

Jediny
čtrnáctidenník
v Praze 6



NAŠE PRAHA 6

Dejvice • Břevnov • Bubeneč • Střešovice • Vokovice • Veleslavín

28. 6. 2024

Ani o letní dovolené kyberšmejdi nespí

I když mnozí z nás jsou již myšlenkami u teplého moře, rybníku či někde v lese, přesto zůstaňte ve střehu. Kyberšmejdi nespí!

Více na straně 6 a 7

INZERCE

Hodinář sběratel koupí veškeré hodinky, hodiny, budíky, mechanické natahovací i nefunkční a poškozené náramkové i kapesní, české, ruské i světové PRIM, OMEGA, LONGINES, ORLIK, SPARTAK, SCHAFFHAUSEN, ETERNA, ZENITH, ROLEX, LEMANIA, MOVADO, CERTINA, SEIKO, HEUER i jiné. Koupím též drahé zlaté hodinky v jakémkoliv stavu. Koupím i celou pozůstalost po hodináři, hodinky, součástky, nářadí, sklička plastová i skleněná, soustruh apod. Po telefonické dohodě s Vámi přijedu kamkoliv nebo můžete Vy ke mně.

Slušné a seriózní jednání. Tel. 777 311 101



SC-502770/02

**- VÝKUP AUTOMOBILŮ,
MOTOCYKLŮ A VETERÁNŮ
VŠECH ZNAČEK**
- ZÁSTAVY
VOZIDEL
- PENÍZE
IHNEDE



**NEJLEVNĚJŠÍ ODTAHY
Tel.: 604 868 055**

SC-502472/06

**REKONSTRUKCE BYTŮ,
BYTOVÝCH JADER A KUCHYNÍ**

práce obkladačské, zednické,
elektro, instalaterské, podlahářské,
malířské, výroba nábytku

Svoboda a Nejtek s.r.o.
604 203 243, 603 801 377
www.svobodaanejtek.wz.cz

SC-502317/08

Moderátorka Eva Hecko Perkausová: Praha je skvělé místo pro život



naseprahe.cz

25
let jsme
s Vámi

Rozhovor na stranách 8 a 9

Vyhrajte vstupenky
na komedii
Jak se
vám líbí
str. 10

Foto: CNN Prima News

INZERCE

**KUPOJEME PODÍLY
V ČINŽOVNÍCH DOMECH V PRAZE
RYCHLE A ZA TRŽNÍ CENU**

+420 606 093 093

www.kupujeme-podily.cz



SC-502770/4

Galerie Smečky představuje umělecký svět Jakuba Chomy

GS

Galerie Smečky, známá prezentací současných výtvarníků a koláží, pořádá svou další samostatnou výstavu. Až do 27. července můžete v prostorách galerie prozkoumat jedinečný svět assembláže v expozici „WE ARE SMELLY, ATOMISED, CHEMICAL, VANILLA“. Výstavní projekt talentovaného Jakuba Chomy nabízející komplexní pohled na autorovu tvorbu je zatím jeho nejrozsáhlejším. Výstava odráží Chomův zápal pro transformaci prostoru a zkušenost, a je tak příležitostí přenést se do jeho neotřelého uměleckého vyjádření.

Tato výstava, oslavující osmdesátý kulturní počín galerie, představuje unikátní setkání s Chomovými assemblážemi, které proměňují prostor Galerie Smečky v dynamickou krajinu autorova výtvarného vyjádření. Jeho díla, poskládaná z minulých projektů, nabízí nový pohled na lidskou existenci skrze prizma biomedicíny, sociálních vztahů a digitální estetiky.

Jakub Choma je absolventem UMPRUM a laureátem prestižní Ceny Jindřicha Chalupického. Je známý svým přechodem od malby k prostorovým assemblážím a jeho práce, ovlivněné digitální kulturou a estetikou herních světů, vám prostřednictvím výstavy poskytnou možnost ponořit se do světa, kde se hmotné mísí s virtuálním.

Galerie Smečky, reprezentující kulturní dění Prahy, nabízí výjimečnou příležitost setkání s díly významných českých autorů koláže. Výstavní činnost galerie tak navazuje na jedinečnou sbírku Pražské plynárenské, která prostřednictvím svého nadačního fondu galerii již od roku 2005 provozuje. Sběrka zahrnuje díla osobností jako Toyen, Jiří Kolář či Jan Švankmajer.

info

Galerie Smečky

Ve Smečkách 24, Praha 1 – Nové Město
 Otevřeno: úterý – sobota 11:00 – 18:00
 Tel.: 222 210 268
 E-mail: galerie.smecky@ppas.cz
 Facebook.com/GalerieSmecky/



TAK SI MYSLÍM...



šéfredaktor:

Martin Dudek
tel.: 774 820 075
martin.dudek@-
ceskydomov.cz

Pracovní povinnosti mě nedávno přivedly do historické části mého rodného města a musím říci, že jsem byl poněkud zděšen. Pokud vystoupíte z tramvaje na Újezdu a půjdete pěšky směrem Malostranské náměstí, budete se asi před cizinci stydět za to, jak některé domy vypadají. Potápané a špinavé omítky, na některých budovách je vidět, že zub času hlodá již roky, a sem tam je dokonce znát, že za okny bytů už dlouho nikdo nerozhnul záclony. Zkrátka opravdu „pěkná“ podívaná pro turisty, kteří tudy den co den chodí nebo míří tramvají na Pražský hrad.

V duchu jsem si říkal, proč vedení města neupřesní pozornost, a hlavně nepřesune miliony korun sem, než aby je neustále vyhadzovalo za podivné IT studie či rádobny inovační nápady, které vesměs stejně zapadnou? Proč Praha neinvestuje 150 milionů korun do obnovy svých historických částí než do minulým vedením Prahy zpackané zakázky renovace Šlechtovy restaurace ve Stromovce? Těch otázek je hodně a možná se ještě budou množit, až se vrátíme z dovolených a připomeneme si místy tristní stav naší metropole...

Areál zámku Veveslavín je přístupný veřejnosti

Veleslavín – Praha 6 získala od státu pronájem zámeckého areálu do srpna 2025 a návštěvníci zde najdou místo k odpočinku, rodiny s dětmi místo pro trávení volného času na dětském hřišti a prostor je rovněž skvělým místem pro akce spolků. Zpřístupněna je část areálu v bezprostředním okolí zámku, stav budov i parku v tuto chvíli z bezpečnostních důvodů neumožňuje kompletní otevření. Park je otevřen pro veřejnost po dobu letních měsíců denně od 8.00 do 20.00 hodin.

„Městská část tak dohodou se státem získala i možnost hledat pro veveslavínský zámek novou budoucnost. Nicméně nemůžeme zapomínat na fakt, že ministerstvo financí avizovalo na letošní rok prodej areálu formou aukce,“ říká statutární místostarosta městské části Praha 6 Petr Prokop (STAN). **(red, Praha 6)**



V ZÁMECKÉM areálu najdete zajímavá zákoutí. Foto: zamekveveslavin.cz

Nové vzdělávací centrum pro školy



Foto: <https://hwlab.praha.eu>

Vyšehrad/Praha 6 – Pražský magistrát otevřel moderní vzdělávací centrum HW Lab v prostorách Kongresového centra Praha na Vyšehradě. Jedná se

o jedinečné vzdělávací centrum, které přibližuje pedagogům a studentům technologie zcela novým způsobem. Naleznou zde například virtuální a rozšířenou realitu, robotiku, CNC stroje nebo 3D tiskárny. Sloužit bude hlavně pro základní a střední školy, do budoucna jsou plánovány i různé workshopy, jež pomohou kromě jiného profesnímu rozvoji učitelům. Podrobnosti na <https://hwlab.praha.eu/>.

Provoz HW Labu zajišťuje Dům dětí a mládeže Prahy 6. „Jsem rád, že Praha dala důvěru Domu dětí

a mládeže Prahy 6 a můžeme být součástí tohoto výjimečného projektu. HW Lab představuje nejen prostor plný nejnovějších technologií, ale také místo setkávání, učení a inovací. Je to místo, kde se formální a neformální vzdělávání propojuje s praktickými dovednostmi a připravuje studenty na výzvy zítřka. Věřím, že HW Lab se stane klíčovým prvkem v rozvoji moderních technologií a otevře nové horizonty pro studenty, učitele a pedagogy,“ uvedl Martin Vejvoda, ředitel Domu dětí a mládeže Prahy 6. **(red)**

Znáte hřiště, které si děti samy postaví?

■ Do Prahy se dostala novinka, kterou ve světě znají již od 50. let. Na měsíc bylo v Praze 6 k dispozici dětské hřiště, které nevzniklo v architektonickém ateliéru, ale v hlavách přítomných dětí. Za vznikem originálního herního prostoru stojí spolek Město přátelské k dětem, z.s.

Martin Dudek

Jak projekt dětského hřiště vznikl a proč jste se jeho duší stala právě vy?

Projekt jsme iniciovaly společně s Mirjanou Petrik a je to výsledek dlouholeté aktivity našeho spolku Město přátelské k dětem. Spolek se věnuje tématům hry a prostoru pro děti ve městě. Na podzim 2023 jsme pořádali již čtvrtou konferenci Architektura dětem na ČVUT, která se tentokrát celá věnovala tématu Adventure Playground. Konference vzbudila velký ohlas a v návaznosti na to se nám podařilo ve spolupráci s městskou částí Praha 6 a DDM hlavního města Prahy vytvořit měsíční projekt, který představil ukázkové hřiště dle konceptu Adventure Playground. Sama jsem několik hřišť navštívila například v Kodani a v Berlíně a vybudovat stále hřiště u nás je již dlouho mým snem.

Popište, čím bylo tato dětské hřiště výjimečné?

Adventure Playground existují v zahraničí od 50. let minulého století, ale u nás stále čekáme na založení prvního hřiště. Hřiště Na Kocínce bylo nyní výjimečné tím, že bylo prvním, které tento koncept u nás prezentovalo. Hřiště nemělo certifikované

a pevné herní prvky, celé si totiž postavily samy děti. Z palet, prken, dřeva, trubek, pneumatik a provazu vznikly bunkry a prolézačky. Děti mohly pracovat s nástroji, jako je pilka, vrtačka nebo kladiva, a pomáhali jim k tomu školení lektori. Hřiště bylo otevřené všem a zadarmo, primárně bylo určeno dětem od sedmi let výše a cílem bylo dětem poskytnout volný prostor pro jejich nápady, dobrodružnou hru a kreativitu.

Jak byla zajištěna bezpečnost dětí?

Bezpečnost byla zajištěna přítomností školených lektorů a také daným provozním řádem hřiště. Je třeba upozornit, že dobrodružné hřiště ve smyslu normy ČSN EN 1176 je „dětským hřištěm plným dobrodružství“, na které se požadavky této normy nevztahují. Hřiště má svá vlastní pravidla, která dodržují lektori i děti. Při využívání nástrojů jsou děti poučeny, jak s nástroji pracovat, a lektori jsou vždy k ruce, aby pomohli nebo poradili.

Proč bylo hřiště právě v Praze 6?

A připravují se podobná i jinde po Praze?

Naš spolek s MČ Praha 6 již dlouhodobě spolupracuje na různých projektech zaměřených na veřejný prostor a nabídku pro



DĚTI si vlastnoručně postaví to, v čem si chtějí hrát. Foto: archiv CS

děti a mládež. Městská část je otevřená tématům, kterým se věnujeme. Proto se nám podařilo navázat spolupráci právě s touto městskou částí a také s DDM. Rády bychom, aby podobná hřiště vznikala i v dalších městech, dlouhodobě téma popularizujeme, připravujeme pro to podklady a také na podzim chystáme další ročník konference Architektura dětem, na které budeme prezentovat výstupy a dobrou praxi z projektu Na Kocínce.

Pokud by stejné hřiště chtěl někdo sám provozovat, může se na vás obrátit o podporu/radu?

Spolek Město přátelské dětem poskytuje podporu ve formě workshopů, konzultace nebo plánování a realizaci projektů. Je pro nás důležité, aby ve městě existoval prostor pro dobrodružnou hru dětí, která je v současné

době tolik potřeba a dětem dává možnost se aktivně účastnit na životě ve městě. (red)

info



Carolina Sidon se věnuje dětské tvořivé hře, inovaci ve vzdělávání a metodické podpoře pedagogů. Je členem spolku Město přátelské dětem

a pracuje v Muzeu Říčany, které připravuje projekty a programy zaměřené na učení zážitkem, badatelskou výuku, rozvoj tvořivosti, učení venku a místně zakotvené učení. Je spoluautorkou a mentorkou metody Tvořivé hry, která je novým pedagogickým směrem tvořivých činností v předškolním vzdělávání. Více na www.childfriendlycity.cz a www.muzeumricany.cz. (red)

Dvě změny v autobusových linkách

Praha 6 - K termínu začátku letních prázdnin dojde k drobným trvalým úpravám na vybraných autobusových linkách v Praze 6: bus č. 191 - brzké ranní a pozdní večerní spoje vedené na/z Letiště nebudou zajižďet do zastávky OC Šestáka a č. 214 - linka bude trvale vedena přes zastávky Reinerova a Ruzyňský hřbitov a nepojede přes Selských baterií. (red)

NAŠE PRAHA

Máte doma časopisy

a noviny starší více než 10 let?

Nabídněte je redakci Naše Praha.

Kontakt: martin.dudek@ceskydomov.cz

tel.: 774 820 075.

Limitovaná edice Lítačky k 50 letům pražského metra

Praha - Cestující pražské MHD si mohou pořídit limitovanou edici karty Lítačka se speciálním designem. Kartu vydává městská společnost Operátor ICT ve spolupráci s Dopravním podnikem hl. m. Prahy (DPP) u příležitosti 50. výročí zahájení provozu metra. Pořízení karty se speciálním designem je možné v kontaktním centru Lítačky ve Škodově paláci v Jungmannově ulici, ve čtyřech Infocentrech DPP ve stanicích metra Anděl, Hradčanská, Můstek a Nádraží Veleslavín a na třech předprodejních místech - tradičně v budově Centrálního dispečinku DPP a ve stanicích metra Letňany a Roztyly za správný poplatek 200 Kč.

Příští rok oslaví DPP další dvě významná výročí týkající se MHD v Praze - 150 let od zahá-

jení provozu MHD jako takové a 100 let od zahájení provozu pravidelné autobusové dopravy.

Je proto možné, že DPP připraví další limitované edice karet Lítačka. (red)



DESIGN limitované edice karty Lítačka je inspirován unikátními obklady stěn, které navrhl hlavní architekt pražského metra Jaroslav Otruba. Dlaždice zvané lidově „prsa“ a „antiprsa“ jsou charakteristické pro linku A. Foto: MHMP

Metropoli chybí obecní byty. Jejich počet se zvyšuje pomalu

■ Institut plánování a rozvoje hl. m. Prahy (IPR) dokončil novou studii, která se věnuje stavu a vývoji počtu obecních bytů v Praze. V současnosti hlavní město a městské části vlastní dohromady 29 841 bytů. I když je to téměř o 2 % méně než v roce 2021, tempo úbytku se oproti minulosti výrazně zpomalilo. Cílem Prahy je počet městských bytů aktivně navyšovat.

Praha - „Potřeba navýšit počet městských bytů vychází z trendu, který je společný pro většinu Evropy. Tedy že dostat se k vlastnímu bytu je stále těžší, což vyplývá i z analýzy ‚Praha v evropském kontextu‘. A jak známo, v našem hlavním městě je tato situace mimořádně složitá, podobně jako například v Amsterdamu či Barceloně. Řešením je právě nájemní bydlení, a proto se chce Praha na jeho podporu soustředit,“ řekl primátor hl. m. Prahy Bohuslav Svoboda (ODS).

Z celkového počtu bytů v hlavním městě je jen 4,3 % obecních. Mezi roky 2021 a 2023 však přibýlo do obecního bytového fondu 169 nových jednotek, z nichž 131 bytů tvoří nová výstavba městskými částmi. Analýza také ukazuje, že tři čtvrtiny

obecních bytů spravují městské části a čtvrtinu Magistrát hl. m. Prahy. Jednotliví správci se liší nejen v počtu svěřených bytů, ale také v rozdílných přístupech v bytové politice. Byty ve správě magistrátu se více rekonstruují a zároveň nezůstávají tolik neobsazené. Magistrát také vykazuje vyšší míru povědomí o důvodech a potřebách, na jejichž základě nájemník byt užívá.

Přes 400 nových bytů

Rozmístění jednotlivých obecních bytů po Praze je poměrně nerovnoměrné a příliš nesouvisí s polohou centra města nebo s účelem využití. Nejvíce městských bytů se nachází na území Prahy 2, 10 a 14.

„V předchozích třinácti letech se obecní bytový fond snížil o více než polovinu. Tento trend se ale



MÁLOKTERÝ mladý manželský pár může o sobě říci, že se hned po svatbě stěhuje do svého... Ilustrační foto: Pixabay

už zastavil a postupně se daří bytový fond znovu navyšovat. Ať už výstavbou nových domů, tak koupí již postavených bytových domů, které by byly vhodné jako nájemní byty pro Pražany. Finišujeme s rekonstrukcí bývalého hotelu Opatov, kde přibude 272 bytových jednotek, rekonstruujeme Bařův dům v Moskevské, kde vznikne 10 bytů, a dalších

150 jednotek přibude v Areálu Skloněná. A to je jen vzorek toho, na čem pracujeme. Každý byt se počítá a já dělám maximum pro to, aby co nejvíce Pražanů mohlo v dohledné době bydlet v obecním bytě,“ sdělila Alexandra Udženija (ODS), náměstkyně primátora hl. m. Prahy pro oblast sociálních věcí, bydlení a zdravotnictví. (red)

INZERCE

WWW.CESKYDOMOV.CZ

NASE PRAHA
SKVĚLÉ MÍSTO PRO VAŠI REKLAMU ČI INZERÁT

DEJTE O SOBĚ VĚDĚT

ZARUČENÁ VYSOKÁ ČTENOST

HLEDÁME OSTRŽILENÉ OBCHODNÍKY!

Nabízíme:

- nadstandardní finance – možnost výdělku více než 80 000 Kč
- školení obchodních dovedností
- teambuildingové akce
- práce na ŽL
- práce v regionu Praha

Požadujeme:

- zkušenosti s obchodem
- SŠ vzdělání s maturitou
- smysl pro zodpovědnost

Český Domov
Media House s.r.o.



Pokud vás nabídka zaujala, pošlete životopis na: kancelar@ceskydomov.cz

WWW.NASEPRAHA.CZ

NABÍRÁME NOVÉ SILY

HLEDÁME ŠIKOVNÉ WEBEDITORY!

Požadujeme: zkušenosti z vydavatelství nebo marketingu jsou výhodou, máme systém zaškolení, vše naučíme

- smysl pro povinnost a systém, pracovitost

Nabízíme: osobní přístup, pomoc, pochopení a honorovanou práci na ŽL

Pokud vás nabídka zaujala, napište na: MARTIN.DUDEK@CESKYDOMOV.CZ



Ani o letní dovolené kyberšmejdi nespí. Dejte

■ I když mnozí z nás jsou již myšlenkami u teplého moře, rybníku či někde v lese, přesto musíme zůstat ve střehu. Je totiž velice pravděpodobné, že i v době dovolených bude naším věrným společníkem mobil či tablet. A právě ty nám mohou způsobit spoustu komplikací...

Martin Dudek

Kyberšmejdi jsou stále aktivní a nikdy nevíte, kdy si i na vás „vzpomenou“. Třeba vám na pláži cinkne telefon právě ve chvíli, kde do vás pere sluníčko a v těle se příjemně rozlévá alkohol v rámci zaplaceného all inclusive. A mozek, dosud váš věrný společník, rozhodne z nudy či z jiné příčiny na esemesku či vzkaz na messengeru a WhatsAppu odpovědět. Nebo se vám zalíbí na netu nějaký pěkný kousek do šatníku, a i když tenhle online shop vlastně pořádně neznáte, nákup uskutečníte. Tím se může spustit nelibý sled událostí, na jehož konci může být nejen vaše kocovina z alkoholu, ale také vaše poloprázdné bankovní konto. Na co si tedy dávat pozor?

Podvody v e-shopech

Podivné e-shopy, které lákají na nízké ceny a pak zaplacené zboží nedodají nebo zneužijí platební údaje, jsou poněkud na ústupu, ale stále na ně můžete narazit. Proto je důležité být při nakupování na internetu ostražitý a vyhledávat recenze a zkušenosti ostatních zákazníků s daným e-shopem. Navíc je dobré si ověřit, zda internetový obchod splňuje všechny zákonné požadavky a jestli disponuje platnými kontaktními údaji, jako jsou adresa, telefonní číslo a e-mail. Při placení za zboží se doporučuje využívat bezpečných platebních metod, jako jsou například platební brány nebo platby přes PayPal. Dále je vhodné se vyvarovat nákupů na neznámých webových stránkách, které nemají dostatečně profesionální vzhled nebo obsahují mnoho gramatických chyb. V případě, že jste již obětí podvodného e-shopu, je důležité okamžitě kontaktovat svou banku a nahlásit možné zneužití platebních údajů. Dále je vhodné informovat o svých zkušenostech ostatní zákazníky prostřednictvím recenzí na internetu a podat stížnost na příslušné orgány, jako je například Česká obchodní inspekce. „Příkladem situace, kdy se stává kupující obětí podvodu, může být na první pohled lákavá nabídka výrazně levného zboží, kdy posíláte



INTERNETOVÉ BANKOVNICTVÍ v mobilu může při nepromyšlených manipulacích přinést potíže. Ilustrační foto: Pixabay

platbu předem a následně zboží nepříjde několik týdnů. Později zjistíte, že se ve skutečnosti nejedná o žádný e-shop, ale o běžnou webovou stránku, kdy jste zaslali platbu anonymním příjemcům,“ vysvětluje expertka na kybernetickou bezpečnost Kateřina Hůtová, zakladatelka a spolumajitelka společnosti Cybrela.

Pozor na bazary

Mezi další phishingové nástrahy patří také internetové bazary, kde se pod různými profily zájemců skrývají podvodníci, kteří mají naoko zájem o nákup zboží a následně nabízí zaslání okamžité platby přes aplikace dopravců. Většinou se ovšem

jedná o na první pohled nerozpoznatelné kopie stránek známých společností, které mají za úkol z vás pouze dostat vaše osobní údaje a přístupy k platebním kartám a účtům. Abychom se vyhnuli těmto nebezpečným podvodům, je důležité důkladně ověřit pravost profilu zájemce a aplikace, kterou nám nabízí pro zaslání platby. V případě jakýchkoliv pochybností je vhodné kontaktovat přímo společnost, jejíž aplikaci bychom měli použít, a zjistit, zda daná transakce je skutečně legitimní. Navíc je dobré dát si pozor na neobvyklé žádosti o osobní údaje nebo přístupy k platebním kartám a účtům, které bychom za normálních okolností ne-

poskytovali. „Dalším krokem k ochraně před phishingovými útoky je používání silných hesel (passphrase) a pravidelná aktualizace našeho operačního systému a antivirových programů. Tímto způsobem můžeme minimalizovat riziko, že se podvodníci dostanou k našim citlivým informacím,“ uzavírá Kateřina Hůtová.

Útoky se množí

Podvodníci se nezaměřují pouze na prodej a nákup zboží. Například Všeobecná zdravotní pojišťovna aktuálně varuje před další formou podvodných zpráv, které mohou důvěřivým lidem vysát účet. Rozesílány jsou na mobilní telefony, a to přímo s odkazem na fiktivní web, kde se má příjemce registrovat pro získání finanční odměny. Pojišťovna důrazně varuje před vyplňováním osobních či bankovních údajů do odkazů rozesílaných touto formou. Kyberšmejdi navíc tentokrát pracují i s informační telefonní linkou, která je nápadně podobná té oficiální. Všeobecná zdravotní pojišťovna žádné takové zprávy nerozšířila a data od svých klientů tímto způsobem nezískává. Pokud jste takovou zprávu obdrželi, jedná se zcela jistě o podvod. „Podvodníci tentokrát využívají také aplikaci WhatsApp, odesílatelem je zde fiktivní zaměstnanec VZP. Spolu s profilovým obrázkem, který je stažen z našich oficiálních materiálů, a uvedenou telefonní linkou, která se nápadně podobá té skutečné, jde o velmi sofistikovaný podvod,“ varuje šéf bezpečnostního úseku VZP ČR Jan Svoboda.

Není to tak dávno, co před obdobným, tzv. phishingovým, útokem, varovalo také Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR (MPSV). Občanům chodily podvodné SMS a e-maily, které se tvářily jako informace od státu, především o problematice dávek a státní pomoci. Tyto zprávy pak odkazovaly na falešné webové stránky, které se snažily z lidí vylákat citlivé osobní či bankovní informace, jejichž zneužitím útočníci mohli získat kontrolu například nad bankovním účtem. Někteří podvodné stránky přitom

si pozor na podivné telefonáty a esemesky



PRÁVĚ se dozvěděli, že jim podvodníci vysáli účet... Ilustrační foto: Pixabay

působily velmi věrohodně a jejich grafická úprava napodobovala stránky MPSV, České správy sociálního zabezpečení nebo Identity občana a dalších institucí.

Pražské vodovody a kanalizace (PVK) nedávno důrazně varovaly své zákazníky před podvodnými e-maily, které je vyzývaly ke změně fakturačních údajů.

„Zaznamenali jsme snahu tzv. kyberšmejdů, kteří z podvodné e-mailové adresy nabádali naše zákazníky, aby platbu za vodné a stočné směrovali na jiný než oficiální účet PVK,“ informoval tiskový mluvčí společnosti Tomáš Mrázek.

Samostatnou kapitolou jsou telefonáty „bankéřů“, kteří se vás během hovoru snaží přemluvit o nutnosti převést peníze z vašeho účtu na jiný pod záminkou záchrany finančních prostředků před kyberútokem. Proto si pamatujte, že pokud máte peníze v bance a náhle by vám bez vašeho přičinění z účtu „zmizely“, je to problém banky, nikoliv vás. Také nenaletěte na sliby výhodného zhodnocení

peněz a praví bankéři po vás po telefonu rozhodně nechtějí, abyste si vzal/a půjčku a vložil/a peníze do vkladomatu na virtuální měny. Někdy je také vhodné nezavolat na telefonní číslo zmeškaného hovoru hned, jak ho v telefonu objevíte, ale napřed si ho ověřit na www.kdomivolal.eu. Zde lidé sdílejí telefonní čísla otravů, kteří jim nabízeli nevyžádané služby, produkty či se je pokusili zmanipulovat k poskytnutí citlivých údajů.

Smutným faktem ovšem je, že kyberšmejdí se s postupujícími technologiemi a s využitím umělé inteligence stále zlepšují. Zločinci už dokáží napodobit nejen odesílatele e-mailu, ale zejména i telefonní číslo volajícího, kterého třeba osobně znáte. Proto rada na závěr – vždy se vyplatí nad nabídkou/žádostí v klidu zamyslet a ověřit si ji. Nic totiž tolik nespěchá, abyste to museli udělat hned a bez rozmyslu. Stačí se zkrátka držet starého českého přísloví – dvakrát měř, jednou řež. Přejeme vám příjemné léto bez finančních ztrát!

info

Pokud se stanete obětí online podvodu, bývá většinou nemožné pachatele dopadnout. Policisté proto radí držet se několika jednoduchých zásad.

- Nikdy nikomu v rámci komunikace nesdělujte kódy, které vám přišly v SMS zprávě na váš telefon. Může vám být odcizen účet na sociální síti, e-mail či peníze v rámci m-platb.
- Kde to jde, nastavte si dvoufaktorové ověření pro online platby.
- V případě prodeje zboží nikdy neuvádějte citlivé údaje z vaší platební karty. V ČR pro příjem finančních prostředků stačí sdělení čísla bankovního účtu.
- Nikdy nikomu neznámému, komu nedůvěřujete, neumožňujte vzdálený přístup do vašeho počítačového zařízení.
- Nikdy se nenechte zastrašovat a nerozhodujte se o svých penězích v časové tísní.
- Dávejte si pozor na legendy s neočekávaným dědictvím, výhrou apod.

Zdroj: Policie ČR

INZERCE

LÁZNĚ VELICHOVKY 1897 PŘEDOPERAČNÍ A POOPERAČNÍ LÁZEŇSKÁ PÉČE

- Řešíte obtíže spojené s onemocněním pohybového aparátu?
- Plánujete výměnu kyčelního nebo kolenního kloubu, nebo jinou operaci pohybového aparátu?
- Obáváte se operačního zákroku a hledáte pomoc a úlevu od akutního stavu?

SLEVA 15%
NA POBYTOVÉ BALÍČKY
OD 3 NOCÍ OBJEDNANÉ
A REALIZOVANÉ V TERMÍNU
DO 31. 3. 2024



Právě pro Vás máme nabídku **HRAZENÝCH LÁZEŇSKÝCH REHABILITAČNÍCH POBYTŮ**. Informujte se u svého odborného nebo praktického lékaře, který Vám Lázně 1897, s. r. o. ve Velichovkách může předepsat.

Zeptali jsme se Ivy Rejlové, obchodní a marketingové manažerky lázní Velichovky.

V čem spatřujete jedinečnost lázeňské rehabilitační péče?

Spatřuji ji především v individuálním přístupu ke každému z Vás. Díky kompletní zdravotní dokumentaci Vám lázeňský lékař sestaví rehabilitační program na míru. Největší výhodou je intenzita odborně vedené péče, během pobytu absolvujete dle indikace až 84 procedur a dalším benefitem, který můžete získat pouze v našich lázních, je aplikace přírodního zdroje-slatiny, která je v české republice ojedinělá díky svému složení. Vedle přírodního zdroje Vám bude pod dohledem lékaře a dalších proškolených specialistů aplikována i tradiční léčba složená z vodoléčby, elektroléčby, termoterapie, fyzioterapie, inhalace atd. A protože držíme krok s dobou, v rámci léčby a rehabilitace využíváme i moderní technologie, které určitě všem doporučuji. Jedním z nich je unikátní molekulární vodík. Vědecké práce z celého světa,

dokazují, že tento důležitý antioxidant se vyznačuje silně protizánětlivými účinky a podporuje regeneraci tkání. Dalšími jsou přístroje-specialisti v oblasti rehabilitace WALKER VIEW a PROKIN, kteří zábavnou formou pod odborným vedením fyzioterapeuta přispívají ke správné koordinaci pohybu celého těla a posílení oslabených partií. Ráda bych vyzdvihla i vysokofrekvenční kombinovaný LASER HILL II umožňující přesné zacílení na libovolné bolestivé místo těla zaručující účinnou stimulaci tkání a receptorů bolesti, a to již od první aplikace.

Lázně, ale nejsou jenom o léčbě?

S tím souhlasím, vedle již zmiňované léčby dostávají klienti nutričně vyváženou stravu, která je dalším nezbytným předpokladem vedoucím k léčbě a uzdravení. A sama mohu potvrdit, že v našich lázních má výborné.

Nezbytným předpokladem vedoucím k uzdravení je kvalitní ubytování v místě a odpočinek po náročných procedurách, ve kterém můžete relaxovat a věnovat se sami sobě.

Na co dalšího se u Vás mohou klienti těšit?

Po lidské stránce určitě na nově vznikající přátelství a zajímavá setkání v rámci společenských a volnočasových aktivit. Určitě bych vyzdvihla divadelní před-

stavení, tanečky, lázeňské kino, odehrávající se v útulné restauraci v Domě pod Kaštanem. Klienty velmi oblíbená je lázeňská kavárna s nádherným výhledem do lázeňského parku. Jsme rádi, pokud u nás zapomenete na všední starosti a užijete si pobyt všemi smysly.

Co byste našim čtenářům doporučila?

Informujte se u svého odborného nebo praktického lékaře na možnost předoperační péče v našich lázních nebo volejte přímo k nám, na telefon: 491 889 889, kde Vám naše děvčata poradí.

Z praxe víme, že po absolvování pobytu se všichni klienti cítí lépe, někteří dokonce odkládají operační zákroky. Ucelená lázeňská péče zlepšuje Váš každodenní život.

Pokud na léčbu nemáte nárok, určitě doporučuji vybrat si některý ze samopláteckých pobytů na více než 6 nocí. Nebo vyzkoušet samoplátecký pobyt Lázně na zkoušku s 30 procedurami.

Děkuji za rozhovor a těším se na osobní setkání v našich lázních ve Velichovkách.

www.velichovky.cz

LÁZNĚ VELICHOVKY 1897

Moderátorka Eva Hecko Perkausová:

■ Svatba, první syn, druhý syn. Moderátorka hlavních zpráv CNN Prima NEWS a Primy Eva Hecko Perkausová (30) stihla za poslední dva roky asi vše, po čem některé ženy touží celý život. Nyní je připravená vrátit se zpět na televizní obrazovku.

Martin Dudek

Od ledna jste dvojnásobnou maminkou, a tak se mohu zeptat – je pravda, že péče o druhé narozené dítě je už mnohem jednodušší než o to první?

Nejsem si jistá, zda „jednodušší“ je ten správný pojem. Na jednu stranu už máte s mnoha věcmi zkušenost, nejste tak vyjukaní nebo úplně bezradní. Na druhou stranu se říká jedno dítě – žádné dítě, a toto lidové moudro podle mě platí. Fungování se dvěma dětmi je v mnoha ohledech náročnější, obzvláště když mají tak malý věkový rozdíl, jako je to u nás.

Vaši synové se jmenují Killian a Arian. Domluvila jste se s manželem na jménech hned, nebo jste absolvovali argumentační maraton?

U prvního syna Killiana jsme se shodli hned. U druhého syna jsme chtěli nějaké jméno, které bude ke Killianovi ladit. Hledali jsme různé tipy a inspirace týden co týden. Měli jsme už téměř vybráno, ale osud to zařídil jinak. Jméno jsem se rozhodla změnit ve chvíli, kdy jsme už měli namířeno do porodnice.

O jménu Arian jsem se na internetu dozvěděl, že jeho nositel bývá do slova zbožňovaným sousedem. Jako mimino se nyní určitě hlasitě projevuje, takže máte i vy štěstí na sousedy? Nebuší na vás v noci, že chtějí spát?

Aha! Tak to jsem ani netušila, ale pokud to tak je, tak je to pravda. Mohu potvrdit (úsměv). Navíc, my máme opravdu štěstí na sousedy. Když poslouchám zkušenosti přátel, tak mám dojem, že mít pohodové sousedy a žít vedle sebe bez nějakých konfliktů je dneska už skoro výjimečné. Nicméně my máme vážně štěstí a skvělé sousedy, se kterými třeba i společně grilujeme a jsou moc fajn.

Určitě si ze svého dětství a dospívání pamatujete výchovné metody svých rodičů. Přejala jste některé, nebo jste naopak nějaké vyloučila se slovy, že toto nikdy?

Asi si nevybavím nic, u čeho jsem měla nutkání říct si – toto já nikdy dělat nebudu. Mys-



NA OSLAVĚ svých 30. narozenin s manželem a synem Kilianem. Foto: CNN Prima NEWS

líím, že rodiče mě se sourozenci vychovali, jak nejlépe mohli. Respektive naše maminka. A já dělám vše pro to, aby to samé jednou mohli naši kluci říct o mně. Co se týče výchovy jako

to oblasti, kde jsem vyrostla, strávila celé dětství a chodila do školy.

Někdo může vnímat rozdíl mezi tím vyrůstat v malém městě a me-

No, cítím takovou tu nostalgii (úsměv).

Je pro vás Praha stále tou nejlepší destinací pro život? Nebydla byste raději na Mauriciu, kde jste měla před dvěma lety svatbu?

Čím více oblastí jsem procestovala, tím víc mi připadá, že Praha je opravdu skvělé místo pro život. Máme tu vše, na co pomyslíme, a navíc relativně v blízkosti.

Pojďme teď k vaší práci. Zaslých jsem, že byste se měla v blízké budoucnosti vrátit znovu do práce a na obrazovku Primy a CNN Prima NEWS...

Ano, návrat do studia CNN Prima NEWS a do HLAVNÍCH ZPRÁV je „za dveřmi“. Vypadá to už na začátek letních prázdnin a moc se těším zpět na obrazovku. Bude to pro mě nejen zpestření dne, ale i takový dočasný úprk z každodenního stereotypu péče o naše dva malé raubíře.

Návrat do práce pro mne bude dočasný úprk z každodenního stereotypu péče o naše dva malé raubíře

takové, jsem spíš „stará škola“. Některé dnes vychvalované formy výchovy mi v některých ohledech přijdou poněkud zvláštní. Trochu se děším, do jaké doby kluci rostou.

Iste rozená Pražanka. Která pražská čtvrť vám nejvíce ucarovala? Mám moc ráda Prahu 4. Konkrétně Chodov a Roztyly. Jsou

tropoli. Jak vzpomínáte na svoje dětství a mládí?

Ano, rozdíl v tom pozoruji i já. Byť jsem narozena ve velkém městě, tak při návštěvě kteréhokoli menšího města mi přijde, že lidé k sobě mají celkově blíže. A na dětství v Praze 4 ráda vzpomínám, a vždy když projíždím kolem, vybavují se mi různé zážitky a důležité momenty.

Praha je skvělé místo pro život



PŘED ODCHODEM na první mateřskou dovolenou tvořila moderátorský pár s Romanem Šebřem. Foto: CNN Prima News

Nebudete teď citlivější na některé zprávy, které se mohou týkat například týrání dětí?

Je pravda, že už po narození prvního syna jsem takové zprá-

vy vnímala mnohem citlivěji než před dětmi. Myslím si, že každý moderátor, když zmiňuje nějaké tragické a takto citlivé informace nejen o dětech, tak

ho to částečně zasáhne. Nehledě na to, když děti má a dokáže se vžít do situace, kdyby se nějaká taková událost stala právě v jeho rodině.

Určitě máte již v hlavě plán, jak skloubit zaměstnání s péčí o děti. Budou v něm hrát hlavní roli babičky?

Myslím, že plán bude skoro stejný jako minulý rok. Buď hlídá manžel, nebo maminka –babička. Oba jsou báječní a osvědčili se na jedničku už s Killianem. Tak jsem zvědavá, jak to budou zvládat s oběma syny (smích).

Jaký je podle vás rozdíl mezi dvacetiletou a třicetiletou Evou (Hecko) Perkausovou?

Možná vás to překvapí, ale já mám pocit, že rozdíl není žádný. Věk je jen číslo, a ačkoliv jsem si během deseti let splnila mnoho snů, vdala se a stala se dvojnásobnou maminkou, v duši jsem stále stejně nadšená a natěšená na všechno, co život přinese, jako to bylo ve dvaceti.



EVA PATŘÍ k nejpohlednějším tuzemským moderátorkám. Foto: CNN Prima News

INZERCE



PŘIVÍTEJTE LÉTO V LÁZNÍCH MŠENÉ

Dopřejte si pravý letní relax v malebném lázeňském resortu nedaleko Prahy.

NAČERPEJTE NOVOU ENERGIÍ



WELLNESS POBYT SPLNĚNÝCH PŘÁNÍ:

Balíček s nádechem moře
3 dny/ 2 noci s plnou penzí
a lázeňským hýčkáním

- kokosová masáž zad
- koupel se solí z Mrtvého moře
- zábal dolních končetin z Mořských řas
- kokosová koupel
- parafinový zábal na ruce

Cena od 5.500 Kč/ osoba*



RITUÁL KRÁSY A MLÁDÍ

- celková aromaterapie
- celotělový peeling směsí solí a speciálních olejů
- detoxifikační tělový zábal s vonnými esencemi
- ošetření obličeje (peeling, masáž, maska a další)
- celotělová relaxační aroma masáž

Cena rituálu: 2.250 Kč*

Více na

www.msene.cz

Tel.: 416 866 007, E-mail: lazne@msene.cz

*Uvedená cena je včetně zákonné sazby DPH.

Venkovní
lehátka v celém areálu
ZDARMA!

Vyhraďte vstupenky na komedii Jak se vám líbí

■ Na Pražském hradě letos opět probíhají oblíbené Letní shakespearovské slavnosti 2024. Na programu je 13 her a vy na jednu z nich, loni vyprodaný titul *Jak se vám líbí*, můžete v naší soutěži vyhrát vstupenky!

Shakespearovské slavnosti v červnu patří především komedii *Marná lásky snaha* v režii Filipa Nuckollse a v překladu shakespearologa Martina Hilského. „Naše inscenace by neměla být příliš tradičněstický alžbětinská, ale ani ne křečovité modernizovaná. Měla

by však být svižná, rychlá, snad zábavná a třeba i drzá, protože čím víc Williama Shakespeara poznávám, tím víc mi před očima vyvstává obraz prudce talentovaného, lehkonožého, bystrého drzouna, jehož velikost vychází z toho, že je obrovsky empatický k nespra-

vedlnostem světa a lidské bolesti. Zároveň má v sobě tolik vůle k životu a životní energie, že o těchto věcech dokáže tak lehce psát. A s tímto vědomím jsme s uměleckým ředitelem Liborem Grossem vybírali i účinkující,“ říká režisér. Diváci se tak mohou těšit na zvučná jména herců, jakými jsou Filip Břežina, Anna Fialová, Václav Kopta či Jiří Vyorálek, Petr Čtvrtníček, Anna Kameníková, Lukáš Příkazký, Leoš Noha nebo Lucie Polišínská.

Zábava, melancholie a hlavní láska

Kdo loni nestihl vyprodanou premiérovou komedii *Jak se vám líbí*, bude mít příležitost letos. Bláznivý *Ardenský les*, záračné místo, v němž se lze snadno ztratit a v němž na stromech podezřele přibývá milostné poezie, po roce ožíví od 21. července Lucie Štěpánková, Václav Matějovský, Roman Zach, Markéta Děrgelová, Pavla Tomicová, Tomáš Jeřábek nebo Jaromír Nosek.

Z Ostravy do Prahy dorazí na poslední tři srpnové večery novinka *Večer tříkrálový* aneb *Cokoli chcete* v hlavních rolích

s Kamilou Janovičovou, Petrem Buchtou a Vladimírem Polákem v režii Vojtěcha Štěpánka. Zkrátka nepřijdou ani milovníci Shakespeara v cizojazyčném provedení. Odvážná inscenace *Hamleta* z produkce Prague Shakespeare Company, Bremer Shakespeare Company a Oděského akademického ukrajinského hudebně-dramatického divadla Vasyla Vasylyka bude k vidění 23. srpna.

Shakespearem klasicky ožije nejen Praha, Ostrava a Brno, ale také Bratislava. Podrobné informace jsou na www.shakespeare.cz. (red)

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 14. 7. 2024 na e-mail: soutez@ceskydomov.cz. Pět výherců získá po dvou vstupenkách na hru *Jak se vám líbí* na Pražském hradě, která se odehraje v termínech 21.-25. 7. O výhře budou informováni e-mailem.

Soutěžní otázka

Jsou letos Letní shakespearovské slavnosti i v Bratislavě?

a) ano, b) ne



ROMAN Zach a Tomáš Jeřábek se představí v komedii *Jak se vám líbí*. Foto: © AGENTURA SCHOK/Pavel Hejny

INZERCE

Nová služba pro seniory aneb mladí pomáhají

Máte pocit, že domácnost již sami nezvládáte a chybí Vám pomocná ruka? Jsme tu pro Vás. Pomůžeme Vám s čímkoliv. Můžete zavolat sami nebo vyplnit kontaktní formulář na našem webu a my se Vám ozveme. Vždy budete jednat s živým člověkem, kterému na Vás záleží a porozumí Vám. S pomocí koordinátora si vyberete, jaký balíček služeb pro Vás bude nejvýhodnější. Ve stanovený čas za Vámi pomocník dorazí a práce už bude na něm.

Spojte se s námi na čísle

774 025 456

Navštivte webové stránky

www.dobest.cz/seniori

Potřebujete:



Uvařit?



Uklidit?



Vyprat?



Není problém!
Spojte se s námi a my
Vám vždy vyjdeme
vstříc.



A je to tady! Chcete vystoupit? Musíte vždy zmáčknout tlačítko

■ Jak již Naše Praha informovala, od 29. června bude nově pro všechny autobusové zastávky (včetně trolejbusových) v rámci Pražské integrované dopravy (PID) platit jednotné pravidlo. Když budete chtít vystoupit na zastávce, stisknete uvnitř tlačítko.

Praha – Nejde sice o žádnou novinku, už dnes je potřeba pro výstup na zhruba 1400 zastávkách v Praze dát znamení řidiči nejčastěji červeného tlačítka s nápisem STOP nebo s vyobrazením dveří. Jenže nyní to musíte udělat vždy a na všech zastávkách, jinak se projedete...

Co se mění pro cestující?

Nástup do autobusu. V podstatě je to stejné jako dnes u zastávek na znamení. Stačí, když budete viditelně stát na zastávce, autobus vám musí zastavit. To platí i v případě, když na zastávce už stojí jiný autobus, za ním by totiž mohl být cestující čekající na jiný spoj.

Výstup z autobusu. Před výstupem budete muset zmáčknout tlačítko STOP nebo tlačítko pro otevření dveří. Tlačítka pro výstup cestujících s kočárkem nebo na invalidním vozíku má stejnou funkci, ale měli by ho používat pouze výše zmíněný. Proč budou všechny zastávky na znamení?

Dopravní podnik Praha chce vše zjednodušit a sjednotit tak, aby cestující nemuseli řešit, kde tlačítko mačkat a kde ne. Pro zjednodušení bude třeba tlačítko zmáčknout vždy. Inspirace přišla ze zahraničí, třeba v Londýně, Vídni, Berlíně či Paříži to tak je již řadu let. A nemusíme ostatně chodit příliš daleko, v Ústeckém a Libereckém kraji nebo v Jihlavě mačkání čudlíků v autobusech funguje delší dobu naprosto spolehlivě a nedávno to zavedli třeba také v Bratislavě. Celkově se změnou sníží počty hlášení v autobusech, zpoždění z hustého provozu, ušetří se pohonné hmoty a také se sníží hluk a emise z neustálých rozjezdů. Současně se sníží četnost oprav vozidel a pro řidiče bude práce pohodovější.

Zejména večer a o víkendech se v některých případech mohou dokonce snížit intervaly mezi spoji při stejném počtu řidičů a vozidel. **(red, PID)**



VŠECHNY autobusové zastávky jsou nově na znamení. Ilustrační foto: LD

nejčastější otázky a odpovědi

1. Nebudou se dodržovat jízdní řády. Co když projede autobus více zastávek a pak přijede třeba o pět minut dříve a všem ujede?

Povinností řidičů je a bude hlídat si jízdní řád, tak aby neodjízděli ze zastávek dříve, než mají zadáno. Vše bude fungovat stejně jako dnes u zastávky „na znamení“. Řidiči není zakázáno zastavit v zastávce, i když se nikdo nechystá nastoupit nebo vystoupit, ale mohou tam počkat na odjezd dle jízdního řádu. V situacích, kdy na trase dojde k neočekávaným událostem, jako jsou kolony, a autobus se opozdí, může toto opatření pomoci autobusu dohnat ztracený čas a zlepšit dodržování jízdního řádu.

2. Ve tmě/dešti/mlze mě řidič neuvidí a zastávku projede.

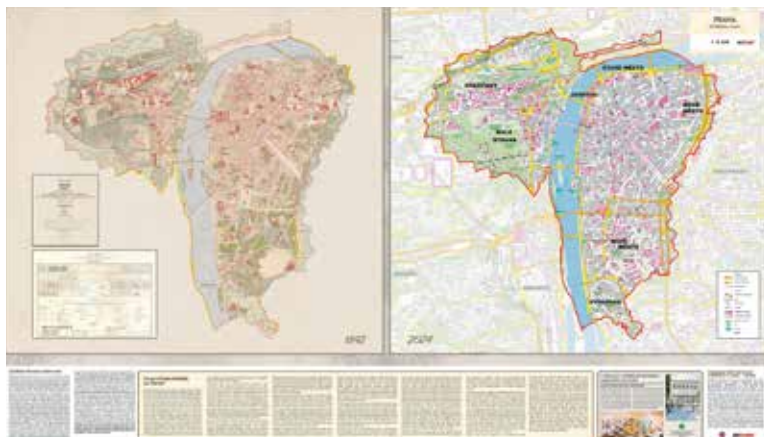
Většina zastávek v Praze se nachází na osvětlených veřejných komunikacích, a i v noci či za jinak zhoršené viditelnosti je tak do prostoru zastávky vidět. Pokud cestující pochybuje, že ho řidič včas uvidí, může využít např. malé baterky, reflexních prvků či světla mobilního telefonu a řidiče tak upozornit.

Jak se hlavní město změnilo za uplynulá století?

Praha/Zlín – To vám prozradí mapa porovnávající současné hlavní město s jeho podobou před téměř dvěma sty lety. Toto originální dílo tvoří tým zlínských kartografů z největšího vydavatelství map v České republice.

Prohlédnout si mapu bude možné od podzimu nejen na papíře, ale také prostřednictvím aplikace s rozšířenou realitou. Unikátní mapové dílo umož-

ní detailně pozorovat změny, jakými hlavní město České republiky prošlo za posledních téměř dvě stě let. Nedílnou součástí mapy je rovněž textový průvodce regionem, který jistě potěší každého, kdo má k Praze blízký vztah. A díky nové aplikaci si přímo na displeji vašeho chytrého telefonu zobrazíte informace o konkrétních místech a dozvíte se tak, jak se měnila krajina i její osídlení. **(red)**



Ilustrační foto: CBS Nakladatelství

Přestavba Masaryčky změní provoz vlaků



MASARYKOVO nádraží se razantně promění. Zdroj: masaryckaspojuje.cz

Praha – Po dobu letních prázdnin, tedy od 1. 7. do 31. 8., proběhnou stavební práce na obnově železniční trati v karlínské oblasti Sluncová (Pod Krejčárkem). Na Masarykově nádraží začne demontáž zastřešení na nástupišti mezi 6. a 7. kolejí. Linky S2 a S22 (Praha – Lysá nad Labem – Kolín/Milovice) tak nebudou zajíždět na Masarykovo nádraží, ale budou odkloněny na hlavní nádraží. Linka S34 (Praha Masarykovo nádraží – Praha-Čakovice) bude ukončena ve Vysočanech. Cílem

Správy železnic je, aby modernizační práce měly co nejmenší dopad na denní provoz. Proto jsou výluky celé stanice naplánovány pouze na noční hodiny, proběhnou v období od 1. do 27. 7., a to vždy v době od 23.40 do 4.00 hod. Rekonstrukcí projdou kromě nástupišť také koleje, jejich počet se zvýší ze sedmi na devět. Celé kolejiště překlene nová platforma, která propojí dosud rozdělené lokality v sousedství Masarykova nádraží. Dokončení všech prací se plánuje v roce 2027. **(red)**

Křehkost intimních vztahů zkoumá videoinstalace

Klárov - Do 13. září můžete v Kunsthalle navštívit výstavu Co jsme měli říct a neřekli. Herečka Ester Geislerová v ní jako vizuální umělkyně rozvíjí svůj dlouholetý zájem o romantické a intimní vztahy. V deseti krátkých filmech zkoumá možnosti a limity mezilidské komunikace. Představí se v nich i známé tváře jako Tomáš Jeřábek, Elizabetha Maximová nebo Luděk Sobotka.

„Zajímá mě moment, kdy a jak si přestanou dva lidé rozumět. Co se stane s našimi sociálními dovednostmi, když je komunikace moc bolestivá? Proč slova toho druhého zní jako z jiné planety i přesto, že mluvíme stejným jazy-

kem?“ říká Ester Geislerová, jejíž umělecké působení se dělí mezi herectví a výtvarné umění.

Pro svou nejnovější a dosud nejrozsáhlejší videoinstalaci oslovila blízké s performativním úkolem - přečíst dopis na kameru. Účinkující většinou netušili, že monology vztahující se k romantickému soužití pro ně napsali jejich partneři či partnerky. Jejich polovičky totiž dostaly zadání sepsat své neartikulované pocity. Něco, přes co se jim dlouhodobě nedaří přenést. Ke katarzi pak v některých z deseti filmů dochází, když se interpret či interpretka dozví, kdo jejich monolog napsal. (red)

Vzpomínka na Nepraktu

Staré Město - Galerie U Zlatého kohouta v Michalské ulici hostí od 12. července výstavu Neprakta 100 aneb Normální výstava nenormálních autorů. Český kreslíř a karikaturista Jiří Winter Neprakta by právě v tento den oslavil sté narozeniny a expozice přibližuje jeho dílo. (red)

INZERCE

Zlepšení orálního a zároveň celkového zdraví

■ Několik minut denně v péči o své dásně a zuby nás nezabije a pak nebudeme nemile překvapeni z vyúčtování u stomatologa.

Bolest pod zubem, krvácení dásní, hnusavý váček, zubní kámen, afty, popraskané koutky, povlak na jazyku nebo ústní kandidózu většina z nás alespoň jednou zažila. Nejen že tyto potíže jsou nepříjemné, ale různé záněty mohou oddálit plánované operace, nehledě na to, že mohou oslabit imunitu, poškodit důležité vnitřní orgány nebo

vyvolat závažnější onemocnění například srdce, plic a dalších důležitých vnitřních orgánů.

Periodontální onemocnění je zánětlivé onemocnění podpůrných tkání zubů. Předpokládá se, že bývá nejčastěji způsobeno invazí bakterií ukrytých v zubním biofilmu. Parodontóza není jen onemocněním závěsného aparátu zubu, jde o závažné infekční onemocnění, které může ve své chronické formě ohrožovat celý organismus. Bakterie žijící v parodontálním chobotu se mohou pomocí krevního oběhu dostat do celého těla, v důsledku toho mohou kromě nepříjemné ztráty zubů hrozit i srdeční a cévní onemocnění včetně zvýšeného rizika infarktu. Prvým stádiem periodontálního onemocnění bývá zánět dásní (gingivitida) projevující se zčervenáním, krvácivostí, otoky a bolestmi.

Výsledkem popisovaných výzkumů je závěr, že na dentální plak je třeba pohlížet jako na komunitu mikrobiálního biofilmu a naopak periodontální

Sochařova díla se vrací zpět do metropole

Praha - Hlavní město získalo z pozůstalosti po zemřelé Marii Sekal část umělecké sbírky. Jedná se především o obrazy, sochy, materiálové obrazy či jiné práce na papíře, které vytvořil její manžel, významný český sochař, malíř, překladatel a pražský rodák Zbyněk Sekal. Ten v roce 1970 emigroval a zbytek života prožil v Rakousku.

Marie Sekal hlavnímu městu odkázala celkem 102 předmětů. Umělecké předměty bude spravovat Museum Kampa, jak si zemřelá přála. Přijetí pozůstalosti schválili pražští radní. S přijetím dědictví jsou spojeny procesní náklady vzniklé v pozůstalostním řízení, a to soudní poplatky ve výši 600 000 Kč, které budou hrazeny z rozpočtu Prahy. (red)

Katedrála sv. Víta hostí 13. ročník varhanního festivalu

Hradčany - Třináctý ročník festivalu Svatovítské varhanní večery nabídne od 2. do 30. července jedinečné zážitky z výkonů vynikajících umělců v prostředí majestátní svatovítské katedrály.

Jako první rozezná katedrální varhany mimořádná osobnost varhanního umění - varhaník pařížské baziliky sv. Klotildy Olivier Penin. Tato hvězda

svého oboru přednese program z děl dvou velikánů varhanní literatury, Johana Sebastiana Bacha a Césara Francka. Festival pořádá Metropolitní kapitula u sv. Víta v Praze ve spolupráci se Správou Pražského hradu. Koncerty se konají vždy v úterý od 19.00 hod. v katedrále sv. Víta, program najdete na www.varhannifestival.cz. (red)



onemocnění není ničím jiným než onemocněním spojeným s přenosem vlivů patogenů ukrytých v biofilmu na sousední tkáň v dásni.

Česká firma BARD, výrobce patentovaných preparátů s chytřou houbou, dodává na trh originální zubní vody.

Působení řasovky Pythium oligandrum je přímý mykoparazitismus (likvidace plísni a kvasinek), který se může uplatnit u těch periodontálních onemocnění způsobovaných těmito původci. Významnější je součást metabolitů, které vytvářejí nepříznivé prostředí pro růst bakterií. Je zdokumentováno, že řasovka Pythium oligandrum dokáže rozrušovat biofilm. Tím napomáhá k odstraňování zubního plaku a bakterie se nemají kde schovávat a následně napadat okolní tkáň. Svým působením přispívá chytřá houba k obnovení normální ústní mikroflóry. Metabolity a složky přípravku mohou inaktivovat klíčovou proteinázu gingipain, vylučovanou Porphyromonas gingivalis, která kromě jiných

funkcí degraduje cytokiny, a tím snižuje odezvu hostitele ve formě snížení zánětu.

Pro řešení problémů periodontálního onemocnění vyvinula firma Bio Agens Research and Development - BARD s.r.o. dva přípravky pro péči o dutinu ústní notifikované v ES jako kosmetické preparáty. Výplachová ústní voda v šumivých tabletkách Chytřá houba Pythium BIO PLUS obsahuje unikátní složení mikroflóry, které příznivě působí v ústní dutině při sklonu k zánětu dásní. Je vhodným doplňkem při péči o chrup a dásně. Přípravek obsahuje 5 tablet. Tableta se rozpustí v 0.1 L vlažné vody a nechá se 30 min. aktivovat. S takto připraveným roztokem je možno provádět výplachy dutiny ústní, nejlépe večer před spaním 30 min. po čištění zubů. Pro intenzivnější působení je dobré alespoň 30 minut od aplikace nejíst a nepít. Nejen doma, ale i na cesty je vhodný kapalný koncentrát BIO Plus Forte.

Přípravky s Pythium oligandrum dostanete ve své lékárně. Vaše otázky rádi zodpovíme na telefonu: 773 773 970, e-mail: pythium@pythium.cz, informace na: www.chytrahouba.cz

NADACE KRÁSA POMOCI POMÁHÁ SENIORŮM ŽÍT DŮSTOJNĚ V DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ



laskavý přístup



pozitivní stárnutí

Nadace Krása pomoci od roku 2008 podporuje seniory a rozvíjí **pozitivní přístup ke stáří**. Hlavním cílem je zajistit důstojný život starších lidí v domácím prostředí a provázet stárnutím. Osamělým seniorům pomáhají koordinátorky péče, které zařizují vše, co je potřeba, aby mohli žít tam, kde je jim dobře.

Nadace se věnuje také tématu proměny pracovního trhu v souvislosti se stárnutím populace (www.zlataprace.eu).

Chcete také pomoci seniorům? Podívejte se na pomaha.me/pravidelne



**NADACE
KRÁSA POMOCI**



Nadace Krása pomoci



krasapomoci

www.krasapomoci.cz

INZERCE

CHCETE TELEVIZNÍ REKLAMU?



efektivní



regionalizovanou



cenově dostupnou

MÁME ŘEŠENÍ

REGIO TV 1

UNIKÁTNÍ SÍŤ 11 NEJSILNĚJŠÍCH
KRAJSKÝCH TELEVIZÍ



11

regionálních televizí



100%

pokrytí v ČR



2 487 250+

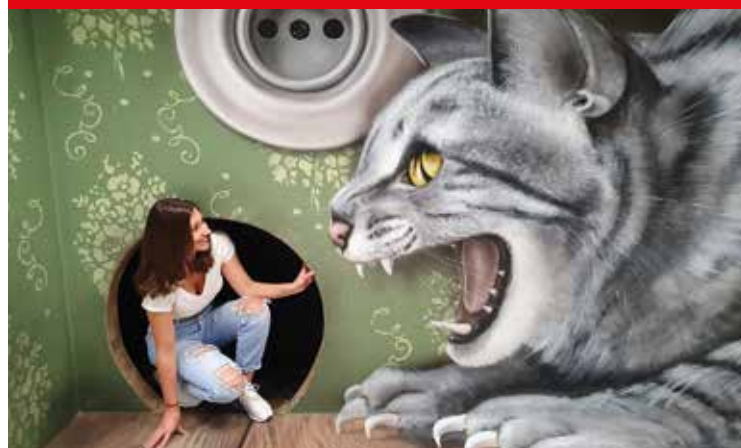
dívků týdně

www.primetimemedia.cz

Primetime Media
Multiple Connections

SC-502/957/6

NEJZÁBAVNĚJŠÍ MUZEUM V PRAZE!



Vodičkova 31, Praha 1



**MUZEUM
FANTASTICKÝCH
ILUZÍ**

www.muzeumfantastickychiluzi.cz

SC-502/957/6

OSLAVTE S NÁMI 10 LET SVĚTOVÉHO GOLFU V ČESKU

LUKE DONALD
JASON DUFNER
FRANCESCO MOLINARI

D+D REAL
CZECH MASTERS
15. – 18. 8. 2024

PRODEJ VSTUPENEK
ticketportal

WWW.CZECHMASTERS.CZ

PGA National CZECH REPUBLIC | OAKS PRAGUE



PRAHA TV

vaše metropolitní televize

500 TISÍC PRAVIDELNÝCH DIVÁKŮ



SC-502661/03

SC-502369/08

DĚKUJEME, ŽE NA TO NEJSME SAMI



Vážná nemoc, to je vážně spousta starostí a výdajů. Staňte se také Dobrým andělem, začněte pomáhat na dobryandel.cz.



DĚKUJEME, ŽE NA TO NEJSME SAMI



Vážná nemoc, to je vážně spousta starostí a výdajů. Staňte se také Dobrým andělem, začněte pomáhat na dobryandel.cz.



NAŠE PRAHA



nasepraha.cz

**TITUL S NEJVĚTŠÍM
ZÁSAHEM V PRAZE**

časopis všech Pražanů
**350 000 výtisků do poštovních
schránek v Praze**

**Možnost oslovení cílové skupiny v devíti
lokálních vydáních dle městských obvodů**

**Máte-li zájem o umístění inzerce,
volejte nebo pište na uvedený kontakt.**



734 580 087
kancelar@ceskydomov.cz
www.nasepraha.cz