cz/detail/5SA9NF

Finanční referent/ka Úřad městské části Praha 18 vyhláší výběrové řízení na pozici odborníka referent/ka ekonomického odboru. Více na www.praha18.cz, Kontakt: Hana Klingerová, tel.: 284 028 172, e-mail: hana.klingerova@letnany.cz



Městská část Praha 18

Více na www.jobdnes.cz/detail/C1H2MQ

Řidič / ka (vhodné i pro seniory)-Olomouc, převoz osobních automobilů mezi pobočkami AAA Auto, kurýrní služby, řidičský průkaz sk. B podmínkou, flexibilita (jízdy na zavolání), 120 Kč/hod., dlouhodobá brigáda, smlouva na DPP, pozice vhodná i pro seniory. E-mail: anna.bruckova@aaaauto.cz

AURESHOLDINGS

AURES Holdings a.s.

Více na www.jobdnes.cz/detail/SGB8Z

Administrativa v Odd. validace a administrativní podpory, VŠ, AJ, praxe ve zdravotnictví, farmacii nebo veřejné správy, zák. 500/2004 Sb., správní řád; zák. 48/1997 Sb. o veřejném zdravotním pojištění-část 6; zák. 634/2004 Sb., o správních poplatcích; zák. 110/1997 Sb., Email: andrea.golova@sukl.cz

SÚKL

Státní ústav pro kontrolu léčiv

Více na www.jobdnes.cz/detail/RSN65B

jobDNES.cz

Vaše cesta do práce

Společně
stavíme lépe



VINCI CONSTRUCTION CS
HLEDÁ POSILY

VINCI
CONSTRUCTION

Stavte na hodnotách

Chcete být součástí přátelského, jednotného týmu založeného na důvěře a vzájemné podpoře? Připojte se k naší vizi „Společně stavíme lépe“

| Seznam volných pozic naleznete na vinci-construction.cz/kariera

Bagr po večeři

Soutěžní pořad **Prostřeno!** v Olomouckém kraji

ČR | Prostřeno! bude v Olomouckém kraji, kde se o hlavní výhru 60 tisíc, další tisíce v divácké volbě a titul nejlepšího hostitele k tomu utkají tři muži a dvě ženy. Jako první se k plotně postaví hostitelka Markéta (21). Pracující studentka připraví tatarák a guacamole, krémovou dýňovou polévku, lososa se štouchaným bramborem a čokoládový dortík. Markéta se v kuchyni umí otáčet a hlavně zachová klid.

V úterý hosty do industriální chatičky, ze které se vyklube zkušebna v průmyslovém areálu, pozve Libor (22). Student, který se živí muzikou a tím, co ho baví, sází všechno na jednu kartu – na vietnamskou kuchyni, když připraví jarní závitky a křupavou krevetku, kokosový kari ramen, Bún bo Nam Bò a flambované mango s domácí zmrzlinou.

Ve středu pozve Marek (31) soupeře k sobě do útulného dřevěného domu v horách. Připraví italský tatarák s bagetkou, krémovou polévku z pečených rajčat, vepřovou panenku s pepřovou a houbovou omáčkou, štouchaný

brambor a sušenkový dort. Ne všechno jde ale jako po másle. Markovi dá jeho menu zabrat. Vůbec nestíhá.

Čtvrtek bude patřit studentu gastronomie Romanovi (17). Nachystá domácí hamburger s trhaným kuřecím masem, krémovou česnekovou polévku, vepřové medailonky se smetanovo-pepřovou omáčkou a štouchanými bramborami a nadýchaný pohárek s ovocem.

Poslední večeři uvaří Miluška (30). Už při čtení menu jsou hosté trochu zaraženi. Po závinu na slano je překvapí kmínová polévka s vejcem, která se podle nich do soutěžního menu příliš nehodí. Zachrání večer alespoň kachní prso s liškovou a hořčicovou omáčkou nebo čokoládové brownies s červeným ovocem a vanilkovou zmrzlinou? Co se Milušce určitě podaří, je hosty překvapit zábavou. Budou totiž bagrovat.

Kdo vyhraje? Sledujte Prostřeno! na Primě každý všední den od 17.50 hodin.

Krémová polévka z pečených rajčat

Ingredience: rajčata, česnek, olivový



Zleva Markéta Zelinková, Miloslava Čtvrtlíková, vzadu Roman Augustin, Libor Cinegr a Marek Dušek soutěží v pořadu Prostřeno!. FOTO | FTV PRIMA



olej, bazalka, zeleninový vývar, sůl, pepř. **Postup:** Rajčata nakrájíme na půlky, dáme do nich

kousky česneku a polijeme olivovým olejem. Pečeme, dokud nejsou upečená. Potom rozmixujeme a přidáme zeleninový vývar. Dochutíme solí a pepřem.

Kachní prso s liškovou a hořčicovou omáčkou, brambory na rozmarýnu

Ingredience: kachní prsa, brambory, rozmarýn, smetana, lišky, francouzská hořčice, šalotka, olej, kmín, sůl, pepř.

Postup: Kachní prsa marinujeme přes

noc v soli, rozmarýnu a pepři. Brambory nakrojíme, osolíme, pokapeme olejem, přidáme větvičky rozmarýnu a dáme péct. Kachní prsa zprudka opečeme na pánvi z obou stran a poté dáme péct na 10 minut na 150 °C. Do hrnce si dáme trochu výpeku z prsou a uděláme na výpeku šalotku. Poté přidáme francouzskou hořčici a zalijeme smetanou. Osolíme, opepříme, necháme chvíli povařit.



S liškovou omáčkou je postup stejný – a ještě přidáme drcený kmín.

INZERCE

SUPER KAUF

na **IDNES.CZ**

CELÝ ČERVEN

VYHRAJTE

DENNĚ NÁKUPY ZDARMA

250 000 Kč

NA CELÝ ROK

NEJVÝHODNĚJŠÍ NÁKUPY

I•D•O•N

investice do nemovitostí

RECEPT NA ZKROCNÍ INFLACE

Hledáte investiční příležitost, která Vám umožní růst Vašich financí a zároveň poskytne stabilní a dlouhodobý výnos?

Pak je tu pro Vás **IDON** - společnost specializující se na investice do nemovitostí!

Nechejte své finance růst a využijte investiční příležitosti s IDONem!
Kontaktujte nás a staňte se součástí týmu investujícího do nemovitostí!

+420 771 190 890 info@idon.cz



IDON, Sikora&Partner
J. V. Sládka 84, 738 01 Frýdek-Místek



ENERGIE



PROFESIONALITA



JISTOTA



www.idon.cz

Landa na Minovém poli

JOSEF VLČEK

Česká populární hudba stojí a padá s herci. Poláková, Burešová, Krajčo, Dyk, Klus, v poslední době i Igor Orozovič sedí, jak se říká, na dvou židlích. Kdybychom se podívali do minulosti, povšimli bychom si, že takový trend tu byl sice vždycky, ale výrazně se rozšířil až s příchodem Dana Landy na začátku 90. let. A právě Dan Landa osm let po vydání předchozího alba a po pěti letech bez koncertování vydává nové album *Minové pole*.

Minové pole by mělo poopravit pochroumanou zpěvákovu image, rozpoutanou kolem předchozího alba *Žito*, jež bombasticky slibovalo, že je zpěvák podpoří velkolepými akcemi. Skutek utek a projekt neobvyklých kejklů vyzněl za pošklebků části veřejnosti do ztracena. Nová deska se snaží vytvořit Landovi serióznější tvář, a i když podle očekávání obsahuje protestní písně různého charakteru, najdeme na ní místy i dovnitř duše zahleděnější pohledy.

Básnický obraz *Minové pole* se nabízí jako symbol současné doby a Landa to ve svých interview zdůrazňuje. Svět



FOTO | TOMÁŠ KRIST, MAFRA

je podle něj plný nášlapných témat a příležitostí k nečekaným výbuchům. Jiné to ale nebude, je třeba naučit se v takovém prostředí žít. Ovšem vždy s hlavou vztyčenou.

Silný herecký šanson

Čtyři z deseti písní jsme znali už předtím. Rozmáchlý protest Blanický manifest,

heydrichiádou inspirovanou Aničku Malinovou a Ukolébavku umístil Landa na desku v původních verzích. Skladbu Hoří horizont ale natočil znovu, snad pod vlivem války na Ukrajině, v poloze, která vyníká realističtěji než původní verze.

Landa se na pětatřicetiminutové desce projevuje jako opravdu přesvědčivý herec a ukazuje se, že herecký šanson je jeho silným, bohužel jen občas využívá-

ným interpretačním formátem. Podobně jako jeho druzí zpívající kolegové umí pracovat se slovem a dodat mu důvěryhodnost.

„Landa se na 35minutové desce projevuje jako opravdu přesvědčivý herec a ukazuje se, že herecký šanson je jeho silným formátem.“

„Ten, kdo se nevzdá, napije se z grálu a vyryje své jméno, do koruny králů.“ hlásá v silném refrénu *Minového pole* Landa. Další skladby alba *Hlavlom*, *Ukolébavka* nebo *Hoří horizont* jsou malými hereckými etudami.

Podobně jako *Žito* z roku 2012 směřuje deska k určité akci. Tou bude letošní koncert v O₂ areně, který se odehraje 4. listopadu v den jeho pětadesátých narozenin. Uvidíme, jak traskavě jeho *Minové pole* bude u diváků.

Lucie odehraje kompletní „Černý kočky“

ČR | Co je pro Pink Floyd deska *The Dark Side of the Moon* nebo pro U2 album *The Joshua Tree*, to je pro tuzemskou poprockovou legendu Lucii nahrávka *Černý kočky mokré žaby*. U příležitosti 30. výročí jejího vydání proto Lucie připravuje na konci letošního roku tři velké koncerty. Uskuteční se 28. listopadu v Budvar areně v Českých Budějovicích, 1. prosince v brněnské Winning Group Areně a 7. prosince v pražské O₂ areně. Kromě písní z alba *Černý kočky mokré žaby* na nich Lucie odehraje i své další hity napříč celou tvorbou. Půjde o jediné samostatné koncerty kapely v tomto a příštím roce.

„Desku odehrajeme celou, od první do poslední písničky. Skladbami z alba se inspiruje i scénografie a vizuál koncertů, navíc chceme udělat i speciální edici upomínkových předmětů, která by se vztahovala jen k desce *Černý kočky mokré žaby*. Jak zpíváme v titulní písničce: Sjedeme to ještě jednou!“, pozvala minulý týden na koncerty kapela.

Na pódiu se ke kapele připojí zpěvačka Lenka Dusilová a poctu společně vzdají producentovi alba Ivanu Královi. Své třetí studiové album vydala Lucie na podzim 1994. Zásahu na úspěchu nahrávky měl Král, který hrával mimo jiné s Patti Smithovou, produkoval vět-

šinu písní a slyšet je v nich i jeho kytara. „Název desky vznikl tak, že jsme někde v Řepích, kde jsme také natáčeli, neměli texty, které vznikaly na poslední chvíli. Sedli jsme si k rybníku a z něho vylezla žába. Začala tak vznikat píseň *Černý kočky mokré žaby*, která dala albu název,“ uvedl kytarista a zpěvák Robert Kodým.

Album, kterého se prodalo přes 100 tisíc kusů, vedle Kodyma natočila Lucie v sestavě se zpěvákem a bubeníkem Davidem Kollerem, klávesistou Michalem Dvořákem a baskytaristou Markem (Martou) Mináříkem, který tehdy na čas nahradil nynějšího baskytaristu P.B.CH. (re, ČTK)

INZERCE

127. SEZONA

Česká filharmonie

OPEN AIR KONCERT

Time for Three | Petr Nekoranec *tenor* | Keith Lockhart *dirigent*

21. 6. 2023 ve 20.15 | PRAHA | HRADČANSKÉ NÁMĚSTÍ

WWW.CESKAFILHARMONIE.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 otravovat 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

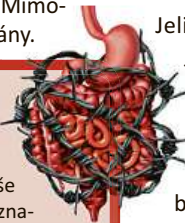
„Dobrý den, jmenuji se Kateřina a chci vás varovat před všemi projímadly. Místo nich je lepší vybrat jinou, přírodní metodu, která rychle opraví vaše střeva a obnoví jejich zdravou práci. Nikdy jsem netušila, že budu o tak trapném problému mluvit veřejně. Vím ale, že sdílením mého příběhu mám šanci pomoci 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 neměly ignorovat, protože jsou příznakem střevních potíží. Zbytek 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 terve toto 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 to se mnou málem 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 neměl ničit trávicí systém. Místo toho je třeba donutit střeva, aby pracovala přirozeně. Doporučila mi doplněk, který obsahuje směs bylin po staletí používaných proti těmto 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 mi nekručelo 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 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 žaludečními křečemi. Navíc díky očištění těla od usazenin a toxinů, u **95% lidí** zmizely problémy s pokožkou a zápchem 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 **12.06.2023**, získá **PRODUKT ZDARMA!** Obdržíte tehdy přírodní přípravek proti zácpě **100% zdarma!**

zavolejte: 296 849 560

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.**



O hmyzu se toho napovídá hodně. Některé informace jsme již vzali za své a bereme je jako prostý fakt. Jsou ale všechny pravdivé?

Mýtus č. 1: Klíšťata mohou padat ze stromů

Tento velmi rozšířený mýtus není pravda. Klíšťata se pohybují pouze nízko nad zemí, kde číhají na své hostitele – tedy na nás a zvěř. Na stromy nelezou. Může se stát, že klíště nalezneme i na horní části těla. Je to ale z toho důvodu, že jsme leželi v trávě nebo klíště dolezlo nahoru po oděvu či pod ním.

Mýtus č. 2: Klíšťata se objevují až v horkých letních dnech

Představa, že klíšťata jsou spojená především s horkým létem, je zcela mylná. Nejnebezpečnější jsou v období po dešti, kdy zaprší a pak následují dva až tři teplé dny. V takových podmínkách

Fakta a mýty o klíšťatech

klíšťata hned ožívají a zvyšuje se jejich infikovanost. Naopak suché horké prostředí jim nevyhovuje.

Mýtus č. 3: Na horách klíště nechytí

Opět velký mýtus. Přirozeně je větší výskyt klíšťat v listnatých a smíšených leších a v porostech křovin či na neudržovaných loukách. Nicméně stále častěji se s nimi setkáváme i v horských oblastech až na samé horní hranici lesa. Díky měnícím se klimatickým podmínkám totiž nebezpeční parazité putují i do nadmořských výšek, které pro ně dříve byly v podstatě nepřekonatelné.

Mýtus č. 4: Klíště nelze rozmáčknout

Klíště lze bez problémů rozmáčknout, ale tento způsob likvidace se v žádném případě nedoporučuje. Při rozmačkání se uvolní choroboplodné zárodky a může dojít k přenosu infekce i sebemenší ran-



kou na kůži. Stejně tak není bezpečné vyhazovat klíště do koše, protože může snadno vylézt a zaútočit. Nejlepší je jej spláchnout do toalety nebo spálit.

Mýtus č. 5: Když jsem očkován, klíště mě nenakazí

Přestože je klíště velmi malé, dokáže být hodně nebezpečné. Přenáší řadu nebezpečných onemocnění, jako je klíšťo-

vá encefalitida, lymská borelióza, ehrlichioza či tularémie. Mimo Evropu pak také Marseillskou horečku či TIBOLA. Očkovat lze pouze proti klíšťové encefalitidě, nicméně nejčastějším onemocněním je lymská borelióza. Ta může mít závažný průběh i trvalé následky (onemocnění pohybové i nervové soustavy). Jedinou spolehlivou ochranou proti nemoci, které klíšťata přenášejí, je účinná prevence repelenty. (ks)

INZERCE

scJohnson
A Family Company

DIFFUSIL



POUZE OČKOVÁNÍ NESTAČÍ

Víte že, očkovat lze pouze proti klíšťové encefalitidě? Přitom klíšťata přenášejí řadu dalších nebezpečných chorob včetně lymské boreliózy, která může vést až k těžkým revmatickým a nervovým obtížím.

Nejlepší obranou proti nakaženým klíšťatům je tak používání repelentů. Před i během pobytu v přírodě vždy důkladně ošetřete kůži i oblečení repelentním přípravkem proti klíšťatům. Pouze tak budete spolehlivě chráněni.



VYSOCE ÚČINNÉ REPELENTY. CHRÁNÍ AŽ 8 HODIN.

STOP utrpení!

Starý čínský způsob boje proti bolesti nohou a kloubů, migréně, nespavosti a hypertenzi

Kvůli ztuhlým kloubům sotva chodíte? Každý váš krok působí bolest v patách? Nebo Vám možná otékají nohy, trápí vás vbočené palce nebo puchýře? Pokud ano, určitě čtěte dál!

První zmínka o turmalínové analgetické metodě byla nalezena v poznámkách Cai Shinju, velkého lékaře prvního čínského císaře. Vládce trpěl **silnými bolestmi kloubů a nespavostí**. Cai Shinju doporučil svému vznešenému pacientovi, aby měl nohy ve váčcích naplněných himalájským turmalínem. Kúra přinesla okamžité výsledky a vděčný vládce zasypal Shinju drahokamy a poctami.

Starověká metoda se dodnes používá v celé Asii. Nedávno se o něj začali zajímat vědci ze Švýcarského institutu zdraví v Lucernu. Během výzkumu kúry Shinju byly potvrzeny tepelné a magnetické vlastnosti turmalínu. Je to **jediný minerál na Zemi, který má konstantní piezoelektrické pole bez jakýchkoli zdrojů energie**.

Nezáleží na tom, zda je problémem bolest kloubů, špatný krevní oběh, vbočený palec, křečové žíly, nespavost nebo migréna. Klinické testy provedené na 343 dobrovolnicích prokázaly, že tato metoda boje proti chronické bolesti a onemocnění nohou je **účinná v každém případě**. Bolest a zánět byly odstraněny u každého z účastníků studie, bez ohledu na věk, pohlaví, závažnost onemocnění nebo užívané léky.

Zdravý od hlavy až k patě

Tým profesora Adamse s využitím nejmodernějších technologií jako první na světě získal nanokrystaly turmalínu. Byly umístěny do výpustí na spodní straně terapeutických ponožek. Stimulují **2800 reflexních bodů** na vašich chodidlech. Tyto body jsou nervová zakončení, která vedou ke každému orgánu a tkáni ve vašem těle. Stimulace těchto bodů vytváří zdraví prospěšné mikroproudy, které pronikají hluboko do tkání a **vypínají pocit bolesti**.

Díky mikroproudům dostává tělo impulsy pro rychlou samoopravu a regeneraci kloubů, svalů a nervů. Zdraví prospěšná vlna prochází celým tělem jako tsunami. **Čistí tkáně od toxinů, uvolňuje krevní cévy a čistí tok energie**. To způsobí, že okysličená krev správně cirkuluje, záněty a degenerace zmizí.

Originální metoda Shinju **odstraňuje příznaky artrózy**, poruchy spojené se špatnou cirkulací a pomalým metabolismem. Díky tomu se rychle **zbavíte bolesti kloubů a páteře**. Osvobodíte se také od **nespavosti, stresu, hypertenze, migrény, problémů s pamětí**

a **koncentrací**. Díky terapeutickým turmalínovým ponožkám překonáte své neduhy zcela bezpečně a 100% přirozeně. Bez rehabilitací, léků, drahých procedur nebo nejistých operací.

Terapie za pár okamžiků!

Jakmile si ponožky obléknete, začnou turmalínové nanokrystaly **vyzařovat bezpečné infračervené záření a prospěšné záporné ionty**. Zdravá energie proniká do hlubokých vrstev pokožky a ničí volné radikály a další škodlivé látky. Během několika okamžiků také za-



čnete pociťovat **příjemné, uklidňující teplo, které zahřeje vaše studené chodidla**. Bolesti chodidel a záněty kloubů zmizí, svaly se uvolní a stres jednoduše zmizí!

Samozahřívací turmalínové ponožky Shinju odstraňují nejen příznaky neudů, ale především jejich příčiny. Jejich účinek se neomezuje pouze na chodidla. **Blahodárné účinky turmalínu se rozšiřují na celé tělo**: výrazně zvyšují odolnost proti infekcím, snižují stres, zlepšují spánek, snižují opotřebení kloubů, odstraňují svalové napětí, posilují a dodávají tělu energii.

Perfektně přizpůsobené vašim chodidlům

Patentovaná vazba bambusového vlákna s turmalínovými částicemi má **antibakteriální, hypoalergenní a absorpční vlastnosti**. Mezi vlákny se vytvářejí mikroprostory, které jsou zodpovědné za zvýšenou savost tkaniny. Ponožky Shinju jsou vysoce prodyšné a působí proti nadměrnému pocení. Materiál je měkký a netlačí.

Turmalínové ponožky se dokonale přizpůsobí tvaru a velikosti vašich chodidel. Jsou neuvěřitelně flexibilní,

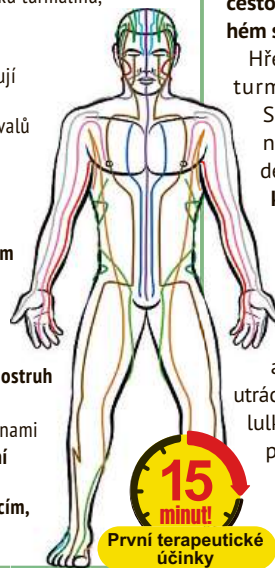
takže je mohou nosit ženy i muži. Protože zabraňují bolesti a otokům nohou, **jsou nepostradatelné při cestování nebo při dlouhém sezení**.

Hřejivé a analgetické turmalínové ponožky Shinju se doporučují nosit až 8-10 hodin denně, ale **terapeutického účinku dosáhnete již za 15 minut**. Snadno tak dosáhnete **dlouhodobých účinků podporujících zdraví**, aniž byste museli utrácet tisíce korun za pilulky, injekce nebo jiné procedury. Ponožky můžete nosit i večer, abyste si rychle zahřáli nohy a dobře se vyspali.

Samozahřívací turmalínové ponožky Shinju působí na celé tělo!

Kombinací terapeutickým účinků turmalínu, akupresury a termoterapie:

- ✓ zlepšují **krevní oběh**
- ✓ zahřívají chodidla a zabraňují **křečím nohou**
- ✓ zmírňují **bolesti kloubů a svalů**
- ✓ odstraňují pocit **únavy a tíhy v nohou**
- ✓ snižují **necitlivost a otoky nohou**
- ✓ jsou prevencí proti **křečovým žilám a pavoučím žilám**
- ✓ snižují **náchylnost na vbočené palce a puchýře**
- ✓ zvyšují elasticitu fascie a **zabraňují vzniku patních ostruh**
- ✓ **relaxují a uvolňují**
- ✓ **bojují s nespavostí a migrénami**
- ✓ odstraňují **nadměrné pocení a zápach nohou**
- ✓ zvyšují **odolnost vůči infekcím, zklidňují alergie**



SHINJU SAMOOHŘÍVACÍ TURMALÍNOVÉ PONOŽKY!

Využijte SUPER AKCI ještě dnes!

Zavolejte **HNED** a máte zaručenou **100% slevu**, což znamená, že dostanete 1 pár samozahřívacích turmalínových ponožek **ZDARMA!**

Nabídka se vztahuje pouze na 100 párů ponožek.

Zavolejte: 296 849 561

Po-pá 8:00-20:00, so-ne 9:00-18:00. (Místní připojení bez příplatku)

Akce pouze do 12. června 2023.

PÁR ZDARMA ZA 0 Kč!

„Všichni si zasloužíme žít bez bolesti“ říká Hannes Adams z Lucernského institutu. „Inspirováni starou čínskou přírodní medicinou jsme proto vyvinuli bezpečnou domácí formu termoterapie. Nyní se **každý může snadno osvobodit od chronické bolesti**.

Tajemstvím účinnosti metody Shinju je spojení terapeutických účinků turmalínu, akupresury a termoterapie. Díky tomu stačí 15 minut denně ke zmírnění bolesti a tíhy v nohou, relaxaci a snížení stresu.“

1

ČT1

7.20 Máme rádi zvířata **7.45** Abú-I Hasan čtveřák **8.15** O statečném Petrovi **9.00** Úsměvy Petra Kostky **9.40** Gejzír **10.10** Všechny velké a malé bytosti III **11.05** Všechnopárty **12.00** Z metropole, Týden v regionech **12.25** Hobby naší doby **12.50** Postřehy odjinud **13.00** Zprávy **13.05** Elixír a Halibela **14.00** O Háderunovi a víle Elóře **15.20** Cech panen kutnohorských **16.55** Slečna Marplová V **18.25** Kluci v akci **18.55** Události za okamžik a počasí **19.00** Události **19.52** Branky, body, vteřiny

20.10 Pět let (1/2)
Drama (ČR, 2022). Hrají A. Malá, S. Toman, S. Lewandowská, P. Řezníček, V. Hybnerová. Režie D. Vondrášek

21.30 Vladimír Menšík – 75
Velký zábavní pořad. Moderuje M. Eben. Účinkují: R. Brzobohatý, J. Bohdalová, K. Fialová

23.14 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony

23.15 Maigret a milovnice diamantů
Detektivka (Fr., 2000). Hrají B. Cremer, A. Brasseur

0.45 13. komnata Jitky Landové
1.10 Zavolejte porodní sestríčky VII (5/8)
2.05 Manéž Bolka Polívky
3.15 Jak se vede, sousede?
4.00 Banánové rybičky
4.35 Malá farma
5.00 Kuchařská pohotovost
5.30 Z metropole

nova

Nova

6.00 Zig a Sharko III **6.15** Looney Tunes: Úžasná show II (26) **6.40** Show Toma a Jerryho **7.05** Scooby a Scrappy Doo IV (4, 5) **7.55** Víkendová Snídaně **11.50** Rady ptáka Loskutáka **12.50** Tipy ptáka Loskutáka **13.05** Šaman **15.20** Apollo 13 **18.15** Comeback (1, 2) **19.30** Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí

SHOW



20.20 Na lovu: Hvězdný speciál
21.40 Bitevní loď
Sci-fi (USA, 2012)
0.15 Těžký zločin
Krimifilm (USA, 2002)
2.15 Kriminálka Vegas II (16)
3.00 Novashopping
3.15 Specialisté (206)
4.00 Malé lásky II

Prima

Prima

6.00 Příhody Bolka a Lolka **6.15** M.A.S.H (126) **6.45** M.A.S.H (127) **7.15** Cyklosalon.tv **7.50** Fotr na tripu **8.35** Autosalon.tv **9.45** Máme rádi Česko **11.30** Agrometal (4) **12.50** Vraždy v Midsomeru IV **15.10** Parta hic. Filmová komedie (ČR, 1976) **17.05** Láska z pasáže. Krimidrama (ČR, 1984). Hrají: L. Vaculík, T. Kulíšková, V. Dlouhý, M. Vašut, O. Vetchý, V. Jandák, Č. Randa ml., M. Myslíková. Režie J. Soukup **18.52** Počasí **18.55** Hlavní zprávy **19.40** Krimi zprávy **19.55** Showtime

20.15 Agrometal (5)
Velký koncert. Komedialní seriál (ČR, 2023). Hrají L. Příkazký, K. Leichtová, M. Ruml, J. Maryško, J. Slach. Režie K. Janák

21.35 Polda III (7)
Šíkana. Krimiseriál (ČR, 2018). Hrají D. Matásek, I. Orozovič, O. Pavelka, J. Vyoralék, J. Kolesárová. Režie J. Fuit

22.55 Dáblův advokát
Thriller (USA/N, 1997). Hrají K. Reeves, A. Pacino, Ch. The-ronová, J. Jones. Režie T. Hackford

1.50 Smrtonosná zbraň 2
Akční thriller (USA, 1989). Hrají M. Gibson, D. Glover, J. Pesci, P. Kentsitová. Režie R. Donner

4.20 Jak se staví sen
Sledujte proměny vašich domo-vů a splňte si sen o krásnějším bydlení

COOL

Prima cool

6.00 Příhody Bolka a Lolka **6.15** Top Gear: Indický speciál **8.20** Pevnost Boyard (9) **11.05** Re-play **11.40** Cyklosalon.tv **12.15** Jak jsem poznal vaši matku V (11, 12) **13.05** Simpsonovi XXIX (17-20) **14.50** G. I. Joe **17.20** Jak jsem poznal vaši matku V (13) **17.50** Jak jsem poznal vaši matku V (14) **18.15** Simpsonovi XXXI (1-4) **20.15** Žhavé výstřely **22.00** Válka bohů **0.15** Simpsonovi XXXI (1) **0.45** Simpsonovi XXXI (2)

nova

CINEMA

Nova Cinema

6.50 Mentalista II (11, 12) **9.10** O rybáři a jeho ženě **10.25** Happy Feet **12.25** Loupež ve velkém stylu, krimikomédie **14.20** Za plotem, animovaná rodinná komedie (USA, 2006) **15.45** Zachraňte Willyho, dobrodružný film (USA/Fr., 1993) **18.00** Daredevil, akční film (USA, 2003) **20.00** Hunger Games: Vražděná pomsta, sci-fi thriller (USA, 2013) **22.50** Nezvrtný osud 3, horor (N/USA, 2006) **0.40** Firewall, krimifilm (Austr./USA, 2006)

MAX

Prima Max

6.00 Příhody Bolka a Lolka **6.50** M.A.S.H **7.45** Hvězdná brána IV (6, 7) **9.40** Madagaskar 3 **11.25** Sahara, akční komedie (VB/N/Šp./USA, 2005) **13.55** Píseň pro nevěstu, romantická komedie (USA, 1998) **16.05** Synové Velké medvědice, dob-rodružný film (N, 1966) **18.05** Pánský klub, kome-die (ČR, 2022) **20.00** Martan, sci-fi film (USA, 2015) **23.00** Ledové tornádo, sci-fi (Kan./USA, 2009) **0.50** Válka bohů, akční drama (USA, 2011)

family

JoJ Family

SOBOTA **5.05** Noviny **5.35** Krimi **6.00** Noviny **6.35** Policisté v akci **7.25** Policisté v akci **8.20** Policisté v akci **9.20** Profesionálové III (17, 18) **11.15** Dokonalé nevinátko **13.15** Bučkovi – slunce, seno, vesnice **14.45** Z ulice na green **16.55** Žena za pul-tem (1) **17.55** Nové bydlení – Design **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Za sklem III (2) **21.30** Rodáci (9) **23.35** Ochránci **0.25** Ochránci

NEDĚLE **5.05** Krimi **5.30** Noviny **6.00** Krimi **6.25** Noviny **6.55** Policisté v akci **7.55** Policisté v akci **8.55** Policisté v akci **9.50** Profesionálové III (19) **10.50** Profesionálové III (20) **11.50** Rodáci (9) **13.50** Poručík Petr (4) **14.50** Mys Dobré naděje **16.50** Na chalupě **17.50** Nové bydlení **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** V sedmém nebi **22.05** Zkoušky z dospělosti (1) **23.25** Za sklem III (2)

PONDĚLÍ **6.35** Policisté v akci **7.35** Soudní síň – cz **8.15** Soudní síň **10.25** První oddělení II **11.20** Soudní síň – nové případy **12.25** Soudní síň **13.30** Ochránci **14.30** Policisté v akci **16.30** Soudní síň **17.35** Soudní síň – nové případy **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Mys Dobré naděje **22.20** Z ulice na green **0.20** První oddělení II

RELAX

Relax

ÚTERÝ **10.30** První oddělení II **11.25** Soudní síň – nové případy **12.45** Soudní síň **13.45** Rodinné záleži-tosti **14.50** Policisté v akci **16.50** Soudní síň **17.55** Soudní síň – nové případy **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Zkoušky z dospělosti (1) **21.30** Delukse (7) **22.35** Dr. Dokonalý (13) **23.30** První oddělení II

STŘEDA **10.20** První oddělení II **11.15** Soudní síň – nové případy **12.20** Soudní síň **13.25** Rodinné záležitosti **14.50** Policisté v akci **16.50** Soudní síň **17.55** Soudní síň – nové případy **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Žena za pultem (2) **21.20** Extrémní případy **22.35** Experti **23.15** První oddělení II

ČTVRTEK **10.35** První oddělení II **11.30** Soudní síň – nové případy **12.35** Soudní síň **13.35** Rodinné záležitosti **14.55** Policisté v akci **16.55** Soudní síň **17.55** Soudní síň – nové případy **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Poručík Petr (5) **21.15** Bučkovi – slunce, seno, vesnice **22.55** Dr. Dokonalý (14)

PÁTEK **9.25** Soudní síň **10.30** První oddělení II **11.20** Soudní síň – nové případy **12.20** Soudní síň **13.25** Rodinné záležitosti **14.45** Policisté v akci **16.45** Soudní síň **17.50** Soudní síň – nové případy **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Stonehenge: Soudný den **22.10** Svět nic neví **0.35** Aféry

RELAX

Relax

SOBOTA **7.25** Tarzan **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Fantastická příroda **10.20** Top Relax **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.40** Fantastická příroda **15.20** Vaříme! **15.55** Kassandra **16.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.20** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **20.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Teleshopping **23.20** Luxus store

NEDĚLE **7.25** Tarzan **7.50** Tarzan **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Ostře sledovaný vlak **9.45** Vaříme! **10.20** Top Relax **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **15.55** Kassandra **16.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.20** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

PONDĚLÍ **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Fantastická příroda **10.20** Pohodové zprávy **11.10** Luxus store **14.40** Top Relax **14.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **15.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.25** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **20.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

RELAX

Relax

ÚTERÝ **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Fantastická příroda **10.20** Pohodové zprávy **11.10** Luxus store **14.40** Top Relax **14.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **15.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Pohodové zprávy

STŘEDA **7.25** Tarzan **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Fantastická příroda **10.20** Pohodové zprávy **11.10** Luxus store **14.40** Top Relax **14.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **15.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Pohodové zprávy

ČTVRTEK **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Ostře sle-dovaný vlak **9.45** Vaříme! **10.20** Pohodové zprávy **11.10** Luxus store **14.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **15.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Pohodové zprávy

PÁTEK **7.25** Tarzan **8.20** Skrytá vášeň **9.20** Fantastická příroda **10.20** Pohodové zprávy **11.10** Luxus store **14.40** Top Relax **14.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **15.55** Kassandra **17.55** Tarzan **18.55** Skrytá vášeň **19.55** Kassandra **21.55** Vladimír Hron: Poslední zhasne **22.55** Pohodové zprávy

BAVÍME SE...
V ČERVNU NA
CS FILM



 ČT1	 Nova	 Prima	 Nova Cinema
6.00 Zajímavosti z regionů 6.25 Cech panen kutnohorských 8.00 Blondýna 8.15 Buchtý po ránu 8.45 Polopatě 9.40 Kalendárium 9.55 Toulavá kamera 10.25 Objektiv 10.55 Hříchy pro pátera Knoxe (5/10) 12.00 Otázky Václava Moravce 13.00 Zprávy 13.05 O třech stříbrných hřebenech 13.45 Ty, ty, ty, Moneti! 14.20 Bláznova smrt Detektivka (ČR, 1973) 15.45 Zítra vstanu a opařím se čajem Sci-fi komedie (ČR, 1977) 17.15 Nemocnice na kraji města (9/20) 18.25 Co naše babičky uměly a na co my jsme zapomněli 18.55 Události za okamžik a počasí 19.00 Události 19.52 Branky, body, vteřiny 20.05 Losování Sportky a Šance 20.15 Pět let (2/2) 21.35 168 hodin 22.09 Výsledky losování Šťastných 10 22.10 Stíhán a podezřelý Krimifilm (ČR, 1978) 23.35 Vražděné šifry: San Francisco 0.25 Všechny velké a malé bytosti III	5.55 Holčička z iglú III 6.00 Zig a Sharko III (72) 6.10 Show Toma a Jerryho (2, 3) 7.05 Scooby a Scrappy Doo IV (6, 7) 7.55 Víkendová Snídaně 12.25 Z pekla štěstí II (10) 13.00 Létající Čestmír (5) 14.05 Byl jednou jeden polda Komedie (ČR, 1995) 16.05 Marečku, podejte mi pero! Komedie (ČR, 1976) 17.35 Třetí princ Pohádka (ČR, 1982) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Případy mimořádné Marty (7) 21.30 Kriminálka Anděl III (5) 22.40 Střepiny 23.15 Need for Speed Akční film (USA, 2014) 1.50 Byl jednou jeden polda Komedie (ČR, 1995) 3.15 Novashopping 3.30 Rady ptáka Loskutáka 4.05 Na lovu: Hvězdný speciál 5.20 Novashopping	6.05 Příhody Bolka a Lolka 6.15 M.A.S.H (125-129) 8.50 Prima Česko 9.25 Prima Svět 10.00 Do pořádku! 11.00 Partie s prezidentem Petrem Pavlem 11.50 Receptář prima nápadů 12.45 Libovky Pepy Libického 13.10 Vychytávky Ládi Hrušky 13.50 Vychytávky Extra 14.05 Rozpaky kuchaře Svatopluka (2) 15.30 Půlnoční zpověď (7) 16.50 Pánský klub 18.52 Počasí 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Krimí zprávy 19.55 Showtime 20.15 Jak básníci čekají na zázrak Romantická komedie (ČR, 2016) 22.55 Parta hic Filmová komedie (ČR, 1976) 0.50 Poslouchej Thriller (ČR, 2019) 2.40 Zmatkářky: Záletnice a jiná nevinátka Komedie (N, 2018) 4.45 Jak se staví sen	5.35 Jesse Stone: Ztracená nevinnost 7.50 Zachraňte Willyho 10.05 Za plotem 11.35 Daredevil 13.35 Hunger Games: Vražedná pomsta 16.25 Robot a Frank 18.00 Wild Wild West, sci-fi (USA, 1999) 20.00 Mortdecai: Grandiózní případ, komedie (VB/USA, 2015) 22.00 V jako Vendeta, sci-fi (N/VB/USA, 2005) 0.35 Nezvatný osud 3, horor Prima cool 6.00 Příhody Bolka a Lolka 6.25 Pevnost Boyard (9, 10) 11.35 Autosalon.tv 12.50 Jak jsem poznal vaši matku V (13, 14) 13.40 Simpsonovi XXIX (21) 14.10 Simpsonovi XXX (1-3) 15.25 Žhavé výstřely 17.20 Jak jsem poznal vaši matku V (15, 16) 18.15 Simpsonovi XXXI (5, 6) 19.15 Simpsonovi XXXI (7) 19.45 Simpsonovi XXXI (8) 20.15 Terminátor 2: Den zúčtování 23.10 Atentát Prima Max 6.00 Příhody Bolka a Lolka 6.30 M.A.S.H 6.55 Hvězdná brána IV (7, 8) 8.55 Láska z pasáže 10.40 Twilight sága: Rozbřesk (2/2) 12.50 Synové Velké medvědice, dobrodružný film (N, 1966) 14.50 Dvanáct do tuctu, rodinná komedie (USA, 2003) 17.05 Martan, sci-fi film (USA, 2015) 20.00 Duch, romantický film (USA, 1990) 22.45 Matrix, akční sci-fi thriller (USA, 1999)

pondělí 12. června 2023

 ČT1	 Nova	 Prima	 Nova Cinema
5.59 Studio 6 9.00 Všechny velké a malé bytosti III 9.50 168 hodin 10.30 Tak neváhej a toč speciál 11.30 AZ-kvíz 12.00 Zprávy ve 12 12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus 12.30 Horákoví (11, 12) 14.15 Bydlet jako... alergik 14.40 Zajíci v pytli 15.50 Zavolejte porodní sestrčky VII (6/8) 16.45 Máme rádi zvířata 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 18.55 Události za okamžik a počasí 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Místo zločinu Ostrava (9/13) 21.05 Reportéři ČT 21.50 StB: Přísně tajné! 22.19 Výsledky losování Šťastných 10 a Extra Renty 22.20 Přiznání (9/10) 23.20 Hercule Poirot 1.05 AZ-kvíz 1.30 Z metropole, Týden v regionech	5.55 Snídaně 8.40 Ulice (4505) 9.40 Případy mimořádné Marty (7) 10.50 Na lovu 11.45 Tescoma s chutí 12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 12.25 Ordinace v růžové zahradě (119) 13.35 Mentalista II (13) 14.35 Mentalista II (14) 15.35 Výměna manželek VII 16.57 Odpolední Počasí 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Na lovu 18.30 Ulice (4506) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Specialisté (207) 21.20 Specialisté (153) 22.30 Víkend 23.00 Kriminálka Vegas II (18) 0.00 Mentalista II (13) 1.00 Mentalista II (14) 2.00 Novashopping 5.20 Novashopping	6.00 Pohoda u krbu 6.05 Příhody Bolka a Lolka 6.15 M.A.S.H (128) 7.00 Nový den 8.15 M.A.S.H (129) 8.50 M.A.S.H (130) 9.25 Receptář prima nápadů 10.20 Kriminálka Montpellier VI (4) 11.25 Policie Hamburk VII (23) 12.25 Policie Hamburk VII (24) 13.25 Komisař Rex VI (8) 14.40 Ano, šéfe! 15.50 Policie v akci 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.52 Počasí 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Krimí zprávy 19.55 Showtime 20.15 Dobré zprávy (33) 21.35 V. I. P. vraždy II (4) 23.00 Polda III (7) 0.00 Ano, šéfe! 1.10 Policie Hamburk VII (23) 2.10 Policie Hamburk VII (24) 3.10 Kriminálka Montpellier VI (4)	6.20 O rybáři a jeho ženě 8.00 Happy Feet 10.00 Wild Wild West 12.30 Hunger Games: Vražedná pomsta, sci-fi thriller (VB/USA, 2015) 17.15 Apollo 13, drama (USA, 1995) 20.00 Nejistá sezona, komedie (ČR, 1987) 21.35 Hra, thriller (USA, 1997) 0.10 V jako Vendeta, sci-fi (N/VB/USA, 2005) Prima cool 6.00 Příhody Bolka a Lolka 6.25 Partička XXL 8.15 Top Gear: Botswanský speciál 9.20 Top Gear speciál 10.25 Hvězdná brána V (3, 4) 12.25 Jak jsem poznal vaši matku V (15, 16) 13.20 Simpsonovi XXX (4-7) 15.10 Hvězdná brána V (5, 6) 17.20 Jak jsem poznal vaši matku V (17, 18) 18.15 Simpsonovi XXXI (9-12) 20.15 Prima Partička 21.15 Šatna 22.00 Spartakus: Válka zatracených (9) 23.20 Re-play Prima Max 6.00 Příhody Bolka a Lolka 6.40 M.A.S.H 7.45 Hvězdná brána IV (8, 9) 9.40 Záliv strachu 11.25 Nekonečný příběh 2 13.15 Dvanáct do tuctu, rodinná komedie (USA, 2003) 15.20 Princ a já: Královské libánky, romantický film (USA, 2008) 17.20 Duch, romantický film (USA, 1990) 20.00 Nebezpečná laskavost, thriller (USA, 2018) 22.30 Všechny prachy světa, krimithriller (USA, 2017)

úterý 13. června 2023

 ČT1	 Nova	 Prima	 Nova Cinema
5.59 Studio 6 9.00 Zavolejte porodní sestrčky VII (6/8) 9.55 Jak se žije holičům podle Jána Sebechlebského 10.10 Kluci v akci 10.35 Přiznání (9/10) 11.30 AZ-kvíz 12.00 Zprávy ve 12 12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus 12.30 Horákoví (13, 14) 14.15 Soused 14.30 Povídka z cyklu Bakaláři (1977) 15.50 Bláznova smrt Detektivka (ČR, 1973) 16.45 Zavolejte porodní sestrčky VII (7) 17.15 Akce: Rekonstrukce! (11/12) 17.40 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 18.55 Události za okamžik a počasí 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Vyprávěj 21.05 13. komnata Milana Caise 21.30 Lidice 23.34 Historické drama (ČR/SR, 2011) 23.34 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony	5.55 Snídaně 8.50 Ulice (4506) 9.50 Specialisté (207) 10.50 Na lovu 11.45 Tescoma s chutí 12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 12.20 Ordinace v růžové zahradě (120) 13.35 Mentalista II (15, 16) 15.30 Výměna manželek VII 16.57 Odpolední Počasí 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Na lovu 18.30 Ulice (4507) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Jedna rodina (24) 21.30 Comeback 22.05 Comeback 22.40 Kriminálka Vegas II (19) 23.40 Mentalista II (15, 16) 1.35 Kriminálka Vegas II (18) 2.20 Novashopping 2.35 Na lovu 3.45 Ulice (4506) 4.30 Ordinace v růžové zahradě (119) 5.20 Novashopping	6.00 Pohoda u krbu 6.05 Příhody Bolka a Lolka 6.20 M.A.S.H (130) 7.00 Nový den 8.10 M.A.S.H (131) 8.40 M.A.S.H (132) 9.15 Dobré zprávy (33) 10.25 Kriminálka Montpellier VI (5) 11.30 Policie Hamburk VII (25) 12.30 Policie Hamburk VII (26) 13.30 Komisař Rex VI (9) 14.40 Ano, šéfe! 15.50 Policie v akci 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.52 Počasí 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Krimí zprávy 19.55 Showtime 20.15 Zoo (121) 21.35 7 pádů Honzy Dědka 22.45 7 pádů Honzy Dědka 23.55 Ano, šéfe! 1.05 Policie v akci 2.05 Policie Hamburk VII (25) 3.10 Policie Hamburk VII (26) 4.15 Kriminálka Montpellier VI (5)	5.40 Zachraňte Willyho 8.10 Mentalista II (13, 14) 10.05 Srdce a duše 12.30 Mortdecai: Grandiózní případ 14.30 Nejistá sezona 16.00 Marečku, podejte mi pero! 17.30 Need for Speed, akční film (USA, 2014) 20.00 Gladiátor, historické drama (USA/VB, 2000) 23.10 Vlkodlak: Bestie mezi námi, horor (USA, 2012) 0.55 Hra, thriller (USA, 1997) Prima cool 9.20 To nejlepší z Top Gearu (1) 10.25 Hvězdná brána V (5, 6) 12.25 Jak jsem poznal vaši matku V (17, 18) 13.20 Simpsonovi XXX (8-11) 15.10 Hvězdná brána V (7, 8) 17.20 Jak jsem poznal vaši matku V (19, 20) 18.15 Simpsonovi XXXI (13-16) 20.15 Prima Partička - prostě to nejlepší 21.25 WTF: Welmi Trapné Ftipy 22.20 Spartakus: Válka zatracených (10) 23.35 Osobní řidič Míra Hejda Prima Max 6.00 Příhody Bolka a Lolka 6.30 M.A.S.H 7.00 Hvězdná brána IV (9, 10) 8.55 Záhady na ostrově 10.50 Nebezpečná rychlost, 13.15 Princ a já: Královské libánky 15.15 Pochoduj, nebo zemři, válečné drama (USA, 1977) 17.40 Nebezpečná laskavost, thriller (USA, 2018) 20.00 Neznámý voják, válečný film (Fin/Belg/Island, 2017) 22.55 Splašený vlak, thriller (USA, 1985)

středa 14. června 2023

	ČT1		Nova		Prima		Nova Cinema
5.59	Studio 6 9.00 Zavolejte porodní sestřičky VII (7/8) 10.00 Co naše babičky uměly a na co my jsme zapomněly 10.30 Vyprávěj 11.25 Postřehy odjinud 11.30 AZ-kvíz	5.55	Snídaně	6.00	Pohoda u krbu	5.15	Wild Wild West 7.40 Mentalista II (15, 16) 9.35 Robot a Frank 11.15 Nejistá sezona 13.05 Apollo 13, drama (USA, 1995) 15.55 Třetí princ, pohádka (ČR, 1982) 17.45 Divoká řeka, dobrodružný film (USA, 1994) 20.00 Bítevní loď, sci-fi film (USA, 2012) 22.35 Temné kouty, thriller (USA/VB/Fr., 2015) 0.45 Těžký zločin, krimifilm (USA, 2002)
12.00	Zprávy ve 12	8.40	Ulice (4507)	6.05	Příhody Bolka a Lolka		Prima cool
12.20	Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus	9.40	Jedna rodina (24)	6.15	M.A.S.H (132)	9.15	To nejlepší z Top Gearu (2) 10.30 Hvězdná brána V (7, 8) 12.25 Jak jsem poznal vaši matku V (19, 20) 13.25 Simpsonovi XXX (12-15) 15.10 Hvězdná brána V (9, 10) 17.20 Jak jsem poznal vaši matku V (21, 22) 18.15 Simpsonovi XXXI (17-20) 20.15 Autosalon.tv 21.25 Fotr na tripu III 22.05 Námořní vyšetřovací služba L. A. XI (1) 23.00 WTF: Welmi Trapné Ftipy 23.50 Simpsonovi XXXI (17-19)
12.30	Horákoví (15, 16)	10.50	Na lovu	7.00	Nový den		Prima Max
14.15	Všechno, co mám ráda	11.45	Tescoma s chutí	8.15	M.A.S.H (133)	6.00	Hvězdná brána IV (10, 11) 7.45 Láska z pasáže
14.45	Nemocnice na kraji města (9/20)	12.00	Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	8.50	Zoo (121)	9.20	Bez dechu 11.35 Pochoduj, nebo zemři 14.00 Akta Pentagon: Skrytá válka, drama (USA, 2017)
15.50	Zavolejte porodní sestřičky VII (8)	12.25	Ordinace v růžové zahradě (121)	10.10	Kriminálka Montpellier VI (6)	16.35	Podivuhodný případ Benjaminina Buttona, romantické drama (USA, 2008) 20.00 Žit po svém, drama (USA/N, 2005) 22.20 Zabijáci osamělých srdcí, životopisné drama (USA, 2006) 0.25 Splašený vlak, thriller (USA, 1985)
16.45	Na cestě po chilských Rios a Lagos	13.35	Mentalista II (17, 18)	11.25	Policie Hamburk VII (27)		
17.15	AZ-kvíz	15.35	Výměna manželek VII	12.25	Policie Hamburk VII (28)		
17.40	Černé ovce	16.57	Odpolední Počasí	13.30	Komisař Rex VI (10)		
18.00	Události v regionech	17.00	Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny	14.40	Ano, šéfe!		
18.25	Kde domov můj?	17.30	Na lovu	15.50	Policie v akci		
18.55	Události za okamžik a počasí	18.30	Ulice (4508)	16.50	Policie v akci		
19.00	Události	19.30	Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	17.50	Prostřeno!		
19.56	Branky, body, vteřiny	20.20	Výměna manželek XV	18.52	Počasí		
20.05	Losování Sportky a Šance	21.40	Malé lásky II	18.55	Hlavní zprávy		
20.10	Dobrodružství kriminalistiky (7/26)	22.40	Kriminálka Vegas II (20)	19.40	Krimi zprávy		
21.05	Vraždy v kruhu (7)	23.40	Mentalista II (17)	19.55	Showtime		
22.19	Výsledky losování Šťastných 10	0.35	Mentalista II (18)	20.15	Půlnoční zpravěd (8)		
22.20	Nevinné lži	1.35	Případy mimořádné Marty (7)	21.35	Show Jana Krause		
23.40	Zítřka vstanu a opařím se čajem	2.30	Novashopping	22.40	Show Jana Krause		
1.15	AZ-kvíz	2.45	Na lovu	23.50	Ano, šéfe!		
		3.40	Ulice (4507)	1.05	Policie v akci		
		4.25	Ordinace v růžové zahradě (120)	2.05	Policie Hamburk VII (27)		
		5.20	Novashopping	3.05	Policie Hamburk VII (28)		
				4.15	Kriminálka Montpellier VI (6)		

čtvrtek 15. června 2023

	ČT1		Nova		Prima		Nova Cinema
5.59	Studio 6 9.00 Zavolejte porodní sestřičky VII (8/8) 9.55 Akce: Rekonstrukce! (11/12) 10.20 Úsměvy Petra Kostky 11.05 Všechno, co mám ráda 11.30 AZ-kvíz	5.55	Snídaně	6.00	Pohoda u krbu	5.20	Robot a Frank 6.40 Divoká řeka 9.10 Mentalista II (17, 18) 11.10 Třetí princ, pohádka (ČR, 1982) 13.25 Need for Speed, akční film (USA, 2014) 16.00 Srdce v Atlantidě, drama (USA, 2001) 18.00 Rudá planeta, sci-fi film (USA/Austr., 2000) 22.00 Kapitán Phillips, drama (USA, 2013) 22.40 Zběsilost v srdci, mysteriózní film (USA, 1990)
12.00	Zprávy ve 12	8.45	Ulice (4508)	6.05	Příhody Bolka a Lolka		Prima cool
12.20	Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus	9.45	Specialisté (153)	6.15	M.A.S.H (132)	8.00	Top Gear: Patagonský speciál (1) 9.15 Největší průšvihy v Top Gearu (1) 10.25 Hvězdná brána V (9, 10) 12.25 Jak jsem poznal vaši matku V (21, 22) 13.20 Simpsonovi XXX (16-19) 15.10 Hvězdná brána V (11, 12) 17.20 Jak jsem poznal vaši matku V (23, 24) 18.15 Simpsonovi XXXI (21, 22) 19.15 Simpsonovi XXXII (1, 2) 20.15 Partička XXL 22.00 Braddock: Ztracen v boji 0.15 Simpsonovi XXXI (21, 22)
12.30	Horákoví (17, 18)	10.55	Na lovu	7.00	Nový den		Prima Max
14.15	Buchtý po ránu	11.45	Tescoma s chutí	8.10	M.A.S.H (133)	6.00	Příhody Bolka a Lolka 6.15 Hvězdná brána IV (12) 7.15 G. I. Joe 9.40 Cesta do Ameriky 12.05 Podivuhodný případ Benjaminina Buttona 15.25 Fotr je lotr, komedie (USA, 2000) 17.45 Žit po svém, drama (USA/N, 2005) 20.00 Hodime se k sobě, miláčku...?, filmová komedie (ČR, 1974) 22.20 Sběratel polibků, thriller (USA, 1997) 0.35 Zabijáci osamělých srdcí, drama (USA, 2006)
14.45	Prodaná babička	12.00	Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	8.40	M.A.S.H (134)		
15.15	Zavolejte porodní sestřičky VIII	12.20	Ordinace v růžové zahradě (122)	9.15	Půlnoční zpravěd (8)		
16.45	Všechno, co mám ráda	13.30	Mentalista II (19, 20)	10.25	Kriminálka Montpellier VI (7)		
17.15	AZ-kvíz	15.30	Výměna manželek VII	11.30	Policie Hamburk VII (29)		
17.40	Černé ovce	16.57	Odpolední Počasí	12.25	Policie Hamburk VII (30)		
18.00	Události v regionech	17.00	Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny	13.30	Komisař Rex VI (11)		
18.25	Kde domov můj?	17.30	Na lovu	14.40	Ano, šéfe!		
18.55	Události za okamžik a počasí	18.30	Ulice (4509)	15.50	Policie v akci		
19.00	Události	19.30	Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	16.50	Policie v akci		
19.56	Branky, body, vteřiny	20.20	Zlatá labuť (20)	17.50	Prostřeno!		
20.10	Vyprávěj	21.35	O 10 let mladší	18.52	Počasí		
21.05	Po stopách hvězd	22.40	Kriminálka Vegas II (21)	18.55	Hlavní zprávy		
21.30	Máte slovo s M. Jilkovou	23.40	Mentalista II (19)	19.40	Krimi zprávy		
22.29	Výsledky losování Šťastných 10	0.35	Mentalista II (20)	19.55	Showtime		
22.30	Na stopě	1.35	Zlatá labuť (20)	20.15	Zoo (122)		
22.55	Komisař Montalbano	2.35	Novashopping	21.35	Inkognito		
0.45	AZ-kvíz	2.50	Na lovu	22.45	Inkognito		
		3.45	Ulice (4508)	23.55	Ano, šéfe!		
		4.25	Ordinace v růžové zahradě (121)	1.10	Policie v akci		
		5.20	Novashopping	2.10	Policie Hamburk VII (29)		
				3.10	Policie Hamburk VII (30)		
				4.15	Kriminálka Montpellier VI (7)		

pátek 16. června 2023

	ČT1		Nova		Prima		Nova Cinema
5.59	Studio 6 9.00 Zavolejte porodní sestřičky VIII 10.40 Vyprávěj 11.30 AZ-kvíz	5.55	Snídaně	6.00	Pohoda u krbu	5.10	Srdce a duše 7.35 Mentalista II (19, 20) 9.25 Divoká řeka 12.05 Rudá planeta 14.10 Jesse Stone: Bludiště pochybností 16.00 Pan Holmes 18.00 Happy Feet 2, anim. 20.00 Latte a kouzelný vodní kámen, animovaný film (N/Belg., 2019) 21.30 Zkrocená hora, romantické drama (USA, 2005) 0.15 Zběsilost v srdci, mysteriózní film (USA, 1990)
12.00	Zprávy ve 12	8.35	Ulice (4509)	6.05	Příhody Bolka a Lolka		Prima cool
12.20	Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus	9.35	Zlatá labuť (20)	6.15	M.A.S.H (134)	8.05	Top Gear: Patagonský speciál (2) 9.25 Největší průšvihy v Top Gearu (2) 10.30 Hvězdná brána V (11, 12) 12.25 Jak jsem poznal vaši matku V (23, 24) 13.20 Simpsonovi XXX (20-23) 15.10 Hvězdná brána V (13, 14) 17.20 Jak jsem poznal vaši matku VI (1, 2) 18.15 Simpsonovi XXXII (3-6) 20.15 G. I. Joe 2: Odveta 22.30 Vosy útočí 0.55 Simpsonovi XXXII (4)
12.30	Horákoví (19, 20)	10.55	Na lovu	7.00	Nový den		Prima Max
14.15	Na stopě	11.45	Tescoma s chutí	8.15	M.A.S.H (135)	6.00	Příhody Bolka a Lolka 6.50 M.A.S.H 7.50 Hvězdná brána IV (12, 13) 9.45 Píseň pro nevěstu 11.45 Synové Velké medvědice 13.45 Fotr je lotr 16.05 Záhady na ostrově 17.50 Propadlí lásce, romant. komedie (USA) 20.00 Jak básníci čekají na zázrak, romantická komedie (ČR, 2016) 22.30 Overlord: Nacistické zombie, akční horor (USA, 2018) 0.45 Sběratel polibků, thriller (USA, 1997)
14.40	Reportéři ČT	12.00	Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	8.50	Zoo (122)		
15.30	První pohled	12.25	Ordinace v růžové zahradě (123)	10.10	Kriminálka Montpellier VI (8)		
	Povídka z cyklu Bakaláři (1975)	13.40	Mentalista II (21, 22)	11.25	Policie Hamburk VIII (1)		
15.55	Polopate	15.30	Výměna manželek	12.25	Policie Hamburk VIII (2)		
16.45	Bydlet jako... v přestupní stanici	16.57	Odpolední Počasí	13.30	Komisař Rex VI (12)		
17.15	AZ-kvíz	17.00	Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny	14.40	Ano, šéfe!		
17.40	Dodejme si energii	17.30	Na lovu	15.50	Policie v akci		
18.00	Události v regionech	18.30	Ulice (4510)	16.50	Policie v akci		
18.25	Kde domov můj?	19.30	Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	17.50	Prostřeno!		
18.55	Události za okamžik a počasí	20.20	Krimidrama (ČR, 2013)	18.52	Počasí		
19.00	Události	22.30	Americký sniper	18.55	Hlavní zprávy		
19.56	Branky, body, vteřiny		Akční film (USA, 2014)	19.40	Krimi zprávy		
20.05	Losování Sportky a Šance	1.05	Mentalista II (21)	19.55	Showtime		
20.10	Osada (3/13)	2.05	Víkend	20.15	Máme rádi Česko		
21.10	Všechnopárty	2.30	Novashopping	22.05	Do pořádku!		
22.09	Výsledky losování Šťastných 10	2.45	Na lovu	23.05	Ano, šéfe!		
22.10	Hercule Poirot	3.45	Ulice (4509)	0.05	Policie v akci		
23.50	Vražedné šifry: San Francisco	4.30	Ordinace v růžové zahradě (122)	1.10	Policie Hamburk VIII (1)		
0.35	AZ-kvíz	5.25	Novashopping	2.10	Policie Hamburk VIII (2)		
1.05	Toulavá kamera			3.10	Kriminálka Montpellier VI (8)		
1.35	Objektiv			4.25	Jak se staví sen		

Čistit vlaky od graffiti stálo vloni pět milionů

ČR | Intenzivnější čištění, aktivnější hlídání odstavených souprav nebo rozšíření antigraffiti nátěrů a polepů, to jsou jedny z mnoha kroků, které mají přispět k lepší kultuře cestování ve vlacích Českých drah.



„Graffiti na vlacích jsou velký problém zejména ve velkých aglomeracích, jako jsou Praha a střední Čechy nebo Brno a okolí. Proto jsme se společně s objednateli dopravy rozhodli usilovně pracovat na jeho odstraňování,“ popisuje Jiří Jeřeta, člen představenstva a náměstek generálního ředitele ČD pro osobní dopravu. Během víkendů, kdy není takový provoz, probíhá v depech čištění vozů ve velkém. Za jeden víkend tak projde v Praze očistnou kúrou až šest jednotek CityElefant.

„Dalším důležitým krokem je aktivnější střežení míst, kde k útokům nejčastěji dochází, plánujeme depa lépe oplotit a přibudou v nich také kamerové systémy. K dispozici máme nově i hlídky se psy,“ dodává Jiří Jeřeta. České dráhy ale připravují společně s objednateli dopravy i další kroky, jako je obnovení a rozšíření antigraffiti nátěrů nebo polepů, a to jak na vlacích, tak i v interiérech vozů, kde výtvoři vandalů způsobují také nemalé škody. Příměstské vlaky budou rovněž dovybaveny vnitřním a vnějším kamerovým systémem.

V loňském roce České dráhy evidovaly více než 400 případů graffiti. Náklady na odstraňování přesáhly pět milionů korun, skutečná škoda je však více než dvojnásobná. (re)



Spojaři z Lipníku válí v NATO. Velí, řídí, střílí

Spojovací vojsko již dávno není jen o vojácích s vysílačkou v ruce a anténou zavěšenou přes stromy. Jejich role je čím dál důležitější s příchodem nových technologií a zbraňových systémů.

■ MICHAL VOSKA

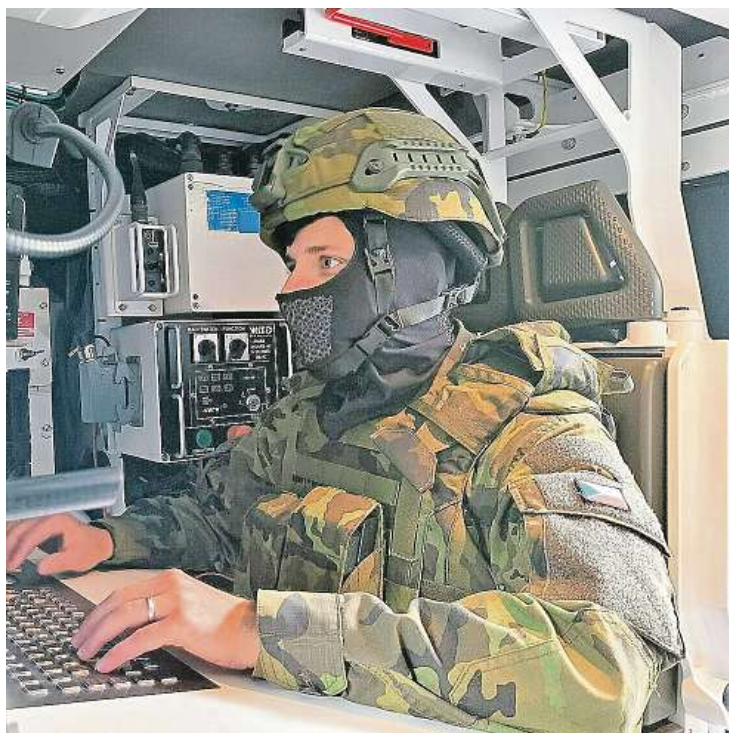
ČR | Redakce iDNES.cz nahlédla pod pokličku života vojenských spojařů z Lipníka nad Bečvou, ale i na techniku, která zajišťuje komunikaci napříč NATO v jakémkoliv prostředí.

„Moderní armáda se bez spojovacího vojska neobejde. Naši spojaři fungují v odbornostech od klasických radistů přes síťáře, systémové inženýry, vývojáře softwaru, specialisty na bezpečnost až po architektury informačních systémů. Význam a nezastupitelnost jejich schopností stoupá s faktem, kdy moderní technika a nové zbraňové systémy jsou nerozlučně spojeny s novými technologiemi,“ říká ředitel sekce komunikačních a informačních systémů brigádní generál Petr Šnajdárek. Spojaři sídlící v Lipnici nad Bečvou jsou vybaveni moderní technikou, která zahrnuje prakticky vše od satelitních prostředků po těžkou, obrněnou techniku, která umožňuje zabezpečit spojení téměř kdekoli v tuzemsku, ale i v zahraničí.

Pandur zastaví i biologické zbraně

Dominantní je pak například speciální verze vozidla Pandur, které dokáže chránit posádku proti všemožným nástrahám, včetně biologického útoku, ale i zajistit datové spojení s velením prakticky za jakéhokoli počasí.

„Jsem spojařem, ale také velitelem a střelcem. Komunikační systémy, které zde máme, nám umožňují sdílet všechna potřebná data napříč Aliancí, či jen při lokálním výcviku,“ řekl jeden z vojáků, který si tuto službu v armádě vybral záměrně díky své odbornosti a vzdělání technického charakteru. Jeho jméno redakce zná, ale z bezpečnostních důvodů je nezveřejňuje. „Používáme nejnovější techniku a zároveň jezdíme s touto obrněnou osmikolkou, která budí respekt,“ dodal dále. Tito odborníci působí po celé České republice, včetně Prahy, Olomouce a dalších měst.



Spojovací vozidlo Pandur je vybaveno těmi nejmodernějšími technologiemi. Jeho operátor je zároveň střelcem a velitelem. FOTO | MICHAL VOSKA, IDNES.CZ

Jedním z předpokladů pro službu u spojařů je velmi dobrá angličtina, protože komunikují napříč NATO, nicméně ani mezery ve vzdělání nejsou problém. „Naši vojáci se vzdělávají celoživotně. Nejen jazykově, ale i s ohledem na používání čím dál modernějších technologií, které musí umět bezvadně ovládat. To ostatně oceňují i naši alianční partneři a služba zde je atraktivní i pro nováčky po škole díky řadě benefitů, včetně vyšších hodnot než ve zbytku armády, tedy i výbornému ohodnocení,“ říká kapitán Martin Krupička.

Bez spojení není velení

Když v Lipníku procházíme jednotlivá stanoviště ukázek, vidíme značný technologický posun. Od starých tatrovek po nové vozy, od vysílaček, které mají dodnes své uplatnění, po nejmodernější satelitní prostředky, které je možné složit do kompaktních boxů a přepravit nebo přenést je, kamkoliv je potřeba.

To vše je poplatné budoucnosti armády. Zejména pak modernizací a budoucím vojenským akvizicím. Technologie jsou všude, někde jich je méně, jinde více. „Pokud by armáda například kupovala víceúčelové letouny F-35, tak dvě třetiny personálu okolo jsou spojaři,“ vysvětluje Krupička.

Pokud se tedy podíváme na budoucnost armády, ale i na její současnost,

bez spojení se neobejde nikdo.

Datové zabezpečení využijí budoucí bojová vozidla pěchoty, která chce armáda koupit ze Švédska, tanky, jejichž význam se ukazuje i na novodobém bojišti, a samozřejmě i vrtulníky, které vojáci již nyní vyhlíží.

„Používáme nové prostředky, jako jsou pásová bojová vozidla pěchoty, vrtulníky, systémy elektronického boje včetně bezpilotních. Osádky umí řídit, střílet, ovládat je, ale kromě toho musí být na moderním bojišti schopny komunikovat, přijímat a odesílat informace, a to dokážou jen díky informačním a komunikačním systémům uvnitř. A ty musí někdo nastavit – a ten někdo je spojař,“ vysvětluje Šnajdárek význam spojařů na dnešním bojišti.

Čeští vojáci působí i ve strukturách NATO. Spojenecká zařízení jsou přítomná i v Lipníku. Při pohledu na obrovské satelity je zřejmé, že tato technologie dokáže mnohé. Když se ptám vojáků na funkce i dosah těchto zařízení, jen se usmívají. „Máme zde to nejlepší, ale bližší informace vám sdělit nemůžu,“ říká kapitán Krupička. Jeho šibalský výraz hovoří za vše. A není se čemu divit. Čeští spojaři patří ke špičce. Uplatňují se v misích, aktuálně například na Slovensku, ale také na zahraničních velitelstvích NATO. To zahrnuje službu na moři, ve vzduchu, ale i na základnách po celém světě.



Braňte se neoprávněné změně ceníku, radí energetický úřad

Mnohým lidem se nelíbí vyúčtování za energie, několik tisíc z nich se v posledních měsících kvůli tomu obrátilo na státního regulátora, Energetický regulační úřad. Ten radí, **na co si ve smlouvách a poté i ve vyúčtování dát pozor.**

ČR | Nejvyšší kontrolor na trhu s energiemi, Energetický regulační úřad (ERÚ), dostává stále více stížností od lidí napříč Českem. Jen za první tři měsíce letošního roku jich obdržel kolem čtyř tisíc. Pisatelé se stížnostmi brání zejména smlouvám, které vedou k neoprávněnému zdražování dodávek energií. ERÚ varuje, že obchodníci často své zákonné povinnosti obcházejí a zvyšují lidem ceny, přitom na to ze zákona nemají nárok. Úřad zmiňuje dva hlavní případy.

První se týká „neoprávněné změny ceníku“. Jde o to, že zákazník uzavře smlouvu na dobu určitou, přičemž má za to, že si sjednal cenu fixní na celou dobu platnosti smlouvy. Cena je ale dohodnutá pouze na část doby platnosti smlouvy, například do konce prvního roku. Poté se má změnit podle aktuálního ceníku dodavatele zveřejněného na jeho webových stránkách.

„Příslušní dodavatelé argumentují tím, že se nejedná o jednostranné zvýšení ceny, ale o zvýšení předem dohodnuté, a nemusí proto spotřebitelům změnu oznámit podle energetického zákona – tedy minimálně třicet dní předem, s možností výpovědi smlouvy ze strany zákazníka,“ vysvětluje Ladislav Havel, člen Rady ERÚ. „To by ale platilo pouze tehdy, pokud by už při uzavírání smlouvy byla sjednána konkrétní částka, na kterou se od určitého okamžiku cena zvýší. Jestliže tomu tak není, jedná se pouze o trik dodavatele,“ upozorňuje Ladislav Havel. Dodavatel energií totiž nesmí podle zákona cenu libovolně měnit.

Jak se takovým praktikám brání? ERÚ radí, aby byli spotřebitelé při uzavírání smlouvy obezřetní a dávali pozor na to, zda je fixní cena pro celou dobu smlouvy, či nikoliv. Kdo se pak dostane do popsané situace, může dodavateli namítnout, že změna ceny je neúčinná, pokud ji řádně neoznámil a nedal možnost smlouvu vypovědět. „Jestliže došlo k neoprávněné změně ceníku, kdy dodavatel například zdražení neoznámil minimálně s třicetidenním



FOTO | SHUTTERSTOCK

předstihem, prokazatelně a adresně, jde o změnu neplatnou a spotřebitel se musí bránit,“ zdůrazňuje Havel.

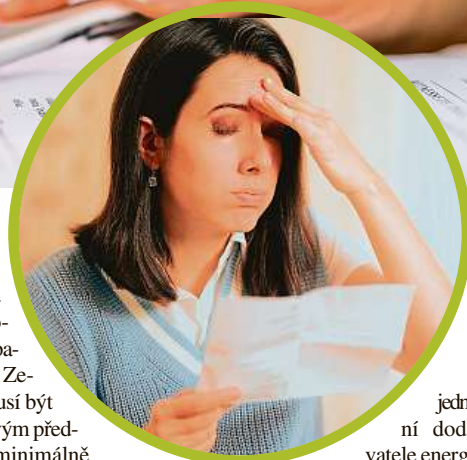
Hlídejte si automatické prodloužení smlouvy

Druhá nejčastější stížnost se týká zvýšení ceny při automatické prolongaci smlouvy. Zde se jedná o to, že zákazník uzavře smlouvu na dobu určitou, která se mu po uplynutí doby automaticky prodloužuje, tedy i bez jeho výslovného souhlasu – tzv. automatická prolongace. Jenže s automatickým prodloužením se často objeví i nová, často vyšší cena za službu. Ta se pak bude řídit podmínkami, které dodavatel před prolongací pouze uveřejní na svých webových stránkách, aniž by podmínky adresně zákazníkovi oznámil.

„Novou cenu, podle níž se spotřebitel může rozhodnout o prolongaci, lze opravdu zveřejnit na webových stránkách dodavatele, pokud se na tom obě strany smluv-

ně dohodnou. Zákazník ale na ni musí být upozorněn konkrétním způsobem, například označením konkrétního ceníku. Nestačí jen obecný, nejednoznačný odkaz,“ vysvětluje k případu členka Rady ERÚ Markéta Zemanová. Nová cena zároveň musí být uveřejněná s dostatečným časovým předstihem. Ten činí dle ERÚ minimálně 20 dnů, tedy před uplynutím termínu k vyjádření o (ne)pokračování ve smluvním závazku. „Smlouva s automatickou prolongací není sama o sobě zakázaná ani nijak závažná. Je ale potřeba, aby si zákazník pamatoval termín, kdy se prodloužuje, a v případě nezájmu o další spolupráci ji vypověděl. Připomenout mu to může i vyúčtování, v němž dodavatelé musí, díky novelizaci vyhlášky ERÚ, od loňska uvádět mimo jiné termín konce smlouvy,“ nabádá Markéta Zemanová.

I v tomto případě ERÚ radí, jak by se měl zákazník v případě pochyb o férovém



jedná-
ní doda-
vatele energií
zachovat. Jestliže

dodavatel zveřejnil novou (vyšší) cenu platnou po prolongaci konkrétně a s dostatečným předstihem, ale zákazník s podmínkami nesouhlasí, může smlouvu vypovědět do 20. dne před automatickým prodloužením smlouvy (prolongací). Pokud ovšem dodavatel cenu s dostatečným předstihem nezveřejnil, nebo na ni neodkázal dostatečně konkrétně, je namíste využít zákonných ochrání zákazníka – pokud uplynula lhůta pro výpověď smlouvy, namíste neúčinnost zvýšení ceny, jelikož vám nebylo řádně oznámeno. (re, jos)

Spěchající zprostředkovatelé i fixace smlouvy. Na co si dát také pozor?

- Kromě samotného dodavatele energií vás s nabídkou nové smlouvy mohou oslovit tzv. zprostředkovatelé, kteří energie pouze přeprodávají. Chtějte proto vědět, s kým konkrétně mluvíte a z jaké je společnosti – a nespokojte se jen s tím, že pro vás má nabídku toho a toho dodavatele. Zavolání obchodník přímo u vás doma? Tlačí na vás, že podepsat je nutné okamžitě? Tím spíš budete obezřetní a určitě si vezmete čas na rozmyšlenou.
- Jednáte přímo s dodavatelem? Zkuste si na něj najít reference. Ostatní zákazníci vám mohou dát cenné rady a upozornit vás třeba i na některé „triky“, kterých byste si jinak nevšimli. Totéž platí pro zprostředkovatele, jejichž registr vede od července 2022 Energetický regulační úřad. Pokud zprostředkovatele v registru nenajdete, je dost dobře možné, že o registraci vůbec nepožádal, a svou činnost tedy vykonává nelegálně.
- Pozor, fixace ceny není totéž, co smlouva na dobu určitou. Smlouvou uzavíráte na konkrétní dobu dohodu o samotných dodávkách elektriny či plynu, nikoliv o jejich ceně. Smlouvu na dobu určitou musíte standardně dodržet, naopak smlouvu na dobu neurčitou můžete kdykoliv vypovědět – a po skončení výpovědní lhůty zaniká. Stejnou možnost má ale i protistrana, proto závazek fixované ceny v kombinaci s dobou neurčitou nedává smysl, dodavatel ho v praxi nemusí dodržet.

Zdroj: Energetický regulační úřad



Popularita fotovoltaických elektráren (FVE) neustále stoupá a řada majitelů domů se zajímá o možnost instalace na starší nemovitosti. FVE lze instalovat i na starší budovy, je však třeba věnovat zvýšenou pozornost stavu střechy a původní elektroinstalaci.

Jak starý je váš dům?

Téměř 450 tisíc domů v České republice je mladších 30 let. Stav jejich střech a vnitřní elektroinstalace by tak měl u velké většiny z nich vyhovět podmínkám pro instalaci FVE. Mnoho objektů je ale samozřejmě starších, průměrné stáří rodinných domů je u nás téměř 50 let. S narůstajícím stářím budovy samozřejmě vznikají určité obavy, které však může rozptýlit revize objektu.

Prohlídka od střechy až po sklep

Co by vás před instalací mělo zajímat? Zejména stav střechy, její krytiny a nosné konstrukce, možnosti uchycení FVE panelů, stav hromosvodů a jímací soustavy (včetně platné revize, která musí být prováděna každé čtyři roky), statika střechy a nosnost. Dále stav elektrického vedení, rozvodů a jističů, typ instalace (TN-C nebo novější TN-C-S, TN-S, které mají separátní vodič). S revizí vám může pomoci firma, která bude instalaci FVE zajišťovat. Stejně tak se můžete obrátit na řadu nezávislých pracovníků, která revize střech, hromosvodů a elektroinstalace v domech, bytech a provozovnách provádějí.

Kolik bude taková revize stát?

Revize elektroinstalace přízemního nebo patrového rodinného domu stojí v současnosti přibližně 3 až 5 tisíc Kč (podle velikosti objektu). Podobnou cenu zaplatíte také za revizi střechy, ale budete mít jistotu, že budova je na instalaci připravena, případně získáte informace o krocích, které bude třeba k dosažení takového stavu učinit.

Odhalené problémy starších budov

U budov starších než 25 let může revize elektriky odhalit hliníkové vodiče, které je třeba vyměnit. Cena za nové elektrorozvody, jističe a související spínače,

Fotovoltaiku můžete instalovat i na starší dům



FOTO | 3x SCHLIEGER

vypínače je nezanedbatelnou položkou na cestě k FVE. Problémům se starším elektrickým vedením je ale třeba přecházet v každém případě.

Dalším posuzovaným hlediskem je nosnost střechy a střešní konstrukce. Řada staveb vznikala v době, kdy se se zatížením FVE panely a konstrukcí nepočítalo. Odborný posudek přesně popíše vliv takové instalace a je zásadní pro precizní určení velikosti, typu, sklonu, uložení a ukotvení vlastního fotovoltaického zařízení.

Bezproblémová instalace FVE

Samotná instalace fotovoltaické elektrárny nevyžaduje velké stavební úpravy střechy. Zpravidla stačí vyvrtat pár děr na uchycení jednotlivých komponent a také pro protažení kabelů. Způsob montáže FV panelů na střechu je

zvolen podle typu střechy a krytiny. Nemusíte se bát toho, že po instalaci panelů dojde k zatékání vody do střechy nebo budovy. Držáky jsou z odolného nerezového materiálu a společně s panely vydrží desítky let. Vnitřní část instalace je zpravidla vedena do technické místnosti, kotleny nebo podobného suchého prostoru. Zahrnuje upevnění střídače, drobného příslušenství FVE (rozvodná skříňka) a bateriových článků. Vnitřní rozvod elektrického vedení je uložen do lišt, husích krků, nebo předem vyfrézovaných drážek.

„Samotná instalace fotovoltaické elektrárny nevyžaduje velké stavební úpravy střechy.“

Fotovoltaický systém se následně v hlavním domovním rozvaděči napojí na vnitřní elektrorozvody a připojí se k němu měřicí moduly (například pro SmartMetr nebo A-Z Router) a potom se provede úprava „ELM“ – ELEKTROMĚRU – podle normy a stávajícího distributora. Nic víc není potřeba. Za méně než půl roku od objednání FVE můžete získávat energii ze slunce a šetřit.

Schlieger v číslech od ledna 2023

(k 19. 5. 2023)

Vyřízené dotace: 225 689 782 Kč

Dokončené instalace FVE: 1371

Podané žádosti o připojení FVE: 2088

Počet domů a počet instalací FVE

- V Česku je v současné době více než 2 317 276 domů (stav sčítání domů v březnu 2021), od předešlého sčítání v roce 2011 přibýlo přes 159 tisíc domů a za posledních 30 let se počet domů v Česku zvýšil dokonce o 449 000. Rodinných domů jsou téměř dva miliony, zbytek tvoří bytové domy s více bytovými jednotkami.
- Počet instalací FVE v ČR přesáhl hranici 82 000, jen za loňský rok bylo instalováno téměř 34 000 fotovoltaických systémů. Proinstalovanost FVE na domech je přibližně 4 %, navýšení na 10-11 % se podle odborníků ze společnosti Schlieger očekává kolem roku 2030, například sousední Polsko má přitom již nyní proinstalovanost 16 %.



13 LET
NA ČESKÉM
TRHU

Jsmeme největší firmou ze světa fotovoltaiky,
tepelných čerpadel a solárních panelů
v České republice.

news

DOTACE NZÚ LIGHT:

Fotovoltaický systém již **od 9 990 Kč**



Mysleli jste, že na fotovoltaiku pro ohřev vody nikdy finančně nedosáhnete? S NZÚ Light si můžete pořídit naše supervýkonné panely za bezkonkurenční cenu. Ušetřit na energiích nyní tak můžete i vy!

- ✓ Určeno pro seniory a nízkopříjmové domácnosti
- ✓ Dotaci NZÚ Light dostanete ještě před realizací
- ✓ Ohřev vody lze kombinovat s vaším stávajícím systémem

Celková cena systému	99 990 Kč
Státní dotace NZÚ Light	90 000 Kč
Zaplatíte z vlastních peněz	9 990 Kč

Pokud si od nás zakoupíte i tepelné čerpadlo, nainstalujeme vám solární systém **za 1 Kč**.

☎ 226 223 875 | www.dostupnedotace.cz

VYSPĚLÁ TECHNOLOGIE:

Revoluční **patentované** bezrámové panely

Naše patentované bezrámové panely mají nejvyšší efektivitu a výkon (550 Wp). Díky největším skladovým zásobám a vlastním montážním týmům realizujeme více než 1 200 instalací měsíčně.

- ✓ Patentovaný **bezrámový panel** zvyšuje účinnost až o 15 %
- ✓ Nejvýkonnější panel na českém trhu s výkonem **550Wp**
- ✓ **Záruka 25 let** na 85 % výkonu panelu



Pořid' si fotovoltaiku a vyhra' elektromobil

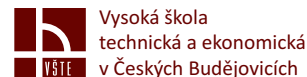


www.schlieger.cz
☎ 226 223 875

speciální magazín

POMÁHÁME

uvnitř dnešní **MF DNES**



**MOBIL
.CZ**

**Data zdarma
až na měsíc!**

Objev novou
SIMku
za **150 Kč**

30 min. volání

1 GB rychlých dat

Data zdarma platí na 30 dní od dobítí 200-299 Kč a nad 300 Kč, máte-li je zvolena jako nárok na získání odměny. Akce „30 min. volání a 1 GB“ platí jednorázově až na 30 dní od aktivace nové SIM. Více o předplacené kartě na www.mobil.cz



Léto bude bez úzkokolejky

V obcích lemujících **turisticky atraktivní trať** se smiřují s tím, že **vlaky o prázdninách zřejmě nevyjedou.**

■ MARTIN VOKÁČ

KAMENICE NAD LIPOU | Po rozhodnutí soudu, který v květnu poslal Jindřichohradecké místní dráhy do konkurzu, už je to takřka jisté. Po letech se turisté, kteří se budou pohybovat na pomezí Jihočeského kraje a Vysočiny, budou muset obejít bez úzkokolejky. Region ztrácí turistické atrakce oplakává.

„Každé léto k nám úzkokolejkou přijížděly tisíce lidí. Davy jich proudily z nádraží na zámek. Lidé si tu prohlédli i pivovar, najedli se. O to vše nyní přijdeme,“ obává se starosta Kamenice nad Lipou Tomáš Tesař.

Celý region mezi Obrataní na Vysočině přes Kamenici nad Lipou, jihočeský Jindřichův Hradec po Novou Bystřici a Českou Kanadu úzkokolejkou žije.



Vlaky letos v létě na úzkokolejku asi nevyjedou.

FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

Nejenže během roku zajišťuje běžnou železniční dopravu. V létě bývají parní vlaky velkým turistickým lákadlem.

„Mnoho lidí si s výletem párou spojilo i návštěvu zámků, pamětihodností, muzeí. Železnice byla takovým atraktivním pojítkem. O to nyní přijdeme. Cestovat mezi památkami autobusem lidi lákat nebude,“ obává se Tesař.

Úzkokolejku od roku 1995 provozovaly Jindřichohradecké místní dráhy

(JHMD). V posledních letech to však s nimi šlo rychle z kopce. Eskalovaly spory s kraji o výši příspěvků na zajištění dopravy a vyvrcholily loni na podzim vyhlášením úpadku a zastavením provozu.

JHMD dle veřejně přístupných údajů věřitelům dluží 360 milionů korun, které nejsou schopny uhradit. Věřitelé teď odmítli navrhovanou reorganizaci firmy a soud na ni vyhlásil konkurz. Letní provoz je tak prakticky ztracen.

„Obávám se, že posláni Jindřichohradeckých místních drah do konkurzu a rozprodání na díly bude bohužel znamenat konec,“ vyjádřil se starosta Jindřichova Hradce Michal Kozár.

O provoz úzkokolejky místo zadlužených JHMD však zájem je. O povolení Drážní úřad požádala Správa úzkokolejných drah, což je dceřiná firma JHMD. Letní a parní dopravu by chtěly převzít firmy Gepard Express a WTT. Ale i kdyby povolení získaly, letos už by zřejmě nevyjely.

„V ideálním případě začnou vlaky jezdit v srpnu. Ale takový termín je úplně neoptimističtější verze na hraně realizovatelnosti,“ uvedla před pár týdny konkurzní správkyně Daniela Urbanová. Jenže dnes už konkurzní správkyní není, věřitelský výbor ji v závěru května odvolal. Nahradí ji David Jánošík.

Vše tak může nabrat další zdržení. Jak to s úzkokolejkou nakonec celé dopadne, mnozí turisté bedlivě sledují. A také se na informačních centrech dotazují. „Jak to bude v létě s úzkokolejkou, je nyní nejčastější dotaz,“ potvrdila Kristýna Mitášová, vedoucí informačního centra v Nové Bystřici.

VYDEJTE SE PO STOPÁCH KARAVANU
z pořadu České televize



TERMÁLNÍ LÁZNĚ AUTOBUSEM
Odjezdy Tábor, ČB, Třeboň



**NEZNÁMÉ
MAĎARSKO**



**ZNÁMÉ
MAĎARSKO**

Tiszaújváros – Hotel Tisia And Spa****Superior
Egerszalók – Hotel Saliris Resort****
Hajdúszoboszló – Hotel Aqua Sol****

V ceně pobytu: polopenze, neomezený vstup do termálních lázní, zapůjčení županu, Wi-Fi.
Ceny na vyžádání v CK.

Více na www.hungariatour.cz
CK Hungariatour – Písek, Harantova 1359,
tel.: 737 332 565

Sárvár – Hotel Park Inn
29. 8.–6. 9.
17 490 Kč/osoba
ve dvoulůžkovém pokoji
V ceně: 7x ubytování, all inclusive,
vstup do termálních lázní,
doprava, služby delegáta.

Zalakaros – Hotel Karos Spa
29. 8.–6. 9.
14 490 Kč/osoba
ve dvoulůžkovém pokoji
V ceně: 7x ubytování, polopenze,
vstup do termálních lázní,
doprava, služby delegáta.

Bükfürdő – Hotel Hunguest Bük
(bývalý Répce/Répcé Gold)
29. 8.–6. 9.
15 290 Kč/osoba
ve dvoulůžkovém pokoji
V ceně: 7x ubytování, polopenze,
vstup do termálních lázní,
doprava, služby delegáta.

Zalakaros – Hotel Park Inn
29. 8.–6. 9.
16 990 Kč/osoba
ve dvoulůžkovém pokoji
V ceně: 7x ubytování, all inclusive,
vstup do termálních lázní,
doprava, služby delegáta.

Esejista Gabriel Laub: Krása není vždy pravá, pravda...

POMŮCKA: ODD, ORR	PRŮZOR VE ZDI	CVIČEBNÍ ÚBOR	ZNAČKA AUTOMOB. SVÍČEK	5+2	MINISTER. ZAHRANIČ- NÍCH VĚCÍ ZKR.	MĚKKÝŠI	5+2	MNICHOV- SKÝ FOTBALOVÝ KLUB	INICIÁLY HEREČKY MUTI	KLOUBNÍ NEMOC	5+2	JEZERO RUSKY	HRDINA DIVOKÉHO ZÁPADU	NÁZEV HLÁSKY Z
LIČÍ ANGLICKY				IN. REŽ. PO- LEDNÁKOVÉ SÁL PRO KONĚ			TEČKA				OBCHOD PRŮMYSLO- VÝM ZBOŽÍM ÚDOBÍ			
ŠÍROKÝ LÍMEC							ZTRÁTA PAMĚTI SPZ DĚČINA							
1. DÍL TAJENKY									VĚZENÍ VYDÁVAT SLEPIČÍ ZVUK					
OKR. SPR. SOCIÁLNÍHO ZABEZPE- ČENÍ ZKR.					SLOVENSKÉ CHLAPECKÉ JMÉNO MZDA					ARTUR DOMÁCKÝ KANADSKÝ HOKEJISTA				SKUPINY ZVĚŘE
5+2	MINISTER. PRÁCE A SOCIÁL. VĚCÍ ZKR.	ČÁST DNE ZKR. PŘÍSTAVNÍ HRÁZ				VÝROBCE ELEKTRO- SPOTŘEBIČŮ NÁJEZDNÍK					OSTRAVSKÉ OP. A STROJ. OSLOVENÍ OTCE HOV.			
INICIÁLY HERCE MORAVCE			ALENA DOMÁCKÝ JEHLIČNATÝ STROM				ČÁST NOHY DRUH PEPŘE					MPZ LITVY ST. VETER. SPRÁVA		
KRMĚ								2. DÍL TAJENKY KLUB FILA- TELISTŮ						
CHOROBA SKOTU A PRASAT										DRUH VLNĚNÉ LÁTKY				
BODAVÝ HMYZ					SPORTOVNÍ ČLUN					MALÁ SYMETRÁLA				

INZERCE Tajenka: ... není vždy krásná.



KOMPLETNÍ SLUŽBY



STK



EMISE



TACHOGRAFY



DOVOZOVÉ
PROHLÍDKY



Korunka

Hrajte
o miliony
2x denně!

Gratulujeme
do Přelouče k pěkné výhře

1 000 000 Kč!

Vsad'te si také!

U nás
se výhry
nedělí.

korunka.eu

 **Tipsport** **Chance**

18+ Ministerstvo financí varuje:
Účasti na hazardní hře
může vzniknout závislost!

Milí zákazníci,
v našich prodejnách **COOP JEDNOTA SD VE VOLYNĚ**
si můžete nakoupit online a to i čerstvé sýry a uzeninu.
Stačí vyplnit na našich stránkách **www.e-coop.cz**
objednávku, my ji připravíme
a Vy si ji jen vyzvednete.

coop
JEDNOTA
SPOTŘEBNÍ DRUŽSTVO VE VOLYNĚ

Jen na e-shopu



e-coop.cz
naleznete
TRVALE
nizké ceny



COOP ITALY OLEJ
extra panenský olivový
500 ml

Ceny, které
jinde nenajdete

99,90
Kč

TIP Blatná, J.P.Koubka č.p.43
TIP Sedlice č.p.31
TUTY Radomyšl č.p.232
TIP Štěkeň č.p.10
TUTY Mírová č.p.1010, Strakonice
TERNO Strakonice, Volyňská 192
TIP Volyně, nám.Hrdinů č.p.69
TIP Čestice č.p.88

**Nabídka platná
v měsíci červen
při minimální hodnotě
nákupu 300 Kč.**



e-coop.cz

Cíl? Florbal na paralympiádě

Se Štíry vyhrál ligu a také turnaj ve Švédsku. **Zbyněk Sýkora** by rád dostal paraflorbal i na paralympiádu.

■ ELIŠKA JÍLKOVÁ

ČESKÉ BUDĚJOVICE | Zbyněk Sýkora je předseda Českého paralympijského výboru, politik a podnikatel. Ve volném čase hraje paraflorbal za českobudějovický tým FBC Štíří, s nímž se stal podeváté vítězem české ligy.

Soutěž jste vyhráli popáté v řadě. Jak těžké je titul obhajovat?

Každý od vás očekává, že opět získáte titul. Ale je to stále těžší, kvalita týmů se vyrovnává. Zápasy v play off se často rozhodovaly v prodloužení nebo na nájezdy. Hlavně je to pro nás mentální závak, protože výhra se od nás očekává.

Vnímáte před zápasy nervozitu?

Jeden před druhým se tváříme, že nervózní nejsme, ale vlastně je to na nás všech vidět. Ve čtvrtfinále nebo v semifinále si můžeme dovolit chybu, protože

ta se hraje na dva vítězné zápasy, ale v superfinále se žádná chyba nepřipouští. S Tatranem Střešovice jsme dlouholetými rivaly, několik posledních let se přetahujeme o prvenství.

Také jste se zúčastnili turnaje Malmö Open a odvezli jste si ze Švédska zlatou medaili. S jakými pocity jste se vraceli domů?

Rivalita, kterou máme na domácí půdě s Tatranem, je na mezinárodních turnajích s týmem Nacka (paraflorbalový tým ze Švédska – pozn. red.). Řekl bych, že je to možná nejlepší tým planety. Ve finálových zápasech se s nimi přetahujeme. Radujeme se, když z takového turnaje odjíždíme první či druhí. Já klukům říkám, že nejdůležitější zápas je v semifinále, dostat se do bojů o medaile.

Reprezentujete Česko v zahraničí, vnímáte rozdíl mezi hrou jednotlivých týmů?

Každá země má svůj specifický způsob hry. Švédí hrají rychlý, technický florbal, střídají hodně obouruč. Nizozemci hrají dost ve vzduchu, nedrží míč moc na zemi, ve vzduchu jsou s ním šikovni, nazval bych jejich hru jako nepřijemný chaos, nedá se moc předvídat a je nebezpečná. Švýcaři šli v poslední době hod-



Zbyněk Sýkora se ocitl na vozíku po nehodě na motocyklu. FOTO | MAFRA

ně nahoru, adaptovali se na náš a švédský styl. Každý tým má svá specifika, ale v české lize hrajeme velmi podobně.

Jakých dalších soutěží se účastníte?

Zatím neexistuje plnohodnotná mezinárodní paraflorbalová federace, ale jednáme o jejím složení. Nemůžeme organizovat vlastní oficiální mezinárodní soutěže, jako je paraflorbalové mistrovství světa nebo Evropy. Souboje se odehrávají na turnajích. První světový šampionát by mohl být příští rok v prosinci jako součást klasického MS ve florbalu.

nát by mohl být příští rok v prosinci jako součást klasického MS ve florbalu.

Jste předseda Českého paralympijského výboru, politik, podnikatel, máte rodinu a do toho jezdíte na turnaje. Jak to všechno zvládáte?

Nejvíce mě vytěžuje Český paralympijský výbor, dnes bych si to asi více promyslel, jestli do toho půjdu. Svoji aktivní sportovní kariéru jsem velmi omezil. Dříve jsem hrál basketbal a dělal atletiku, na to už mi nezbyvá čas. Minulý rok jsem ukončil paraflorbalovou reprezentační kariéru, čistě z časových důvodů.

Jaký sportovní sen byste si chtěl ještě splnit?

Sny už mám nejspíše za sebou. Z patnácti odehraných sezon jsme jich devět vyhráli. Teď bych chtěl ve zdraví přežít všechny sporty, které dělám. Už musím dávat pozor na to, abych se nezranil, s tím souvisí rehabilitace a příprava na zápasy. Jednou bych si chtěl zahrát na mezinárodním turnaji v badmintonu.

Chtěl byste dostat paraflorbal také na paralympiádu?

To je můj největší životní cíl, ale je ještě spousta kroků, které musíme splnit, aby se tam náš sport zařadil.

INZERCE




od 7. 6. do 20. 6. 2023

CEVNA



RADEGAST RÁZNÁ 10
pivo světlé
výčepní
1 l • 25,80 Kč

0,5 l
12⁹⁰



PRIMA MROŽ JAHODOVÝ
v tmavé, bílé polevě
100 ml • 30,89 Kč

45 ml
13⁹⁰



RED BULL
vybrané druhy
100 ml • 11,96 Kč

250 ml
29⁹⁰

CC 12/2023



blízko k domovu

www.jednota-milevsko.cz