

Pragmoon



DAGMAR
HAVLOVÁ

MYSLÍM, ŽE TO BUDE
ZÁŽITEK A VELKÁ
SRANDA

SVATEBNÍ SPECIÁL

KOMPLETNÍ SERVIS

TIPY NA DÁRKY

VÁNOCE BEZ
STRESU

**KATEŘINA
MARIE FIALOVÁ**

“MÁM PRSA, BOKY, ŽENSKÉ KŘIVKY.
TAK PROČ TO NEUKÁZAT?”

KAŽDÝ SI VYBERE



NEJVÍCE HITŮ

KARLA GOTTA

ČAS RŮŽI

KULTOVNÍ MUZIKÁL

LEGENDA JMÉNEM HOLMES

HUDBA / TEXTY / LIBRETO

ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ

V HLAVNÍ ROLI

VOJTECH DYK / LUKAS JANOTA

CENA
THÁLIE
2018/2019



Hudební divadlo
Karlín

Partneři Hudebního divadla Karlín

kalykale

space4you

EXKLÚZIV

INTERVIEW

THEATRE

18
Dermacol

WELLA

Mapka.net

sodastream

VAJBAR
RAKVICE

ZÁŽITEK
PRO VAŠE
BLÍZKÉ!

DÁRKOVÝ POUKAZ

Hudební divadlo
Karlín

ČAS NA DÁRKY

DÁRKOVÝ POUKAZ
NA PŘEDSTAVENÍ
V HUDEBNÍM DIVADLE KARLÍN

Generální partner
muzikálu Čas růží

AGROFERT

Partner muzikálu
Čas růží

SIGMA

Hlavní mediální partner

Prima

BLESK

Frekvence **1**

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA



Letošní rok byl... složitý. Praha byla jedno velké stavenišť, kde se téměř nedalo projet bez čekání. Jsem patriot, ale poprvé - po hodně dlouhé době - jsem se přistihl u myšlenky, že by mi možná někde za Prahou, v malé vesničce, bylo lépe.

To ale samozřejmě nebyla chyba města. Jen se tak nějak všechno jakoby sešlo špatně. Přišel podzim a zdá se, že se mraky rozestoupily. Sice nás neustále bombardují nejrůznější politické přestřelky, které nám život ve městě komplikují (většina má ruskochčínský nádech a vede na Hrad), ale konečně to vypadá, že se Praha po delší době nadechla.

V tom duchu se jeví zajímavá myšlenka, že by mohlo být centrum města do budoucna bez aut. Zní to kacířsky a bláhově, ale přiznejme si to, možná by konečně zase bylo ve středu našeho krásného města o trošičku lépe. Přeci jen pod náporom kol ztrácí svůj šmrnc a že se hlavně během dopravních špiček umí tepny ucpat téměř nedůstojným způ-

sobem. Co ale bude s tímhle tématem, to je píseň budoucnosti. My můžeme jen doufat, že nám do budoucna všichni ti radní, zastupitelé, úředníci a bůh ví kdo ještě nebudou házet klacky pod nohy. Protože když se povede současně ochromit auta, autobusy i tramvaje, dobré metro to nespasí. A přesně to se stalo letos. Doufejme, že nikdy více.

Příští rok má co napravovat a my Vás v našem čísle tradičně vybavíme dostatkem gastronomických a kulturních tipů, abyste do něj nakročili opravdu velkolepě. Současně (jako každým rokem) jde současně o poslední číslo letošního roku, v němž myslíme na firemní večírky, Nový rok a Vánoce. Tomu všemu věnujeme dostatečný prostor, takže pokud váháte „kde, co a jak“, odpovědi nabízíme pozhledně.

A to je jen tradiční špička našeho časopisového ledovce. Dost tedy bylo zdržování, začněte listovat a doufejte, že máte na příští čtvrt rok dost volna v kalendáři. Zaručuji vám, že ho budete potřebovat.

S přáním co nejlepšího roku 2020...

šéfredaktor **Tomáš „th“ Chvála**

Petrohrad

denně přímé lety z Prahy



najdi let ➔

Rezervujte si svůj let na
www.smartwings.com

smartwings 

OBSAH

KULTURA:

Top 30	8
Divadlo měsíce	20
Divadelní tipy	21
Koncert měsíce	24
Knížní novinky	28

ROZHOVORY:

Dagmar Havlová	26
Kateřina Marie Fialová	40

TÉMA:

Novinky v Praze	32
Řemeslníci v Praze	34
Beauty police	36
Tipy na dárky	46
Svatební speciál	52
Tipy na oslavy	70
Tipy na výlety	74
Jak zhubnout povánoční kila	78
Na slovíčko	80

GASTRO:

Restaurace, Kavárny, Bary	62
---------------------------	----



TROJA

ROCK OPERA



Režie: Irina Andreeva, hudba: Milan Steigerwald, libreto: Pavla Forest

V hlavních rolích:

Agamemnón: Kamil Střihavka, Achilles: Jan Toužimský, Paris: Honza Tláškal,
Helena: Daniela Gildenlów Langrová, Cassandra: Pavla Forest a další...

KONCERTNÍ
PREMIÉRA

31. 12. 2019/19:00

DIVADELNÍ
PREMIÉRA

19. 3. 2020 / 19:00

ROCKOPERA
PRAHA

WWW.ROCKOPERA.CZ

SÍLA JE S NÁMI



Je jedno, jak je člověk starý. Jakmile se na Vánoce blíží do kin další díl Star Wars, okamžitě se v nás všech probudí takové to dětské vzrušení, jaké člověk zažíval, když se jako malý vydával (tehdy většinou prostřednictvím hodně ošoupaných věhásek) do předaleké galaxie. Přesto ta síla trochu slábne. Není obtížné chápat, že chtějí u Disneyho vydojit z hvězdné krávy co nejvíce peněz. Ostatně, pro lásku v myším domě Star Wars za obří peníze od George Lucase přeci jen nekupovali. Přesto by bylo fajn, aby se celá ta kadence trochu zvolnila, protože tím fenomén přichází o svou výjimečnost. Jistě, když se jedna věc okouká, vystřídá ji jiná. Ale zrovna u Star Wars by se tohle stávat nemělo.

th.



JUMANJI: DALŠÍ LEVEL



5.12.

Akční / Komedie, USA, 2019, Režie: Jake Kasdan
Hrají: Dwayne Johnson, Karen Gillan, Jack Black, Kevin Hart

Snímek Jumanji: Vítejte v džungli! vstoupil do kin dlouhých 21 let od premiéry původního filmu. Sklidil solidní kritiky a především zájem diváků, když tržby za film dosáhly 962 milionů dolarů a byly tak velmi blízko impozantní miliardy. Není se proto čemu divit, že se Martha, Bethany a Fridge vracejí zpět do hry, aby našli Spencera, který záhadně zmizel. Zjistí však, že se hra změnila, a že přežít ve světě Jumanji bude mnohem náročnější. Jumanji už totiž není jen džungle, jsou to i rozpálené pouště či zasněžená pohoří plné nových nebezpečných nástrah.

ŠPINDL 2



5.12.

Komedie, ČR, 2019, Režie: Radek Baláš
Hrají: Radim Fiala, Hana Vagnerová, Filip Blažek

České komedie u diváků budují a ve Špindlu se jim hodně líbilo. Takže tu máme dvojku: Silvie je úspěšná lékařka a věří, že konečně našla recept i na šťastný vztah. Renata je manželka známého spisovatele, ve svých kurzech dodává dalším ženám odvalu a sílu k lepšímu životu, ale v jejím vlastním životě jeden osudový prvek schází. Herečka a tanečnice Eliška stojí na začátku slibně rozjeté kariéry, ale komplikuje se jí vztah s přítelem. A chlapi z horské služby jsou vždy připraveni pomoci. Kde jinde by se všechny příběhy mohly protnout a vyřešit, než v zasněženém Špindlu?



Místa konání: Dům U Kamenného zvonu, Praha 1
Cena vstupenek: od 60 Kč

První a zároveň poslední výstava Uměleckého svazu Devětsil v Galerii hlavního města Prahy se konala v roce 1986, tedy před více než 30 lety. Přípravovaná výstava a publikace je chce nejen syntetizovat, ale nabídnout i jiný uhel pohledu. Soustředí se zejména na to, co bylo pro devětsilské pojetí tvorby a pro jeho aktivity zásadní: odklon od tradičního pojetí autonomního výtvarného díla, v němž sehrál klíčovou roli Bazar moderního umění z roku 1923, snaha (alespoň v projektech) o intermedialní tvorbu atd. Zdůrazněna bude role architektury, fotografie, filmu, divadla i zábavy.



Horor, USA, 2019, Režie: Sophia Takal
Hrají: Imogen Poots, Cary Elwes, Aleyse Shannon

Studentka Reily (Imogen Poots) má po lehké traumatické zážitku ze střetu s opačným pohlavím pífkou na všechny chlapy a její spolubydlící na koleji ji v tom mohutně podporují, protože od čeho jiného jsou kámošky, že? Všechny se těší, jak si užijí vánoční svátky ve vyprázdněném univerzitním kampusu, z něhož většina studentů odjela strávit prodloužené volno s rodinami. I proto, že kvůli nevráživosti vůči opačnému pohlaví začalo být tohle sesterstvo dost nepopulární. Horor Černé Vánoce natočilo studio Blumhouse (Rozpolcený, Halloween, My, Uteč).



Místa konání: Kostel U Salvátora, Salvátorská 1, Praha 1
Cena vstupenek: 180 Kč, www.vosk.org

I letos Vás vokální skupina VOSK neochudí o tradiční vánoční koncert s provedením České mše vánoční Jakuba Jana Ryby! Uskuteční se v době vrcholícího adventu a pro velký divácký zájem v minulých letech proběhne hned ve dvou termínech - pondělí 16. 12. 2019 a v pátek 20. 12. 2019. Oba koncerty se uskuteční od 19:30 ve vytápěném kostele U Salvátora na Starém Městě. Vstupenky lze koupit na místě i online. Vyvolat tu pravou předvánoční atmosféru letos pomohou ženský komorní sbor Bubureza, Piccola orchestra pod vedením Marka Valáška a znamenití sólisté.



Místa konání: Pražský Hrad, Praha 1
Cena vstupenek: od 70 Kč

Pro prostor v Císařské konírně zvolili organizátoři koncept výstavy od vrcholného klasicismu reprezentovaného nestorem české portrétní tvorby Josefem Mánesem, jehož 200leté výročí od narození oslavíme v roce 2020. Na tvorbu Mánesovu navazují jeho ideoví následovníci - Mikoláš Aleš, Josef Brožík, Vojtěch Hynais a další. Součástí výstavy bude i několik prací z oblasti současného portrétního - především umělců z S.U.V. Mánes. Výstava je pořádána ve spolupráci Kanceláře prezidenta republiky, Správy Pražského hradu a Spolku výtvarných umělců Mánes.



Akcí / Sci-fi, USA, 2019, Režie: J.J. Abrams
Hrají: Daisy Ridley, Adam Driver, Oscar Isaac, John Boyega

Lucasfilm a režisér J.J. Abrams znovu spojují síly, aby diváky vzali na epickou výpravu do předaleké galaxie ve filmu Star Wars: Vzestup Skywalkera. Ve strhujícím závěru stěžejní Ságy Skywalkerů se zrodí nové legendy a odehraje se konečný boj za svobodu galaxie. Vzestupem Skywalkera končí sága nejslavnější rodinky z předaleké galaxie a pro řadu fanoušků to bude drsné loučení. Podle slov Anthonyho Danielsa, který vdechl život C-3PO, nás čeká velkolepý konec, který budeme milovat. Tak doufáme, že se neplete. Předchozí epizoda Poslední z Jeidů příliš u fanoušků nezabodovala.



Místa konání: Lucera Music Bar, Praha 1
Cena vstupenek: 390 Kč

Česká skupina Zrní, která se nechává inspirovat přírodou a jejími principy, krajinou, lidovou hudbou, a zároveň elektronickou dobou, je alternativní špičkou na české scéně. Svůj nový koncert uvádí slovy: „Minule litaly Lucernou vlaštovky, který daly předzvěst tomu, že se musíme za rok zas vrátit. Jediný pražský klubový hraní za dlouhou dobu v našem oblíbeném místě, kde vždycky na jeden večer pod zemí zapomene na všechno, co by se mělo. Předvánoční koncert rozsvícený i/Lucerny jako dárek vám i nám, velká párty před koncem tohotole desetiletí, Zrní pro štěstí do nových dvacátých let.“



Místa konání: Pražská křižovatka, Praha 1
Cena vstupenek: od 699 Kč

Vynikající gospelový soubor Stella Jones & The Christmas Singers se vrací do Česka! Tato velmi oceňovaná gospelová skupina již okouzila svými pěveckými výkony diváky po celém světě. Soubor sdružuje řadu talentů s jedinečnými hlasovými schopnostmi, což ve spojení s tradičními gospelovými prvky zaručuje dechberoucí podívanou a intenzivní zážitek z vystoupení, jehož poselstvím je šířit radost a sdílet lásku ke gospelové hudbě. Z výběru slavných amerických gospelů zazní také písně jako Down By The Riverside či Oh Happy Day.



Místa konání: Rock Opera Praha, Praha 7
Cena vstupenek: od 399 Kč

RockOpera Praha chystá na Silvestra koncertní premiéru svého nového díla Trója. Divadelní premiéru plánuje na příští rok (konkrétně na 19. 3. 2019). Na co se mohou diváci těšit? „Postavu zlého krále Agamemnóna ztvární Kamil Střihavka, pro kterého Trója představuje stěžejní téma. Zároveň se jedná o jeho první velkou zápornou roli v RockOperě Praha,“ říká umělecká ředitelka, zpěvačka a libretistka Pavla Forest. Ta se v současnosti připravuje na roli věštkyně Kassandry, jež bude diváky provázet celým příběhem. Trója nevychází z žádné doposud známé filmové či literární adaptace.

Šetří to koruny. Stromů

Chraňte životní prostředí

Přejděte na PREekoproud vyráběný výhradně z obnovitelných zdrojů a za pár korun ročně ušetříte práci třeba **205** stromům.

SPOČÍTEJTE SI TO NA [PRE.CZ/EKOKALKULACKA](https://pre.cz/ekokalkulacka)



Pohádka, ČR, 2020, Režie: Zdeněk Troška
Hrají: Anastasia Chocholatá, Sara Sandeva, Šárka Vaculíková

Aninka žije na statku se dvěma nafoukanými sestrami, kterým musí sloužit. Jednoho dne najde pírkó, jehož pomocí si přivolá prince Vítka, zakletého do ptačí podoby. Když zlé sestry zjistí, že se Aninka schází s pohledným mladíkem, pírkó jí vezmou, zničí a Vítek zmizí. Jedinou možností, jak zlomit prokletí, je, že ho Aninka najde kdesi ve světě. A tak se dívka vydává na cestu za záchranou svého milého. Jejím průvodcem se stává vodník, jehož na počátku putování zachrání před zlým sedlákem. Společně prožijí řadu dobrodružství i legrace.



Místo konání: Utajeno, Praha
Cena vstupenek: od ? Kč

Světově proslulý street artista připravuje od ledna 2020 svoji první výstavu v Praze. Místo výstavy je ale zatím utajeno a je dost možné, že tomu tak zůstane až do samotného spuštění počátkem ledna. Fanoušci Banksyho se ale nemusí bát, že by o něco přišli - výstava poběží až do června. Co můžeme očekávat od tohoto kritika společnosti a zároveň skvělého umělce? Jeho dílo kombinující techniky graffiti, šablon i volné tvorby, vždy reagující na politické, kulturní i sociální problémy světa. Banksyho popularita stoupá s každým dalším dílem, a spory o jeho utajenou identitu probírá i světový tisk.



Horor, USA, 2020, Režie: Nicolas Pesce
Hrají: Andrea Riseborough, Lin Shaye, John Cho

Žádná úspěšná hororová značka nemůže spát včasně. Čekají nás tak další díly sériei Saw, Vřískot nebo Paranormal Activity, přičemž již začátkem příštího roku proto přijdou ke slovu naštvání duchové z Nenávisti (někdy též uváděno jako Smrtící nenávist). Než začnete protáčet panenky, že už někdo zase točí remake, je třeba na obranu nového filmu uvést, že si ho produkčně hlídá legendární Sam Raimi (Evil Dead, Stáhní mě do pekla) a režii dostal na starost Nicolas Pesce, což je autor výborně přijatých (a dost svérázných a ujetých) hororů Oči mé matky a Piercing.



Krimi / Komedie, USA, 2019, Režie: Rian Johnson
Hrají: Daniel Craig, Chris Evans, Lakeith Stanfield

Satirická krimi komedie Na nože zábavným způsobem ukazuje, jak může dopadnout vyšetřování záhadného úmrtí autora tajemných detektivních příběhů, když jsou všichni v jeho blízkosti podezřelí. Svérázný detektiv Daniel Craig pojme řešení případu po svém a vyšetřování každého člena této excentrické rodiny se ukáže být složitější, než se zpočátku zdálo. V napínavém detektivním příběhu, v duchu nejlepší tradice Agathy Christie, rozehrají herecký koncert Chris "Captain America" Evans, Jamie Lee Curtis, Michael Shannon, a Don Johnson.



Drama, USA, 2019, Režie: Edward Norton
Hrají: Edward Norton, Alec Baldwin, Bruce Willis

Příběh dobové Temné tváře Brooklynu nás zavede do New Yorku padesátých let minulého století. Hlavním hrdinou je detektiv s tourettovým syndromem Lionel Essrog (Edward Norton), který chce za každou cenu vyřešit vraždu svého mentora a jediného přítele Franka Minna (Bruce Willis). Snímek natočil podle vlastního scénáře sám Northon. Jde o jeho první návrat za kameru od povedené komedie Rabín, kněz a krásná blondýna (2000). V dalších rolích se představí Willem Dafoe, Gugu Mbatha-Raw, Michael Kenneth Williams, Ethan Suplee, Leslie Mann, a Alec Baldwin.



Rodinný / Komedie, USA, 2020, Režie: Stephen Gaghan
Hrají: Robert Downey Jr., Tom Holland, Rami Malek

Příběh výjimečného muže, pozoruhodného zejména tím, že si mnohem víc než s lidmi rozuměl se zvířaty. A to doslova. Náš doktor Dolittle ovšem není nudný veterinář, nýbrž stoprocentní dobrodruh, po jehož boku se nelze nudit. Slavná postavička se vrací nejen s novou tváří, ale i novým uchopením. Koncept obyčejného doktora, který léčí v městské ordinaci padl, což je dáno tím, že nový snímek adaptuje podstatně dobrodružnější knihu The Voyages of Doctor Dolittle. Na usedlého doktora proto zapomeňte, tentokrát nás v kinech čeká velkolepé dobrodružství.



Akční, USA, 2020, Režie: Adil El Arbi, Bilall Fallah
Hrají: Will Smith, Martin Lawrence, Alexander Ludwig

Na třetí Mizery sice čekali fanoušci 16 let, ale podle všeho se to vyplátilo. Bylo otázkou, jak bude třetí díl vypadat, když poprvé u kormidla nesedí Michael Bay. V Sony na jeho místo najali marocké režiséry Adila El Arbia a Bilalla Fallaha a je třeba uznat, že styl předchozích dílů (hlavně dvojky) vystihují v trailerech takřka dokonale. Nově se do rovnice přidává i trocha toho sebeshazování ve stylu 21 Jump Street, což - pravda - k téhle sérii tak úplně nepatří, ale na druhou stranu se doba posunula a Mizerové navždy se s tím pokouší pracovat. Zda úspěšně, to posoudíme již v lednu.



Komedie, USA, 2019, Režie: Taika Waititi
Hrají: Roman Griffin Davis, Taika Waititi, Scarlett Johansson

Být v nacistické Třetí říši malým blondatým klukem znamená poměrně dost přímočarou kariéru. Tedy aspoň na jejím začátku. Jedním z prvních kroků je členství v organizaci Hitlerjugend, čili v „Hitlerově mládeži,“ což obnáší trochu vojenského drilu, pálení závadných knih, vyhazování věcí do vzduchu, nenávidění židů a podobné hraní si na vojáčky i na válku. Smysl a cíl to má jednoduchý: stát se řádným a plnohodnotným nacistou. A tím chce být i nadšený desetiletý kluk Jojo, kterému v tom pomáhá jeho imaginární přítel, tak trochu nablblý Adolf Hitler.



Akční / Komedie, USA, 2019, Režie: Elizabeth Banks
Hrají: Kristen Stewart, Naomi Scott, Ella Balinska

Elizabeth Banks režíruje novou generaci Andílků (Kristen Stewart, Naomi Scott a Elly Balinsky). Charlieho Andílci se vždy starali o bezpečnost a zajišťovali investigativní služby soukromým klientům. Nyní agentura Townsend působí globálně a s nejchytřejšími, nejdůležitějšími a nejlépe vyškolenými ženami přijímá několik týmů Andílků vedených několika Bosleyi nejnáročnější úkoly po celém světě. Poté, co mladá systémová inženýrka poukáže na nebezpečnou technologii, jsou do akce povoláni Andílci, aby svými životy chránili životy nás všech.



Místo konání: Lucerna Music Bar, Praha 1
Cena vstupenek: 590 Kč

Po úspěšném debutu na letošním Rock for People se vrací kapela, která je jak z jiného světa! Čtyři rockeři z Ulánbátaru zpívají mongolsky, používají hrdelní zpěv šamanů a hrají na mongolské lidové nástroje. Pro nás jednoznačně objev roku! První dva singly Wolf Totem a Yuve Yuve Yu, které pánové loni vypustili do světa, se pyšní na YouTube miliony zhlédnutí. Doposud neznámá kapela sklízí vesměs neuvěřitelně pozitivní reakce napříč kontinenty. The HU přivezou do Prahy své první studiové album, které se jmenuje The Gereg a na němž tvrdě dřeli několik let. Tak na tohle se opravdu těším!



Akční / Dobrodružný / Krimi, USA, 2020, Režie: Cathy Yan
Hrají: Margot Robbie, Mary Elizabeth Winstead, Ewan McGregor

Poté, co se její cesty rozejdou s Jokerem, spojí se Harley Quinn s třemi dalšími superhrdinkami (Black Canary, Huntress a Renee Montoyou), aby společně zachránily malou dívku ze spárů padoucha jménem Black Mask. Ženský tým vedený Robbie doplní Mary Elizabeth Winstead, Jurnee Smollett-Bell a Rosie Perez, proti nim se postaví Ewan McGregor. Birds Of Prey (Podivuhodná proměna Harley Quinn) - s tím názvem si neděláme legraci, tak se snímek opravdu jmenuje - bude mít v českých kinech premiéru začátkem února příštího roku.



Místo konání: O2 arena, Praha 9
Cena vstupenek: od 345 Kč

Legendární Comic-Con míří poprvé do Prahy! Návrstěvníci Comic-Con Prague 2020 se mohou těšit nejen na setkání s filmovými herci a dalšími umělci, ale i promítání, besedy, workshopy, soutěže, výstavy, koncerty a také na cosplay, hraní video her, virtuální realitu atd. To, co bývalo dřív okrajovou zábavou pro geeky, je dnes mainstreamem. Účast již potvrdila hvězda světového formátu Ron Perlman, představitel prvního filmového Hellboye. Dalšími potvrzenými hvězdami je Casper Van Dien známý z Hvězdné péchoty nebo Ian McElhinney ze Hry o trůny.

Adventní Gospely 2019

USA

Stella Jones
& The Christmas Singers

20/12/2019

PRAŽSKÁ KŘÍŽOVATKA PRAHA

19:30

ticketmaster®



LUXUS.cz



BRNO
KONCERT

info:
tel.: 541 240 623
www.brnokonzert.cz

„No Control“ World Tour 2020

SUZI QUATRO

25. 02. 2020
Lucerna Praha

ticketmaster®

sms ticket





Akcční / Komedie, USA / GB, 2019, Režie: Matthew Vaughn
Hrají: Matthew Goode, Aaron Taylor-Johnson, Ralph Fiennes

Gentleman s deštníkem k Anglii patří stejně jako čaj o páté. Díky organizaci Kingsman jsme se ale dozvěděli, jak může být takový deštník efektivně použit a že práce krejčího může mít i užitečnou přídanou hodnotu. Nyní nastal ten nejlepší čas podívat se na to, jak to všechno vlastně začalo. Namísto přímého pokračování nás proto nový díl série vezme do minulosti. V nových rolích se nám představí Ralph Fiennes, Harris Dickinson, Djimon Hounsou, Daniel Brühl, Stanley Tucci, Gemma Arterton, Matthew Goode, Tom Hollander, Rhys Ifans a Charles Dance.



Místo konání: Lucerna Music Bar, Praha 1
Cena vstupenek: od 690 Kč

Jack Bauer přiveze do Prahy svou hudbu! Kiefer Sutherland po svém kritikou velmi příznivě přijatém hudebním debutu z roku 2016 'Down In A Hole' vydal letos v dubnu druhé album 'Reckless & Me'. 'Reckless & Me' je druhou kapitolou hudební poutě, při které Sutherland odehrál stovky koncertů. Anglický The Guardian napsal "Hvězda akčních filmů předvedla skvělý koncert country hudby nasáklé whiskou," zatímco americký Rolling Stone tvrdí, že "jeho netuctový hlas je prodrnutý vášní." Srdcem alba 'Reckless & Me' je country music, ale slyšíme na něm i vlivy folku, rocku, blues a jiných žánrů.



Akcční / Komedie, USA / JP, 2020, Režie: Jeff Fowler
Hrají: Jim Carrey, James Marsden, Tika Sumpter

Když přišlo filmové studio Paramount Pictures letos na jaře s první upoutávkou na Sonica, vysloužilo si rázné odmítnutí fanoušků. A bylo to zcela po právu. Z roztomilého ježoura se stal mimozemšťan z posilovny s dost divnými očima, který to měl ke své videoherní předloze ztraceně daleko. Studio se naštěstí rychle chytlo za nos a vytvořilo nový design. Sice se musela odsunout premiéra, ale jednoznačně to byl krok správným směrem. Nyní to Sonicovi konečně sluší a my se na něj můžeme těšit.



Akcční, USA, 2020, Režie: Dave Wilson
Hrají: Vin Diesel, Eiza González, Toby Kebbell, Michael Sheen

Vin Diesel to konečně zkusí jako hlavní hrdina komiksové adaptace. Předloha je příběhem smrtelně zraněného vojáka (Diesel), jemuž se dostane druhé šance díky nanotechnologiím, které mu nasadí do oběhu tajná organizace. Stane se dokonalou zbraní pro své nové chlebodárcy. Zatímco hrdina věří, že jde cestou pomsty, všechno je ve skutečnosti trochu jinak. Atmosférou by měl snímek připomínat špičkové sci-fi klasiky osmdesátek jako Robocop nebo Terminátor. Režie se ujal Dave Wilson, kolega Tima Millera (Deadpool) ze společnosti Blur Studios.



50 Odstínů!

MUZIKÁLOVÁ PARODIE



DIVADLO
RADKA BRZOBOHATÉHO


www.divadloRB.cz

HRAJEME 2., 8., 19. PROSINCE 26., 31. LEDNA 1., 14., 25., 26. ÚNORA



TOM TAILOR

EST. 1962



Místo konání: Lucerna Velký sál, Praha 1
Cena vstupenek: od 890 Kč

Hudební ikona 70. a 80. let, americká zpěvačka a baskytaristka Suzi Quatro, se vrací do ČR! Zpěvačka, která je v Česku pravděpodobně nejznámější představitelkou hard rocku, přijede s hutnou rockovou show v rámci světového turné ke zbrusu novému albu No Control, kterou vydala v březnu 2019. Fanoušci klasických hitů této zpěvačky však nemusí truchlit, neboť zazní i zásadní písně jejího repertoáru: od A Girl Like Me, přes Rocking In the Free World či Can the Can po nesmrtelné Stumblin In a If You Can't Give Me Love.



Akční / Krimi, USA, 2020, Režie: Guy Ritchie
Hrají: Matthew McConaughey, Charlie Hunnam, Colin Farrell

Máme minimálně dva silné důvody, proč se na novinku Guye Ritchieho The Gentlemen těšit. Prvním je žánr a styl – autor kultovních gangsterských pecek Sbal prachy a vypadni a Podfu(c)k se vrací tam, kde je mu pravděpodobně nejlépe – v podsvětí plném hodně svérázných kriminálních figurek. A ty jsou zde obsazeny naprosto lahůdkově! Matthew McConaughey, Charlie „Artuš“ Hunnam, Colin Farrell a Hugh Grant. To je vpravdě luxusní sestava, která by dokázala do kina nalákat sama o sobě, natož pod vedením dlouhodobě prvotřídního filmaře, jenž má řemeslo gangsterek přímo v malíku.



Bílková 2, Praha 1, Po–Ne: od 10h do 18h
www.glf.cz, info@glf.cz, vstup volný

Galerie La Femme, kterou najdete nedaleko Staroměstského náměstí, nabízí pestrou nabídku výtvarných děl českých a slovenských umělců současnosti. Na rok 2020 připravuje galerie mnoho zajímavých výstav k příležitosti 20 let od jejího založení. Můžete se těšit na výstavy renomovaných výtvarníků, jakými jsou B. Jirků, B. Eliáš ml., E. Mansfeldová, J. Tichý. Jako každý rok vzniknou díla v rámci tradičního projektu „Domácí úkol“, tentokrát na téma „Mé životní dílo k 20. výročí Galerie La Femme“, jehož se zúčastní kmenová i noví umělci spolupracující s galerií.



Místo konání: Lucerna - Velký sál, Praha 1
Cena vstupenek: od 1090 Kč

Svou pěveckou kariéru začala sice před dlouhými padesáti lety, na svém pravidelném koncertování přesto nic nemění. I příští rok se proto zpěvačka Bonnie Tyler vydá na turné a zamíří i do České republiky. Velšská zpěvačka své hity předvede českým fanouškům 29. března ve velkém sále pražské Lucerny. Bonnie Tyler, která má v současnosti na svém kontě přibližně 15 studiových desek, je známá svým charakteristickým chraplavým hlasem. Mezi její největší hity jednoznačně patří píseň Total eclipse of the hearth, jež zazní i při jejím koncertu v Praze.



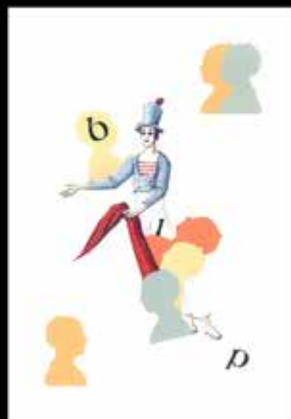
Jiří Sliva, Avanti VINO!, 2019, litografie



Boris Jirků, Bez názvu,
2015, serigrafie

J. ANDERLE, B. JIRKŮ, M. CHABERA,
J. ŠUHÁJEK, M. JIRÁNEK, M.
RITTSTEIN, M. POŠVIC, E. MANS-
FELDOVÁ, J. ACHNER, M. HALVA, J.
TICHÝ, R. BRICHČÍN, B. ELIÁŠ ML.,
R. PAUCH, R. KOČÍ, Z. TOMÁNEK,
P. NIŽNANSKÝ, J. SAMEK A MNOHO
DALŠÍCH.

GALERIE
LA FEMME



Pavel Holeka, Bip s dívčí
bustou, 2019, koláž

Galerie La Femme, Bílkova 2, Praha 1
www.glf.cz, info@glf.cz, Po – Ne od 10h do 18h



Novocirkusová báseň o an-
dělech a lidech, křižovatka
nebe a země, narození a smr-
ti, vzpomínek a přítomnosti,
vzletů a pádů. Kultovní před-
stavení Cirkus La Putyka bude odehráno v pro-
sinci 2019 v unikátním provedení - v orchestraci
Jana Maxiána a v doprovodu Filmové filharmonie,
symfonického orchestru s bohatými zkušenostmi se živými koncerty filmové hudby.

Orchestr vystoupí pod taktovkou Chuheie Iwasakiho nebo Joela Hány. Staňte se svědky jedinečné žánrové křižovatky nového cirkusu s hudbou Filmové filharmonie! Představení se odehraje na Jatkách78 pouze ve 13 reprízách.

Za doprovodu vážné hudby bude opět oživen příběh člověka, který žije jen se svými vzpomínkami. Se svými vzlety a pády. Není schopen se od nich odpoutat a žít uvolněně a svobodně.

Každý člověk aspoň jednou v životě přemýšlí o tom, co se odehraje, až nastane onen „konečný okamžik“. Jak vypadá a co následuje? Up End Down je pohled na cestu od narození do smrti skrze naše fantazie, na cestu mezi zemí a nebem. Křižovatka žánrů, ulic,

nebe a země, narození a smrti, vzpomínky a přítomnosti, úsměvu a slz, vzletů a pádů.

A nejlepší doporučení k návštěvě? Dokonce i Mirka Spáčilová našla pro vystoupení milá slova!: „Divákovi tak nabízí fantastický smyslový zážitek, zároveň mu však ponechává dostatek prostoru, aby si vychutnal i ryze poetické pasáže. Současně se tak smějeme i přemýšlíme, tajíme dech i pláčeme; a všeho je tu tak akorát.“

Ocenění

Cena Divadelních novin, Inscenace roku 2010 v kategorii Tanec a balet

ml.

CIRK LA PUTYKA & FILMOVÁ FILHARMONIE

Program:

7. 12 (2x), 8.12, 11.12, 13.12, 14.12 (2x), 15.12,
17.12, 18.12, 19.12, 20.12, 21.12

Jatka78, Pražská tržnice, haly 7 a 8

Bubenské nábřeží 306/13

170 00, Praha 7 – Holešovice

Tel.: +420 775 402 027

www.jatka78.cz

ZMĚNA ZA OPONOU



Kulturní servis se nám s každým číslem, i když se to nemusí zdát, komplikuje. Nejrůznějších akcí je totiž stále více, respektive těch, o kterých vás chceme informovat. Z toho důvodu jsme z kulturní top třicítky nově vyhodili divadla a věnovali jim vlastní sekci. Vzhledem k tomu, jak bohatá je česká divadelní scéna, ostatně bylo na čase.

th.

DÁMSKÁ ŠATNA



Divadlo U Valsů

Karolíny Světlé 18, Praha 1

Cena vstupenek: od 160,- Kč

Jestlipak víte, která místnost v divadle je ta nejdůležitější, kde se vše probírá, ovlivňuje a rodí? Tím tajemným, mystickým a vzrušujícím místem je dámská šatna! Právě tam nahlédnete do osudů čtyř hereček. Trudu s malou dcerou již po několikáté opouští manžel. Do života Marie právě vstupuje nový muž. Mladíčka Klára touží po roli a nejstarší Líza řeší smysluplnost hereckého poslání. V režii Arnošta Goldflama hrají Daniela Kolářová, Dana Batulková, Evellyn Pacoláková a Petra Tenorová.

TROJHLAVÁ SAŇ



Divadlo na Maninách, 11. prosince v 19:00

Na Maninách 1525/32a, Praha 7 - Holešovice

Cena vstupenek: od 290 Kč

Dělaly spolu v rádiu, poslouchalo je přes milion lidí, bez ohledu na věk i pohlaví. Jejich předností je přirozenost, pohoda a hlavně humor, který si primárně dělají jedna z druhé, ale ani vy nezůstanete bez povšimnutí. Zpěvačka Linda, moderátorky Aneta a Vladka předvedou dosud nevidanou show, u které se zasmějete, zamyslíte a možná i rozněžníte. Originální talk show plná humoru, sarkasmu a vtipných témat, kterou ocení i muži. Ostatně, jeden se podívá i na pódium a půjde o opravdu hvězdného hosta - krále rádia Leoše Mareše!

ŽENA OBEČNÁ



Divadlo na Maninách, 19. prosince v 19:00

Na Maninách 1525/32a, Praha 7 - Holešovice

Cena vstupenek: od 290 Kč

Jedinečná one woman show se strhujícím výkonem Ivany Jirešové, přičemž vše se odehrává v její hlavě. Hledala štěstí, lásku a odpovědi na všechny svoje otázky venku, ale co teprve, když jí napadne podívat se, co se děje uvnitř její mysli? Jaká by byla definice ženy dnes? Příběh začíná tím, že se s ženou rozešel její přítel se slovy: „Jsi příliš jako chlap, v ničem mě nepotřebuješ.“ Žena obecná je tedy tak trochu muž. Kdy se to stalo a jak z toho ven? Otevřená komediální zpověď, kterou byste si v reálném životě nedovolili. Ale když jde o meditaci?



SMRT OBCHODNÍHO CESTUJÍCÍHO

Městská divadla pražská (Divadlo ABC)

Vodičkova 28, Praha 1

www.mestskadivadlaprazska.cz

Nejslavnější drama Arthura Millera. Requiem za sen jednoho obyčejného člověka, který se probouzí z trýpytivého snu do nemilosrdného rána reality. Snů o úspěchu, popularitě, ocenění, naplnění, rodině jako z reklamy na životní pojištění. Ale Willy Lohman je jenom obchodní cestující za volantem otráveného auta. V rozpadajícím se domě s hypotékou a ledničkou na splátky. Kde skončí jeho jízda čím dál složitějším světem? Komu by ještě prodal vlastní důstojnost?



DIVADLO REPUBLIKA

Divadlo RePublika

Rock Café, Národní 20, Praha 1

www.divadlorepublika.cz

Satirické divadlo, kde končí legrace! Divadlo RePublika, které hraje pravidelně v pražském Rock Café, je jediné divadlo, které se zaměřuje výhradně na satiru a vtipné komentování politických i společenských poměrů. Republiku lze též naladit na platformách Youradio Talk a Spotify. Program, týdenní satirické zprávy a informace o připravovaných premiérách najdete na www.divadlorepublika.cz nebo na FB stránkách divadla. Vstupenky i program je také na portálu Gootout.net.



50 ODSŤÍNŮ!

Divadlo Radka Brzobohatého

Opletalova 5/7 (pasáž ČTK), Praha 1

www.divadlorb.cz

Četli jste knížku? Viděli film? Teď máte příležitost užít si 50 ODSŤÍNŮ! na jevišti. Divadlo Radka Brzobohatého přivezlo muzikálovou parodii přímo z Broadwaye. Po úspěchu představení Freddie - concert show jde o další představení s živou kapelou v DRBu. „A tentokrát natolik peprné, že diváci pod 18 let to mají jen na vlastní nebezpečí,“ popisuje hru s úsměvem režisér Lukáš Burian. **Termíny nejbližších představení:** 2. 12., 8. 12., 19. 12., 26. 1. (v 15 i 19 hodin), 31. 1., 1. 2., 14. 2., 25. 2. a 26. 2.

St. Petersburg Festival Ballet

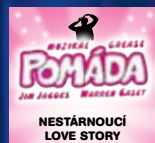
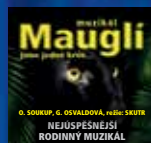
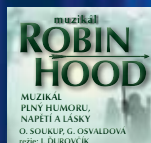
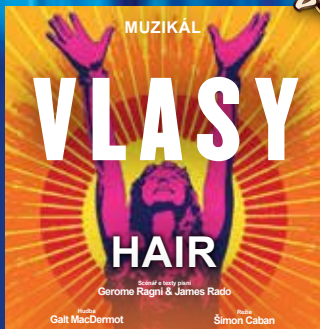
27.-28.1.2020
Kongresové centrum
PRAHA

Balet na hudbu P. I. Čajkovského

LABUTÍ JEZERO

48 labutí na jediném pódiu.
Největší Labutí jezero na světě!
Doprovází Hungary Festival Orchestra.

Informace a vstupenky na www.artpartner.cz



DIVADLO KALICH, JUNGMANNOVA 9, PRAHA 1, WWW.DIVADLOKALICH.CZ



D I V A D L O  **B E Z Z Á B R A D L Í**



DIVADLO BEZ ZÁBRADLÍ, Jungmannova 31, Praha 1,
tel.: 224 494 604 e-mail: vstupenky@bezzabradli.cz

kompletní program, rezervace a on-line prodej:
www.divadlobezzabradli.cz





Hudební skupina The Kelly Family ohlásila návrat na hudební podia. Na konci tohoto a začátku následujícího roku má v plánu odehrát více než 40 koncertů ve velkých sportovních halách po celé Evropě. V rámci koncertů oslaví výročí 25 let od vydání alba *Over The Hump*, které přineslo slavné hity jako *An Angel*, *Santa Maria* a další. Fanoušci mohou čekat velkolepou show.

Sourozenecká skupina Kelly Family navazuje na úspěch nedávného světového turné, které mezi fanoušky zaznamenalo fenomenální úspěch. Nyní se vrací na velká pódia s nově připraveným program se zajímavým námětem. Celý koncert bude rozdělen do dvou částí. V té první uslyší fanoušci naživo zahrané kompletní album *Over The Hump*, které kapela vydala v roce 1994. Druhá polovina bude smrštit těch největších hitů.

„V první polovině zahrajeme skladby z hitového alba *Over The Hump*, přesně tak za sebou, jako tomu bylo na skutečném hudebním nosiči. Mnoho

ze skladeb, které jsou na albu, jsme nehráli dlouho naživo, a tak se moc těšíme. V druhé polovině koncertu zahrajeme ty největší hity, které jsme za posledních 40 let existence skupiny nahráli,“ sdělili členové skupiny před koncertní šňůrou.

Over The Hump patří mezi nejúspěšnější alba skupiny. Po celém světě se prodalo několik milionů kopií. Obecně se dá říct, že šlo o první album skupiny, které přineslo celosvětové hity. Celkově skupina vydala více než dvacet studiových alb. Skupina při koncertě využije nejmodernější techniku. Nebudou chybět pyrotechnické efekty, speciálně uspořádané podium zajišťující interakci s publikem, velkoplášné obrazovky a mnoho dalšího.

Vstupenky zakoupíte na www.ticketportal.cz.

ml.

Kelly Family
Datum konání: 15. 2. 2020, 20:00 hod.
Místo konání: O2 arena
Českomoravská 2345/17, Praha 9
Ceny vstupenek: 1090 - 2450 Kč



BEN WILLIKENS

PROSTORY MODERNISMU / SPACES OF MODERNITY

9 / 11 / 2019 — 9 / 2 / 2020

Museum Kampa – Nadace Jana a Medy Mládkových
U Sovových mlýnů 2, 118 00 Praha 1

www.museumkampa.cz



DAGMAR HAVLOVÁ

K*do někdy bydlel v bytě a měl to štěstí skončit na setkání vlastníků, ten ví, že jde o zážitek k nezaplacení. Paleta charakterů je obvykle velmi barvitá, o absurdních problémech nemluvě. Je jedno, zda je barák v dobrém či špatném stavu. Motivaci k nějaké té hádce si lidé najdou vždycky.*

Je téměř nepsaným pravidlem, že se na každé schůzi vynoří zdánlivě nepodstatný problém, který následně přeroste ve zrůdnou hádku podle hesla „všichni proti všem“, kdy si najednou lidé vyčítají cokoli, příliš hlasitou hudbou počínaje a „smrděním“ na chodbě konče. Má to téměř adrenalinové a jednoznačně komediální prvky.

Příběh nového českého filmu režiséra Jiřího Havelky *Vlastníci*, v níž se Dagmar Havlová vrací na plátna kin, vychází ze hry Společenství vlastníků, jíž Havelka napsal a režíroval a uváděl ji divadelní soubor Vosto5. Představení získalo cenu Divadelních novin v kategorii alternativní divadlo, takže

se není čemu divit, že bývalá paní prezidentová neodolala a mezi bláznivé vlastníky, kteří nejdou pro hádku daleko, se aktivně zapojila. A to navzdory skutečnosti, že natáčení bylo poměrně hektické.

Jak byste popsala postavu paní Horvátové, kterou hrajete ve filmu?

Iniciativní. To je přesné. Jirka Havelka mi nabízel jinou roli, ale já jsem měla chuť si v lehké karikatuře vyhrát s paní Horvátovou, která mi připomínala jednu osůbku. Lehce nic nechápající a přitom do všeho strkající nos.

Jaká byla Vaše reakce po přečtení scénáře a nechal jste se pro tuto roli Jiřím Havelkou přemlouvat?

Poprvé po hodně dlouhé době jsem se smála od začátku do konce. A poprvé po dlouhé době jsem se rozhodla okamžitě nabídku přijmout.

Zнала jste divadelní hru Jiřího Havelky *Společenství vlastníků* a v čem Vás fascinovala?

Poté, co jsme se domluvili, že spolu budeme spolupracovat, jsem představení viděla a celou dobu jsem

ROZHOVOR

se velmi bavila. Paní Horvátová v mém podání je ovšem jiná.

Máte osobní zkušenost se schůzemi vlastníků bytových jednotek?

Osobní zkušenost nemám. Škoda, mohla jsem mou Horvátovou obohatit, ale i tak byl scénář Jirky Havelky velmi autentický.

Vaše postava ve filmu vše aktivně komentuje, vtipně glosuje a dohaduje se s ostatními včetně svého bývalého manžela v podání Jiřího Lábusa, jak se spolupracovalo s ním a ostatními herci?

S Jirkou Lábusem jsem jistý čas tvořila všemožné dvojice v mnoha filmech. Z ostatních jsem znala jen mou kamarádku Terezku, nyní Ramba, která vyzrála ve skvělou všestrannou herečku. S Pavlou Tomicovou jsem se potkala v Morávkově Višňovém sadu na jevišti Divadla na Vinohradech, kde jsem hrála Ljubu Raněvskou a ona mou adoptovanou dceru Varju.

S ostatními jsem se osobně či profesně teprve potkávala. Cítila jsem z jejich strany jistý ostych, který rychle vyvanul, protože ho překlenula sranda, která při natáčení vznikala. Musím, se přiznat, že jsem na své mladé kolegyně byla hrdá. Jsou moc dobří. Všichni.

Film se realizoval v omezeném prostoru jedné místnosti, zavzpomínejte na samotné natáčení, jak probíhaly zkoušky a práce na place?

Měli jsme několik zkoušek, abychom alespoň z části poznali charakter svých postav a seznámili se. Celý film jsme natočily za osm dnů! Málokterý záběr se jel vícekrát než dvakrát. Režisér a celý štáb byl naprosto připravený a fungoval jako hodinky. Byla to nádherná souhra všech složek od rekvizitáře, kostýmní výtvarnice, maskéry, kameramana až po herce. Měli jsme k sobě důvěru a na place bylo cítit souznění, které se málokdy vidí. S mnohými jsme se stali přáteli.

Jak se pracovalo s debutujícím Jiřím Havelkou, jaký je to filmový režisér?

Jirka je nesmírně vzdělaný, citlivý a všestranně talentovaný introvert. Jeho rozhled mě fascinuje. Neexistuje snad téma, o kterém by se s ním nedalo hovořit. Navíc je i dobrý herec a divadelní režisér, jsem jeho velký fanda.

Na co byste diváky v listopadu nalákala do kina, na co se můžou těšit?

Na Vlastníky. Myslím, že to bude zážitek a velká sranda. Těším se i já.

Jaké máte další herecké plány?

Po 40 letech jsem opustila trvalé angažmá v Divadle na Vinohradech a chci tam být jen jako host. V představení Lev v zimě v režii Jana Buriana hraji královnu Eleonoru po boku Tomáše Töpfera jako krále Jindřicha. A v představení Návštěva staré dámy ztvárňuji miliardárku Kláru Zachanassianovou, která se přijde pomstít muži, který ji zradil. Kostelničku v Její pastorkyni hraju už čtyři sezony. Na příští rok připravuji na jiné scéně roli, o které léta přemýšlím, že bych si ji ještě zahrála. Nebudu však o ní mluvit, dokud nejsou podepsané smlouvy. Jinak se mé herecké plány budou odvíjet podle nabídek, které dostávám.



OBĚŤ 2117

kniha od: Jussi Adler-Olsen

Na břehu Středozemního moře se najde tělo uprchlíka. Noviny o něm píšou jako o „Oběti 2117“ a jeho smrt vyvolá sled nečekaných událostí, které přivedou Asada na pokraj zhroutil. Musí čelit démonům z minulosti vyvolaným články španělského novináře a současně se spolu s Carlem dostává do neúprosného závodu s časem, aby zabránili nevyhnutelné katastrofě uprostřed Evropy. Tu připravuje irácký terorista Ghálíb. Asada známe jako člověka se svérázným smyslem pro humor, který si dokáže poradit v každé situaci. Jeho temná minulost nám však prozatím zůstává skryta. Jaký je jeho skutečný příběh?



V TROSKÁCH TORNÁDA

kniha od: Linda Castillo

Na nenápadné malé městečko Panthers Mill v Ohiu, kde žije početná komunita amišů, znenadání udeří ničivé tornádo. Při odklizení následků je v pytli nalezena lidská kostra. Bez končetin. Něco je okousalo. Kate Burkholderová se pouští do vyšetřování třicet let starého zločinu či zamaskované nehody. A pátání ji znovu přivádí mezi amiše, kteří bedlivě střeží své soukromí. Odhalení totožnosti oběti spouští další lavinu událostí, na Kate má navíc spadeno neznámý vetřelec. A aby toho nebylo málo, Kate zjišťuje, že je těhotná. Na to ani ona, ani John nebyli připraveni...



NŮŽ

kniha od: Jo Nesbø

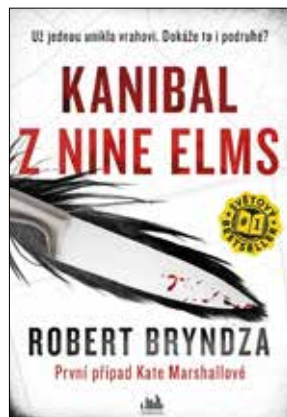
Harry Hole, oblíbený hrdina detektivky, jehož si nějaký ten problém vždy dokáže najít, balancuje v novém příběhu nad propastí. Už mnohokrát se probudil s temným tušením, prázdnou hlavou a kocovinou jako trám. Tentokrát je ovšem probuzení horší než jindy. Kdysi slavný kriminalista má na rukou i kalhotách krev a z předchozího večera si nepamatuje vůbec nic. Strípky událostí však postupně vyplouvají na povrch a Harry si začíná přát, aby se byl vůbec neprobudil. Protože i zlý sen je lepší než krutá realita, jíž musí čelit. Harry Hole v nejsložitějším případu své kariéry. 12. díl bestsellerové série.



KANIBAL Z NINE ELMS

kniha od: Robert Bryndza

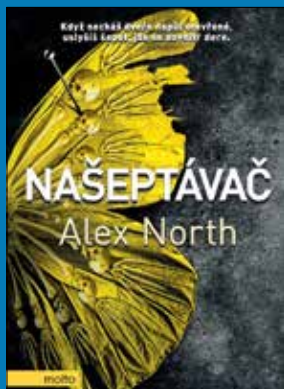
Před patnácti lety byla Kate Marshalllová vycházející hvězdou londýnské policie. Dokázala vyřešit sledovaný případ nebezpečného a krutého sériového vraha s přiléhavou přezdívkou Kanibal z Nine Elms, i když přitom sama málem zemřela. Nyní Kate přednáší na univerzitě a snaží se vést poklidný život, když se minulost začne vracet. E-mail s žádostí o pomoc ji vtáhne nejen do právě probíhajícího vyšetřování vražd mladých dívek. Jejich modus operandi nebezpečně připomíná případ, který před patnácti lety vyřešila. Nevrací se jen vzpomínky. Vrah napodobitel chce dokončit započatou práci...



NAŠEPTÁVAČ

kniha od: Alex North

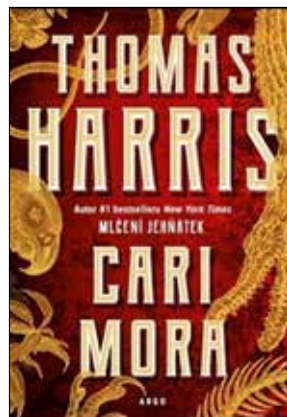
Nášeptávač Alexe Northa je temný thriller o otci a synovi, kteří uvízli v síti vyšetřování a pátrání po sériovém vrahovi. Tom Kennedy ztratil ženu a jeho syn Jake matku. Neumí se s tím vyrovnat, tak se Tom rozhodne, že spolu začnou znovu. Nové město, nový dům, nový začátek. Volba padne na Featherbank. Město vypadá poklidně, ale skrývá temnou minulost. Před dvaceti lety zemřelo pět lidí. Unesl je a zabil sériový vrah, který dostal přezdívku Nášeptávač, protože svým obětem šeptal v noci pod okny, a tak je lákal ven. Teď to vypadá, že se vrah vrátil. Sotva se Tom s Jakem nastěhovali do nového domu, městem zavládne strach.



CARI MORA

kniha od: Thomas Harris

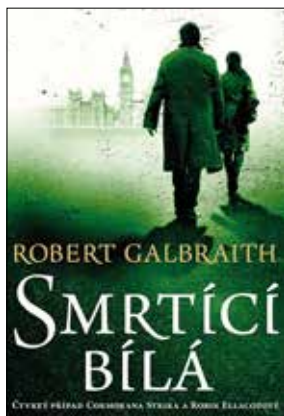
Cari Mora je román o zlu, nenasytnosti a temné posedlosti, který napsal autor Mlčení jeňhátek Thomas Harris. Pod sídlem na pobřeží Miami leží dvacet pět milionů dolarů ve zlatě. Celá léta po nich pátrali bezohlední muži bez svědomí. Vede je Hans Peter Schneider. Je to muž ovládaný nenasytností, kterého přitahuje násilí. Teď jsou blízko, už se blíží k cíli. Elegantní sídlo má na starosti Cari Mora. Ze své rodné země musela uprchnout kvůli násilí a teď se snaží přežít ve velkoměstě. Vypadá exoticky, je krásná a poznamenaná válkou. Možná právě si ji všimne Hans Peter při své honbě za pokladem.



SMRTÍCÍ BÍLÁ

kniha od: Robert Galbraith

Smrtící bílá je čtvrtý a zároveň nejdramatičtější krimiromán Roberta Galbraitha, (pseudonym autorů Harryho Pottera J. K. Rowlingové), v němž v hlavní roli vystupuje soukromý detektiv Cormoran Strike. Billy je problémový mladý muž, který je přesvědčený o tom, že se jako dítě stal svědkem vraždy. „Viděl jsem, jak zabili dítě“ říká a žádá Cormorana Strika o pomoc. Je zjevně zoufalý a nezvládá své emoce. Snaží se popsat, co si pamatuje, ale na spoustu detailů si nemůže vzpomenout. Strike cítí, že v jeho příběhu je něco pravdivého, ale než mu stihne položit své otázky, Billy v panice uteče z jeho kanceláře.



DÍVKA, KTERÁ MUSÍ ZEMŘÍT

kniha od: David Lagercrantz

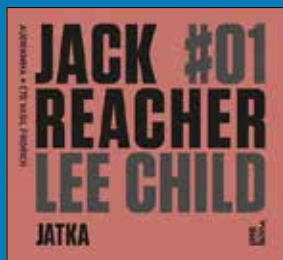
Lisbeth Salanderová je konečně připravená. Už nebude čekat, až si pro ni sestra přijde. Z kořisti se stane lovec. Až udeří, zabije dvě mouchy jednou ranou. Konečně se pomstí a vypořádá s minulostí. A už několik měsíců pracuje na tom, aby dosáhla svého cíle. Odstěhovala se ze Stockholmu, má nový účes, piercingy jsou pryč. Vypadá jako každá jiná žena, jaké potkáváte v Moskvě na ulici. Ale ne všechny mají až smrtící brilantní myšlení, a ne všechny mají jizvy a tetování, které by jim připomínaly, že se jim podařilo přežít něco, co se přežít nedá. A jen jedna z nich se právě vydala na lov.



JATKA

kniha od: Lee Child, čte: Vasil Fridrich

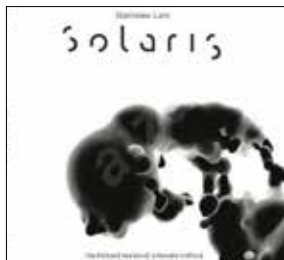
U opuštěné křižovatky kdesi v Georgii vystoupí jednoho rána z autobusu muž a vydá se v dešti čtrnáct mil do nenápadného městečka Margrave po stopách dávno zemřelého bluesmana zvaného „Blind Blake“. K jeho překvapení je krátce po svém přjezdu v místním bistru zatčen a obviněn z vraždy: první, k níž zde za posledních třicet let došlo. Avšak Jack Reacher - jak se tento muž jmenuje - není jen tak ledajaký tulák. Je to ostřílený vojenský policista, od dětství vychovávaný armádou, vycvičený k tomu, aby rychle myslel a ještě rychleji jednal. Jak postupně vychází najevo okolnosti svědčící o rozsáhlém zločinném spiknutí, rozpoutávají se vražedná jatka a mrtvých přibývá, je stále zřejmější, že si pachatelé v Jacku Reacherovi nezvolili vhodného obětího beránka



SOLARIS

kniha od: Stanislaw Lem, čte: R. Honzovič, R. Volfová

Co se stalo na vědecké stanici Solaris? Stříbřitý kolos je zavěšený vysoko nad planetou, zcela pokrytou oceánem. Stanice je v dezolátním stavu, všichni se chovají jako šílení - všichni, až na Gerbariana. Ten je mrtvý. Oceán vykazuje známky abnormální inteligence, a zatímco se Dr. Kelvin snaží rozkrýt příčinu podivného chování zbylé posádky, tajemná síla oceánu se pomalu vkrádá i do jeho mysli... Dílo legendárního polského spisovatele a filozofa Stanisława Lema se právem řadí ke klasice žánru sci-fi literatury. Kniha Solaris tohoto autora celosvětově proslavila. Rekonstrukce původní nahrávky z roku 1995 je doprovázena ambientními plochami, zvukovými efekty a melodiemi, které umocňují dramatickост příběhu a sugestivní atmosféru stanice Solaris.



VETŘELEC: PROBUZENÍ

kniha od: Tim Leebon, čte: Pavel Rímský

Hluboký vesmír... Tajemné, neprobádané místo, skrývající netušené záhady a nepředstavitelná nebezpečí. A lidstvo coby nepatrná kapka v tom gigantickém oceánu se houževnatě snaží prozkoumat jeho mystéria a pochopit jeho zákonitosti. Sedmatřicet let poté, co Ellen Ripleyová, třetí důstojnice obchodní nákladní lodi Nostromo, svedla svou vítěznou bitvu s krvelačným mimozemským organismem a ponořila se do hyperspánku, ještě pořád pluje nekonečným mezihvězdným prostorem. Není to ale náhoda, co jí postaví do cesty těžební loď Marion, a není to záchrana, co ji čeká po probuzení. Naopak, její nejtemnější noční můry jako by se probudily spolu s ní. Audioknihu namluvil Pavel Rímský, takže si můžete představovat, že vám příběh vypráví Sylvester Stallone.



RUDÝ ZEMAN

kniha od: Jaroslav Kmenta, čte: Jakub Saic

Nová kniha novináře Jaroslava Kmenty s názvem Rudý Zeman. Jde o investigativní portrét prezidenta Miloše Zemana. Autor v ní hledá odpověď na otázku, kdo stál za financováním jeho předvolební kampaně. Přináší nové informace a souvislosti o lidech z blízkého okolí prezidenta Zemana. Důkladně rozebírá také to, komu a proč se Miloš Zeman mstí. Rudý Zeman vykresluje politickou atmosféru doby, v níž žijeme. Jde v ní nejen o vliv a moc, ale i o peníze a geostrategické zájmy rozděleného světa. Rudý Zeman je opět příběhem novinářského pátrání, které jde do hloubky zásadních politických etap Miloše Zemana a jeho vztahů. A rozebírá také okolnosti mocenského paktu s oligarchou Andrejem Babišem. Rudý Zeman tak volně navazuje na knihu Boss Babiš.





LASER
CENTRUM
FLORA

SOUKROMÁ KLINIKA LASEROVÉ MEDICÍNY

ESTETICKÁ DERMATOLOGIE

- Fotona 4D lifting
- resurfacing pokožky
- výplně a tekutý lifting

LASEROVÁ GYNEKOLOGIE

- léčba inkontinence
- omlazení a zpevnění

LÉČBA CHRÁPÁNÍ

LASER CENTRUM FLORA • Jičínská 8, Praha – Vinohrady 130 00

• +420 606 672 119 • www.laserflora.cz • info@laserflora.cz

MĚSTO S CITEM

Proslulý vědec Albert Einstein strávil část života v Praze v době, kdy tu vládlo napětí mezi Němci a Čechy. Svému příteli Bessovi v jednom z dopisů v roce 1911 napsal: „Nemohl bys mě někdy navštívit? Město Praha je prostě nádherné, tak krásné, že už samo o sobě si zaslouží delší cestu. Jenom lidé jsou mi cizí. Nemají přirozené city; projevují necitlivost a zvláštní směr stavovské povýšenosti a servility, postrádají jakoukoli laskavost vůči druhým lidem.“

O 100 let později bohužel zavládlo napětí mezi samotnými Čechy. Přesto se každý den najdou malá vítězství dokazující to, že se město i jeho lidé posouvají. A věříme, že by to pocítil i majitel nejslavnějších rozuchaných vlasů. Vítejte Vás v dalších novinkách z metropole. Vybrali jsme je s citem, jinak to ani neumíme!



CHODNÍK SMRTI JE PRYČ

Pražané i turisté konečně mají bezpečnou cestu na Vinohrady nebo pěšky na metro A. Piráti to oslavili, jako kdyby znovu opravili Národní muzeum, ale díky bohu za to. Z místy jen 30 centimetrů široké obruby chodníku přiléhající k magistrále je plnohodnotný chodník, na kterém se člověk nemusí bát o život. A světe div se, počet jízdních pruhů pro auta zůstal. Technická správa komunikací navíc dokončila stavbu dřívě, což můžeme považovat za předvánoční zázrak.



METROSELF

Tak metro bude prý bez strojvedoucích. Bezobslužné linky plánuje město Praha u chystaného Děčka s tím, že to ještě musí podepsat prezident. Takže hned dvě překážky, které mohou trvat věčně a dost možná se proto ani někteří z nás futuristické automatizované podzemní jízdy nedožijí. Přesto to zní rozhodně odvážně a je otázkou, kde to skončí. Autobusy, tramvaje... možná poslanecká sněmovna? Věříme, že kdyby do ní nikdo nechodil, byl by výsledek její práce víceméně stejný.



PRAHA HÁZÍ LANO

Když to nejde po kolejích, půjde to vzduchem. Do konce roku chce metropole vypsát soutěž na projektanta lanovky mezi Podbabou a Bohnicemi. Podle posledního materiálu, který Praha představila členům výboru pro dopravu, by měla lanovka vyjít na 1,5 miliardy korun. Jízdní doba je plánována na 7 minut, cesta z Dejvic do Bohnic by se tak měla zkrátit skoro o půl hodiny. Teď jen, jestli budou mít pražané odvahu lanovkou cestovat. I tramvaj je někdy o život!



ŘEMESLNÍCI V PRAZE

ČESKÝ MALÍŘ

Pavel Valenta – +420 777 166 736,
Jan Štáška – +420 603 780 022, www.ceskymalir.cz



Jejich revírem je Praha a Česká republika. Jejich nepřitelem jsou skvrny, protekliny, a jiné. Jsou na trhu již 10 let. Neplácají se přes hruďníky ani přes ramena, že jsou nejlepší, ani nehání druhé. Neslibují nereálné věci. Nehrají si na mistry světa. Jsou normální parta usměvavých kamarádů, kteří jsou vyučeni v oboru malíř, lakýrník, tapetář. Jelikož jsou docela usměvavá partička a tato práce je baví, tak ji dělají tak, jak má být. Jejich důležité zbraně jsou vstřícnost, domluva, solidnost a spolehlivost. To jsou čeští malíři.cz!

TRUHLÁŘSTVÍ JEDLIČKA

Kralovická 4, Praha 10 - Strašnice
Tel.: +420 728 374 050, www.truhlarstvi-jedlicka.cz



Již od roku 1992 se v Truhlářství Jedlička zabývají zákazkovou výrobou nábytku, kuchyní, obývacích stěn, předsíní, vestavěných skříní, schodišť, ložnic, dětských pokojů, domácích pracoven, kanceláří, zahradních pergol, altánků, plotů, paravanů a dalších výrobků. Jejich zákazníci jsou ti, kteří hledají kvalitu, která plyne ze zodpovědného a osobního přístupu ke každé zakázce, vysoké jakosti používaných materiálů a odborných znalostí zaměstnanců při jejich realizaci. Zajišťují také externě montážní služby nábytku a kuchyní.

HODINOVÝ MANŽEL

Martin Bém - +420 737 378 225,
Aleš Kyselý - +420 732 239 794, www.bemkys.cz



Služby hodinového manžela poskytuje společnost Bemkys s.r.o. a nabízí prakticky veškeré práce, které by vás napadly, montážemi a elektrikářskými pracemi počínaje a lakýrnickými pracemi konče. Snaží se, aby jejich služby byly velmi kvalitní, rychlé a profesionální. Zakládají si na tom, aby jejich ceny nebyly vysoké a zákazníci byli spokojeni. Nic nedělají napůl a nikdy neutíkají od rozdělané práce. Možné reklamace řeší bez prodlení a vždy k Vaší spokojenosti. Ne že by byly třeba. Tady se vše dotahuje pečlivě do konce.

ZÁMEČNÍK MAŠEK

Hlaváčova 1159, Praha 8, Tel.: +420 603 423 292
www.zamecnikpraha-masek.cz



Provádí servis, opravy a otevírání zabouchnutých bezpečnostních dveří značek Bedex, Kavan, Next i starších provedení a dalších. Dále provádí opravy plastových dveří a výměny lištových zámků. Dveře Vám seřídí, pokud jdou špatně zamykat, znovu je zprovozní, jestliže nefungují, mohou provést jejich rekonstrukci – omlazení dveří, aby lépe odolávaly poškození a byly v souladu s požadavky pojišťoven. Dále Vám mohou vložky a zámkové mechanismy upravit na stejný klíč pro několik vchodů. Zkrátka vše je otevřeno.



zemní práce - autodoprava - likvidace odpadů - sutě, písky, kontejnery - jeřábníkové práce

Kapitán Praha s.r.o.



MALÍŘI POKOJŮ PRAHA

WWW.KAPITAN.EU

LAKÝRNICKÉ PRÁCE
MALÍŘSKÉ PRÁCE
NÁSTŘIK VARIOPAINT
ANTICKÉ MALBY
DO PIZZERIÍ

**RÁDI VÁS UVÍTÁME V NOVÉM SÍDLĚ
A VZORKOVNĚ.
K ŽIŽKOVU 809/7,
PRAHA 9
TEL.: 736 625 474**



Beauty Police

Stýská se vám po létě?

Jste zpruzeni z přicházející zimy? Stresují vás Vánoce? Nemáte nápady na dárky? Milí přátelé, odpovědi na vaše otázky a trápení najdete v následujících kosmeticky-lifestylových tipech, které si pro vás připravila naše beauty editorka Nina. Díky nim se budete cítit opět krásní, vyrovnání a vaše matka z nich bude mít radost pod stromkem! Pokud s některým tipem zaskórujete, pochlubte se s tím na instagramu a nezapomeňte tagnout #pragmoon, abychom tu krásu našli :)

ADONIS OLIVOVÝ OLEJ

125 ml | 142 Kč, Adonis.cz

Zima klepe na dveře a s ní přichází i čas oblíbeného saunování. Pokud máte tuto severskou aktivitu v oblíbené, rozhodně byste neměli přehlédnout sadu od firmy Adonis. Jde o sisalový kartáč, jehož štětiny v horku a vlhku neměknou, postarají se o dokonalý peeling, otevření a pročistění všech pórů. Navíc se takto podpoří i samotný efekt pocení. Druhou část sady pak tvoří olivový olej, kterým dokonale ošetříte pokožku nejen po saunování – jeho bohatý obsah vitaminů a antioxidantů zaručí, že se budete cítit jako znovuzrození!



ZIAJA GDANSKIN SET

300 ml | cca 239 Kč, Drogerie DM, ziajaprotebe.cz



Značku Ziaja mám moc ráda. Už dávno totiž neplatí, že za kvalitní kosmetiku musíte utratit majlant. Umíte si tedy jistě představit, jakou jsem měla radost, když letos přišli se sety, kterými slaví 30 let existence značky. Nejvíc mě oslovila mořská řada Gdanskin, jejíž vůně je inspirována přímořským klimatem města Gdaňsk. Sada obsahuje sprchový gel, tělové mléko a roztomilou houbičku, účinné látky jsou přírodního složení, jak je u této značky zvykem, což velmi ocení každý, kdo má citlivou pokožku stejně jako já. Doporučuji všemi deseti!

BECCA SUNLIT BRONZER

7,1 g | 1 050 Kč, Sephora

Nechcete vypadat jako někdo, kdo spadl obličejem do hlíny? Pak věnujte pozornost následujícím řádkům. Nejsem fanda bronzerů, často vypadají nepřirozeně, ať už je to jejich (ne)kvalitou či neschopností je správně nanést. BECCA sice nespadá do kategorie „lidovka z DMka“, ale investovat se vyplatí. V ČR je k dostání 5 odstínů se jmény slavných destinací, já sáhla po odstínu Bronzed Bondi. Perfektně se na násí, roztírá, nepráší, na tváři netvoří vrstvu, vydrží minimálně půl roku či více, prakticky neubývá.



GOSH LUMI DROPS

15 ml | 192 Kč, Notino.cz



Tohle je totální bomba, která by neměla chybět ve vaší kosmetické výzbroji. Vaši aktuální tvářenku zahodte. Jde o skvěle recenzované tekuté multilicidlo, které je primárně určeno na tvář, ale dá se použít i na oči nebo rty. Od tvářenky chci (a doufám, že vy také), aby mě „osvěžila a ozdravila“, hlavně s přicházející zimou a ruku na srdce, v období vánočních večírků a děsivých kocovin. Stačí mini kapička, kterou rozetřu mezi prsty a jemně potupkám tváře, zbytek pak převedu oči a rty a voila – vypadám jako vegan abstinents po hodině ranní jógy, namaste! Barva je jemná a ideální na docílení trendy glass skin. Mám odstín Coral Blush, ale k dostání je ještě růžovější Rose Blush.

MATRIX TOTAL RESULTR HIGH APLIFY

300 ml | 148 Kč, Notino.cz

Na tuto řadu jsem narazila úplně náhodou, když mi došly mé šampónové stálice a já v rychlosti něco popadla v Notinu přímo na prodejně. Vzala jsem jak šampón, tak kondicionér. Na to, že šlo o spíš takový „nouzový“ nákup jsem moc příjemně překvapená. Jde o proteinovou řadu na objem a fakt funguje. Vla-



sy dokonale umyje, nemáte pocit, že by na nich zůstal jakýkoliv film, dodá lesk a vlasy jsou po použití hezky nadýchané. Jediné minus, které vidím je, že po delším používání jsem měla vlasy dost suché, takže jsem se vrátila k mé oblíbené hydratační řadě od Davines. Pokud máte splhlé vlasy bez objemu, určitě doporučuji.

JARISCHŮV ROZTOK

150 ml | cca 150 Kč, Lékárny

Pokud trpíte různými dermatitidami, akné, suchými místy na obličeji nebo máte jednoduše podrážděnou pleť z neustálých přechodů z tepla do zimy, tohle vás zachrání. Jde o roztok kyseliny borité s glycerinem v demineralizované vodě, mňam! Má tedy mírně kyselější pH. Používá se ke zklidnění pokožky, hojí ji a vyrovnává její celkový tón. Používám místo vody a jako tonikum, tedy krok mezi čištěním a krémem. Naberu maličko do dlaně a obličej opláchnu, vždy ráno a večer. Úleva je instantní, doporučuju mít doma v záloze jako první pleťovou pomoc.



CLINIQUE HIGH IMPACT MASCARA

7 ml | 680 Kč, Clinique.cz

Jsem řasenkový autista. Řasenky prakticky neměním, mám jednu oblíbenou a dokud ji nepřestanou prodávat (což se mi stalo už několikrát), jinou nehledám. Na tuto stálci ze stáje Clinique jsem narazila v září, kdy mi jí půjčila kamarádka na svatbě, s komentářem že to je doslova nejlepší řasenka na světě. No a nebyla daleko od pravdy! Řasy krásně prodlouží, neslepí, oddělí, zahustí, ale vše velmi čistým a sofistikovaným způsobem. Je samozřejmě hypoalergenní, nedrolí se pod oči a neobtiskává na horní víčka. Pokud tedy neradi experimentujete, ale chcete změnu, tohle je jistotka.



TOM FORD TOBACCO VANILLE

100 ml | 5 840 Kč, Parfumerie Douglas



Toma Forda jsem na parfémovém poli ignorovala strašně dlouho, nicméně když na něj přišla konečně řada, byla to totální, absolutní láska na první čuchnutí. Pokud chcete kvalitní parfém, který je nadčasový, intenzivní, ale ne vulgární, sáhněte po Private Blend

kolekci. Všechny parfémy jsou unisex, můžete tedy sdílet vůni s vaší drahou polovičkou a já vám garantuji, že na každém z vás bude vonět jinak. Já vybrala Tobacco Vanille, krásnou plnou vůni vanilky, tabáku, pudru a koření inspirovanou starým Londýnem a pánskými kluby – na zimu ideální. Cena je sice astronomická, ale dvě cáknutí vydrží celý den, na rozdíl od mého oblíbeného a cenově dost podobného Byredo, které po dvou/třech hodinách zmizí.

SCHMIDT'S ZUBNÍ PASTA

133 ml | 178 Kč, Drogerie DM



Kvůli mým dermatitidám okolo úst nemůžu používat klasickou pastu s obsahem fluoru, takže se ze mě stal poslední dobou pastový pioneer a zkouším furt něco nového. Jako poslední jsem objevila tuto pastu s aktivním uhlím (ano, ta pasta je úplně černá), která mi vyhovuje chuťově i konzistencí. Některé pasty bez fluoru jsou totiž sladké, nepěňivé, bez příchuti, a já si nechci čistit zuby Salkem, fuj. Aktivní uhlí by mělo pomáhat i s bělením zubů, což je hezký bonus navíc. Chuťově vás překvapí velmi výrazná máta. Co potěší estéty je fakt, že má doopravdy moc hezký obal, který vám nezhyzdí koupelňovou policičku. Určitě vyzkousejte, mě teda baví moc!

LONG 4 LASHES SÉRUM NA ŘASY

3 ml | 550 Kč, Notino.cz

Mám kamarádku, která dělá letušku a nedávno jsme se sešly po dlouhé době na večeři, když měla volný večer v Praze. Po chvíli jsem na ní zůstala koukat a rovnou jsem se ptala, co používá na řasy, protože jsem nemohla pobrat, kde je vzala! Dostala jsem tedy tip na toto sérum, které si původně vozila z Polska, ale je už k dostání i u nás. Aktuálně ho používám týden a vidím, že řasy jsou výraznější. Z předešlých zkušeností ale vím, že peak přichází vždy po 3-4 týdnech. Sérum nečítpe, nezbarvuje víčka a nepálí po něm oči. Je ale důležité ho správně nanést, pokud si ho nalejete to oka, pálit logicky bude. Cena je více než příznivá, s přihlédnutím na fakt, že nejprofláknutější séra stojí něco kolem 2 500 Kč. Za mě zatím palec nahoru!



PURITY VISION BAMBUCKÉ MÁSLÓ

350 ml | 379 Kč, Drogerie DM

Bambucké máslo není žádná převratná novinka na trhu, jde o tuk extrahovaný ze semen stromu máslovníku afrického. Nicméně v porovnání s kokosovým olejem je rozhodně méně známé a přitom, dle mého názoru, je daleko lepší. S malou dózou tohoto másla jsem v kľidu odjela na 14-denní dovolenou do tropů, protože jsem věděla, že mi dokonale vydrží a uleví i v případě spalených zad, žádné další mléka, panthenoly a chemie. Máslo je hutnější, musí se nechat déle „roztát“ v rukou, než ho aplikujete. Naopak se rychleji vstřebá, nezanechává otravný mastný film, hydratuje do hloubky a pravděpodobně neznám lepší věc na péči ruce, nehty a kůžičky, které i přes noc dokáže dát neuvěřitelně dohromady.



Chcete žít šťastný, zdravý a dlouhý život?

Řadě obtíží lze snadno předcházet a řešit jejich skutečnou příčinu.

Tradiční čínská medicína to umí už více než 4 000 let.



Vitální houby
dokonalá podpora vitality
www.MycoMedica.cz



Bylinné tinktury
tradiční recepty
pro dobrý život
www.YaoMedica.cz



„Nestačí jen kvalitně jíst, udržovat
emoce na uzdě, dobře spát a přiměřeně
se hýbat. Důležité jsou také vztahy.
Na to nezapomínejte.“



Milan Schirlo

specialista tradiční
čínské medicíny

www.MilanSchirlo.cz

KATEŘINA MARIE FIALOVÁ

*DOVOLÍM SI TVRDIT, ŽE
JSEM CÍTLA SMRT*

V

šestnácti letech jí zemřel tatínek na rakovinu kostí a o týden později našla maminkou oběšenou. O to více si Kateřina Marie Fialová (22) uvědomuje,

jak je život křehký a každý den se snaží žít naplno. A zatím se jí to daří. Nejen že je čtyřnásobnou mistryní světa ve stepu, hraje v seriálu, ale také už více jak dva měsíce boduje v show Tvoje tvář má známý hlas, kde postoupila do finálové čtyřky. A nyní sní o roli ve filmu.

Přijít o oba rodiče v tak mladém věku je psychicky velmi náročné. Můžete dnes říct, že už jste se s tím vyrovnala?

Ne. Pro mě je to boj na celý život. Zkoušela jsem i pomoc psychologů, ale nedávala jsem to. Ti doktoři se v tom hrozně rýpali, přišlo mi, že je to fasinuje. Já si hlavně musela a musím pomoci sama, konzultace mi nepomohou.

Nejprve vám zemřel tatínek. Jak jste nesla jeho odchod?

U táty se to očekávalo. Poslední dva roky se doslova ztrácel před očima. Chátralo mu tělo, ale hlava byla v pořádku, a to je pro člověka strašné. Chtěl nám pomoci, ale nemohl. Já jsem odjížděla často do Brna na konzervatoř, ale maminka s ním byla denně. Muselo to být pro oba hrozně těžké.

Byl to důvod, proč si maminka sáhla o týden později na život?

Poté co proběhl pohřeb tatínka, jsme doma s mamkou, kde zemřel, všechno vyčistily, vyvětraly a byly připravené na to, že budeme mít nový život. U svých nejbližších ale vždy vycítíte, že se něco děje. Každopádně jsem netušila, že by to bylo až do takové míry špatné. Pamatuji si, že to byla neděle, vzbudila jsem se s tím, že odjedu z Pardubic do Brna zpátky do školy. Mamka asi nesnesla myšlen-

ku, že zůstane v tom našem velkém baráku sama.

Maminku jste našla oběšenou na půdě. Mohu se zeptat, jak to přesněji bylo?

Věděla jsem už po probuzení, že je něco špatně. Dovolím si tvrdit, že jsem cítila smrt. Barák působil jako skleník - zavřená okna, dveře. Bylo mi úzko. Vyšla jsem po schodech nahoru na půdu a tam jsem viděla, co jsem viděla.

Asi bych začala křičet.

Nekřičela jsem. Možná to zní zvláště, ale já jsem šla nejprve do koupelny, vyčistit si zuby. Až poté jsem zavolala záchranku. Byla jsem hodně racionální, chtěla jsem vyřešit situaci.

**„NEMOHU ŘÍCT ANI DNES,
ŽE JSEM UŽ DOSPĚLÁ“**

Měla jste zpětně na maminku vztek, že vás tu nechala?

Strašně jsem nadávala a byla jsem naštvaná, že všechno vzdala. Byl to rok bolu a žalu. Pak jsem si ale uvědomila, že ona byla tak nešťastná, že by netrápila jen sebe, ale i mě.

Náhradní matkou vám byla o jedenáct let starší nevlastní sestra. Jak zvládala vaši výchovu?

Nemohu říct ani dnes, že jsem už dospělá, ale v těch šestnácti letech jsem se chovala jako spratek. Bylo toho na mě hodně a nevěděla jsem, jak se s tím vypořádat. Nadávala jsem sprostě, byla jsem prostě neuchopitelná.

Jak vás krotila?

Nijak, musela mě nechat. Jako takový únik jsem pojala studium na konzervatoři v Brně. A než mi bylo osmnáct, tak jsem si našla s tehdejšími přítelem byt a odstěhovala jsem se. Od té doby se spolu



ale bohužel nebváme. Kdybych ji dneska viděla, tak se rozbřečím a řeknu jí: Promiň.

Vy jste se od té doby nikdy nesešly?

Ne, ale vypadá to, že teď bychom se možná sejít měly. Já bych byla moc ráda.

Přiznala jste, že v těžkých chvílích vám mimo jiné pomáhal také pohyb. Přesněji step, který děláte od svých sedmi let a jste čtyřnásobnou mistryní světa. Proč jste se vrhla zrovna na takový sport?

Protože mě tam přihlásila maminka v mých rodných Pardubicích, jelikož byla taková akce, že jste měli dva druhy tance za cenu jedné lekce. To druhé byl nějaký jazz. A mě víc začal bavit step. A později jsem se rozhodla, že bych v tom chtěla pokračovat profesionálně.

Vaším trenérem byl tanečník Pavel Strouhal a na tréninky jste v pouze devíti letech dojížděla do Prahy. To vás rodiče nechali cestovat samotnou?

Nejprve se mnou jezdil tatínek nebo maminka, ale když to nešlo, musela jsem sama. Mě to bavilo, bylo to dobrodružné. I když tedy, měla jsem vždycky třeba 60 nepřijatých hovorů, jestli jsem OK. (smích)

Věnujete se stepu profesionálně i dnes?

Skončila jsem v šestnácti, protože nebyl a není čas. Jeden čas jsem ho učila na JAMU, a když mi lidé napíšu, tak ráda učím jejich děti. Ale pro mě už soutěžní step není tím, čím býval. Nepřináší mi takové potěšení.

Step jste předvedla i v prvním díle show Tvoje tvář má známý hlas, když jste se představila jako Jiří Korn. Celkově jste v soutěži skončila na krásném druhém místě za Markem Lamborou. Nemrzí vás, že jste nedosáhla na zlatou příčku?

Je to u mě překvapující, ale nemrzí, jelikož mi to přineslo tolik věcí, že by byla neúcta a namyšlenost, abych byla našťvaná, že jsem nevyhrála.

Co vám přesněji soutěž tedy dala?

Nadhled, schopnost rychlé přípravy, učení, chuť v zlepšování se ve všech směrech. Dala mi přátelství, možnost potkat úžasné lidi, krásné vzpomínky a videa, která budu moct ukázat vnoučatům s tím, že koukejte, jak vaše babča trsala. (usmívá se)

Musela jste předvádět spoustu známých zpěváků jako například Jennifer Lopezovou, či Michaela Jacksona. Jaká proměna pro vás byla nejtěžší?



volansky

FASHION

móda s českou tradicí

VŠE PRO ŽENICHY A SVATEBČANY

Děláme z lidí osobnosti.

www.volansky.cz

Tak asi poslední vystoupení, kdy jsem ztvárňovala zpěvačku Siu. Je to zajímavé, ale pro mě bylo obtížné jen stát a zpívat. Nemohla jsem se ani hnout a já tancuji ráda.

Tak to byste byla ideální účastníci StarDance. Přijala byste nabídku, kdyby přišla?

A moc ráda!

Říká se, že tato taneční soutěž je ale také velká zkouška vztahu, protože jste denně několik hodin s tanečním partnerem. Vy přitele máte už téměř rok, nebála byste se toho, že by žártil?

Nebojím se ničeho. Já jsem spokojená a vím, že mě nikdo nemiluje tak jako on.

Snáší to dobře, že se mu doma rodí hvězda?

Je na mě pyšný a moc mi pomáhá. On je také divadelník, dělá v Brně, Ostravě, Plzni.

Takže vám nezávidí popularitu?

Když jsme o tom mluvili, říkal, že by tu slávu ani nechtěl. Každopádně je prý se mnou připravený na všechno.

Byl připravený i na to, že jste nafotila odhalené snímky pro pánský časopis Playboy?

To asi trochu žártil. Ale tak on žártil už od začátku našeho vztahu. Ale ono je to trochu vzrušující, když mi přijde nějaká zpráva a on: Aha, kluci jo? A já: No, tak holky mi asi psát nebudou. On: Aha, aha, no na mě se na zkoušce podívala jedna holka. Já: Prosím? Takže se tak pěkně štengrujeme. Štve ho to, ale je to dočasně ve prospěch našeho vztahu.

Zalitovala jste někdy těch fotek?

Vůbec ne. Klidně bych do toho šla znovu. Mně se ty fotky opravdu líbí. Navíc jsem si tehdy říkala: Mám prsa, boky, ženské křivky. Tak proč to neukázat?

Teď ty křivky ale moc už nemáte, dost jste pohubla. Čím to?

Stresem, navíc nemám moc času se pořádně najíst. Můj problém je ale také perfekcionalismus. Dokud nejsem sama se sebou spokojená, což jsem během Tváře nebyla snad nikdy, tak na sobě makám. Takže během soutěže jsem třeba chodila běhat, protože jsem dostávala zpěváky, kteří hodně tancují a potřebovala jsem mít fyziku.

Nechybí ty vaše křivky příteli?

Chybí, říká mi, že mám všechno moc pěkné, ale není mě za co chytit. A já si sama sobě taky chybím. Já si trochu chybím. Mám ráda svou postavu, byť tomu tak nebylo vždycky.

Tak třeba brzy naberete. Slyšela jsem totiž, že se chcete brzy vdávat a založit rodinu. Je to pravda?

Je to tak. Já jsem si dokonce dala deadline, že bych chtěla otěhotnět do roka. Kdyby to přišlo, tak prostě na chvíli divadlo a natáčení odložím a budu se plně věnovat rodině.

Co vím, tak natáčíte Ordinaci v růžové zahradě 2, kde hrajete patnáctiletou dceru Josefínu Simony Krainové. Jak se vám taková postava, která svádí svého gynekologa a zároveň milence své matky, ztvárňovala?

Jak bych to shrnula. Role patnáctky se mi hraje dobře, protože já se občas jako patnáctiletá mentálně cítím. (směje se) Ale s jejím charakterem se neztotožňuju vůbec. Jsem prostě herečka, která hraje tuto postavu, a musím splňovat scénář. A překvapuje mě, že si někdy lidé opravdu myslí, že jsem já ta Josefína.

Už se vám tedy stalo, že na vás někdo s tím vyrukoval?

Právě, že ano. Teď jsem byla na pumpě kupovat kafe a paní na mě: Vy jste hrozná. A já povídám:

Jako ve Tváři nebo v Ordinaci? A ona: Ne, ve Tváři dobrý, ale co to děláte v té Ordinaci? No tak jsem jí to vysvětlovala a ona stejně vypadala, že to moc nechápe. Asi to tak ale funguje.

Už vám přišly i nějaké další nabídky na natáčení?

Ano. Byla jsem na jedněch kamerových zkouškách do dalšího seriálu, tak uvidíme, jak to dopadne.

Vášim snem je ale hrát do filmu. Taková nabídka ještě nepřišla?

Ta ještě ne.

Máte i nějakou vysněnou roli?

Ráda se směju a jsem pozitivní, ale zároveň mám ráda i smutek. Takže bych si klidně zahrála i v tragédii, ale brala bych asi jakoukoli roli.



Tvoje tvář má známý hlas je česká verze pěvecké reality show založená na formátu pořadu Your Face Sounds Familiar, který vychází ze španělského originálu Tu cara me suena. Soutěžícími jsou známé osobnosti, které mají za úkol napodobit české i zahraniční pěvecké legendy. Vítězkou první řady se stala herečka Hana Holišová (červen 2016), druhou řadu ovládl herec Jan Cina (listopad 2016), třetí Tatiana Vilhelmová (květen 2017), ve čtvrté řadě brala prvenství Berenika Kohoutová (listopad 2017), o rok později Michaela Badinková a zatím poslední šestou řadu vyhrál 23. listopadu 2019 Marek Lambora.

Jste připravená na popularitu?

Když jsem řekla přítelovi, že do toho jdu, tak mi řekl: Hlavně se z toho nepo*er. Z těch lidí. Já jsem hodně emotivní člověk a nemůžu se zavděčit všem. To si stále opakuju.

Jak tedy snášíte ty negativní komentáře, které se na vaši osobu objevují na internetu? Tohle asi není jednoduché.

Z těch negativních komentářů jsem samozřejmě smutná, ale už se na to snažím nereagovat. Nepíšu jim třeba: Proč si to jako o mně myslíte, to je úplná blbost. Když si myslí, že jsem rozmazlená, nevychovaná a nesympatická, tak je to jejich vnímání mě. Samozřejmě mě to mrzí, neznají mě, ale respektuji to. A na jednu stranu už je mi to vlastně jedno. Naštěstí to vyvažují i ty dobré zprávy, že jsem něčí vzor a že mi přejí.



HLEDEJ, ŠMUDLO

Vybírání dárku je lehce nevďěčná záležitost. Vždy tím totiž dáme najevo, jak moc danou osobu známe nebo neznáme. To je ale špatné vnímání samé podstaty dávání dárků. Pokud nám někdo dá něco, co není úplně podle našich představ, neměli bychom v tom vidět hned něco špatného. Podstatné je, že si onen člověk vzpomněl a zrovna my jsme pro něj byli dostatečně důležití, aby nás něčím obdaroval. I ta nejmenší maličkost je vyjádřením náklonnosti a něčeho takového si vždy máme vážit.

Výše uvedené ale samozřejmě neznamená, že by se člověk měl přestat snažit. Hledání dárku je i zábava, malý případ, který můžeme po vzoru filmových detektivů vyřešit. Jak úspěšně, to už si každý musí zhotnotit sám. Na následujících stránkách Vám přinášíme pár tipů, kterými si můžete pátrání ulehčit.

th.



XIAOMI AMAZFIT GTR

www.czc.cz

Chytré hodinky tradičního vzhledu nabitě funkcemi. 1,39" AMOLED displej s Corning Gorilla glass. Voděodolnost do 5 ATM. Sony GPS čip s extrémně nízkou spotřebou. BioTracker PPG senzor snímající kontinuálně váš tep. Monitor spánku. Notifikace z vašeho mobilního telefonu. Výdrž baterie až 24 dní. Tělo z nerezové oceli, kožený řemínek, zkrátka fešák, který se na ruce neztratí. Nevýhody? Do hodinek nelze instalovat další aplikace, takže si do nich nenahrajete hudbu. Ale to je daň za pořádnou výdrž.



DIVADLO HYBERNIA

Nám. Republiky 4, Praha 1

Tel.: +420 605 108 326, www.hybernia.eu



Obdarujte své blízké kulturním zážitkem! Dárkové poukazy do Divadla Hybernia je možné zakoupit online přes Ticketportal, na pokladně divadla nebo přes obchodní oddělení 605 108 326. Dárkové poukazy je možné využít na Tarzana (jeden z nejúspěšnějších světových muzikálů s hudbou Phila Collinse), Mefista (láska, humor, napětí, ale hlavně láková ďáblová nabídka v atraktivním příběhu), Galilea (jeden z nejúspěšnějších tuzemských muzikálů v původním hvězdném obsazení) a další muzikály Divadla Hybernia.

TAK TROCHU JINÁ ZÁŽITKOVKA

www.stips.cz



Vánoce se blíží a vám dochází nápady na originální dárky? Abyste potěšili své blízké, nemusíte trávit hodiny v nákupních centrech, ani balit velké krabice. Na Stips.cz vyberte z **více než 1000 zážitků** dárek pro tatínka motoristu, bratrance gurmána, tetu sportovkyni i pro kohokoli jiného! Navíc, pokud si nejste jisti tím, co by blízkému udělalo radost, **můžete vybrat až 10 zážitků na dárkovou kartu**, zaplatíte jen ten nejhodnotnější a obdarovaný už si vybere sám. Jednoduše nemůžete šlápnout vedle! **A přes Vánoce kód MOON202 = 202 Kč sleva!**

REISHI

www.mycomedica.cz



Reishi patří mezi nejčinnější vitální houby tradiční čínské medicíny. Její síla spočívá ve schopnostech přirozeně posilovat vitalitu a imunitu, podporovat normální funkce oběhové soustavy a zdravou hladinu cholesterolu. Má výrazné adaptogenní účinky, tzn. pomáhá organismu přirozeným způsobem bojovat proti zátěži, vyvolané širokou škálou škodlivých faktorů.

REBELL BARBERS

Táborská, Praha 4, Tel.: +420 739 084 912 / Sokolovská, Praha 8, Tel.: +420 608 659 999, www.rebellbarbers.cz



Dárek pro opravdové chlapy, co se nebojí vypadat dobře! V Rebell Barbers chápou, že správný střih nebo upravený vous není zženštilost, ale základ. Pánové zde dostanou to, na co jsou zvyklí, to ale znamená, že nemohou odejít více spokojeni. Při každé návštěvě na ně čeká nejen usměvavý personál, ale i skvělé kafe, sklenka navoněné whisky či rumu, láhev vody a na milovníky piva tu myslí také. Dárkové vouchery můžete zakoupit na recepci obou barbershopů. Jeden najdete v Nuslích, druhý „rebel“ sídlí v Karlíně.

INTACT

Hornoměstská 357, Velké Meziříčí
Tel.: +420 566 521 441/3, www.intact.cz



Nemá smysl si nic nalhávat - v dnešní komplikované době se bez znalosti cizího jazyka obejde opravdu jen málokdo. A nic se nevyrovná tomu, pokud při studiu člověk jazykem komunikujete v zemi, kde je úředním jazykem. Chce-li někdo z vašich blízkých zdokonalit své jazykové znalosti na co nejlepší úroveň, pak mu nemůže dát lepší vánoční dárek než jazykový kurz v zahraničí od INTACTu! 13 jazyků, 40 zemí, kurzy pro všechny generace, jedinečné zkušenosti (29 let na českém trhu), to vše je INTACT.

TIPY NA DÁRKY

KRÁSNÝ ÚSMĚV

www.krasnyusmev.cz

S úsměvem jde všechno líp a s tím zářivým dvakrát tolik! Pro dokonalé vybělení vašich zubů nemusíte chodit k zubaři a platit tisíce. Stačí využít White Pearl, profesionální bělicí systém pro použití doma, který byl oceněn jako nejlepší ve své kategorii v letech 2016, 2017 a 2019. Pohodlně, bezpečně a kvalitně, takové jsou ohlasy spokojených klientů, kteří z White Pearl udělali nejprodávanější bělení zubů v ČR. Zakoupíte na www.krasnyusmev.cz nebo v **DM drogerie**, **Rossmann** a **hypermarket Globus** za cenu 749,-.



SURFARENA

Tupolevova 772, Praha 9 - Letňany
Tel.: +420 725 927 410, www.surfarena.cz

Hledáte originální dárek pro své blízké? Darujte zážitek na vlnách! Super tip na dárek pro děti i pro dospělé, pro jednotlivce, celou rodinu nebo partu přátel. V Surf Arena v Letňanech je možné celoročně vyzkoušet jízdu na umělé vlně jak vleže (bodyboard), tak i ve stoje (flowboard). Doprovod může sledovat surfující z prostoru kavárny a surfující si mohou odnést záznam svojí jízdy jako památku na nezapomenutelný zážitek. S výběrem správného voucheru Vám rádi poradí na info@surfarena.cz nebo na tel. čísle +420 721 927 410.



LASER CENTRUM FLORA

Jičínská 8, Praha 3
Tel.: +420 606 672 119, www.laserflora.cz



Kdo by nechtěl navždy zůstat mladý? Laser Centrum Flora je oblíbená laserová klinika využívající revoluční přístroj Fotona, který nabízí rozmanitou nabídku ošetření. Zaměření je především na omlazení v oblasti gynekologie a dermatologie, nabízí ale také populární rychlou léčbu chrápání nebo výplně pomocí botulotoxinu či kys. hyaluronové. Klienti preferují laserové ošetření především pro rychlost, pohodlnost a absenci jakékoliv rekonvalescence. V období Vánoc můžete svým blízkým pořídit dárkový voucher.

ZDRAVÍČKO

Sokolovská 113/58 Praha 8 - Karlín
Tel.: +420 224 813 984, www.serafinbyliny.cz



Tato prodejna nedaleko Karlínského náměstí nabízí kompletní sortiment výrobků společnosti Serafin byliny a různé druhy potravin zdravého životního stylu (rýže, obilovin, luštěnin, mouky, bezlepkové výrobky, čaje, bylinky aj.). Vybírat můžete ze široké škály přírodních kosmetiky, potravinových doplňků, džemů, sirupů ale také z chlazených výrobků, vegetariánských pomazánek, sýrů, jogurtů nebo tvarohů. Pokud si s něčím nebudete vědět rady, stačí se zeptat (v týmu obchodu je i specialista na Ajurvědu).

GARANCE CEN 2019 NA ROK 2020

Platí pro vybrané jazykové
pobyty a pro objednávky
zaslané do 30.11.2019

**13 JAZYKŮ
40 ZEMÍ
KURZY PRO
VŠECHNY GENERACE
2 TÝDNY A DÉLE
KOMPLETNÍ SERVIS**

INTACT jazykové kurzy v zahraničí

TIPY NA DÁRKY

VENIRA

www.venira.cz

Pro podporu růstu, objem a kvalitu vlasů, silné a nelámající se nehty a nádhernou pleť - to je VENIRA! Tento český přírodní doplněk stravy s 18 látkami v každé své kapsli si získal tisíce spokojených zákazníků napříč Českou i Slovenskou republikou. Díky svému unikátnímu složení se VENIRA vyznačuje vysokou komplexností v působení na pojivové tkáně, což se přímo projevuje na stavu a vzhledu pokožky, vlasů a nehtů.



IMPACT

Dolní 12, Praha 4 - Nusle, Tel.: +420 261 225 431,
602 958 094, www.paraskolaimpact.cz



Zažít pocit volného pádu a vnímat svět očima ptáků, takový dárek jen tak nikdo nečeká. Chcete své blízké opravdu překvapit? Zařídte jim u odborníků v Paraškole Impact adrenalinový tandemový seskok pod vedením zkušeného tandempilota a ve vši bezpečnosti. Tandemové seskoky tu provádí instruktoři, kteří mají 3000 až 10 000 seskoků a prošli náročnými kurzy v zahraničí. Tandemové seskoky jsou realizovány na letišti v Kolině, kde je kompletní zázemí a kde je možné zajistit i vyhlídkové lety malými sportovními letadly.

DRÁČEK.CZ

Pod Kotlaskou 3, Praha 8 Libeň

Tel.: +420 775 247 296, www.dracek.cz



Mercedes mezi aktovkami, tím je set Hama Step by Step Touch2, k němuž navíc nyní dostanete dárek v podobě tematické láhve. V Dráček.cz se specializují na prodej kvalitního školního sortimentu, který prodávají 15 let. Své profesi rozumí a rádi Vám odborně poradí. Na prodejně v Praze 8 u metra Palmovka najdete největší výběr školních aktovek a batohů v Praze od první třídy až po střední školu. Neradi nakupujete v kamenných prodejnách? Objednejte na eshopu www.dracek.cz s dopravou zdarma.

WORMUP

www.worm-up.com

Všichni dávno mluví o tom, jak se proteiny z hmyzu stanou jedním z pilířů naší stravy v budoucnosti. Ale ta přichází už teď. Unikátní český start-up se pustil do přípravy slaných pochoutek z hmyzu – křupavých červíků WORM UP. Překvapí Vás, jak dobře chutnají, v nabídce jsou tři příchutě: sůl, chilli a česnek. Mají vysoký podíl bílkovin a nenasycených tuků, naopak žádný cukr. Navíc je chov a zpracování červíků šetrné k přírodě. Nebuďte suchaři a darujte svým blízkým křupavé červíky WORM UP, stojí to za to!





Dráček.cz - chytré hračky pro chytré děti,
které jinde nekoupíte
Vzdělávací a výukové sady, stavebnice,
didaktické i motorické hračky,
kostýmy, divadla, maňásci, loutky
a mnoho dalšího se zaměřením
na české hračky



www.dracek.cz
Pod Kotlaskou 3
Praha 8 Libeň
tel. 775 247 296

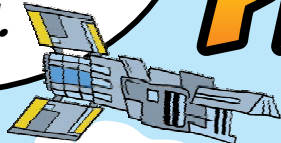


Dráček.cz
Eshop i prodejna na Palmovce



PŘÍJEMNÉ PROŽITÍ VÁNOČNÍCH
SVÁTKŮ A HODNĚ ZDRAVÍ
DO NOVÉHO ROKU.

PF'2020



KDYŽ MODELÁŘ,
TAK PECKAL!

WWW.PECKAMODEL.CZ



JE TO VÁŠ DEN!

Lékaři středověku se o lásce posměšně vyjadřovali jako o nemoci, kterou je třeba léčit. Nejspíš i proto po mnohá staletí nebýval sňatek spojován, až na výjimky, s city. To už naštěstí neplatí. Dnes máme svatební den jako stvrzení něčeho výjimečného, co nás bude provázet po zbytek života a co nám dá základy pro další generace. Ostatně, existuje romantičtější gesto, než ochota navléct si na prst malý kroužek, jím světu dáváme jasně najevo, že byl někdo dostatečně velký blázen na to, aby s námi šel oficiálně životem? Je to krásný symbol, který navzdory rostoucí skepsi přetrvává.

A protože jsme romantici, přichystali jsme si pro vás malý speciál, kde si můžete vybrat to nejlepší místo pro Váš jedinečný den. A jako bonus pár tipů na rozlučky. Bez ní by byla svatba poloviční!

th.



STRNADOVSKÝ MLÝN

Vršovice 1, Sedlčany

Tel.: +420 602 219 601, www.strnadovskymlyn.cz



Romantické venkovské prostředí, krásná okolní příroda, zpěv ptáků a svit sluníčka, to vše podtrhne originalitu vašeho svatebního dne. Ve Strnadovském mlýně můžete mít svůj svatební obřad na břehu rybníka, v obřadní místnosti ve Staré Mlýnici či na malebné louce. V letním období bude vaše svatební hostina venku. V zimním období, či opravdu nepříznivém počasí jsou svatby i pro 100 osob uvnitř historické Mlýnice. Personál Strnadovského mlýna udělá vše proto, abyste si svůj svatební obřad, svatební hostinu i celý pobyt na mlýně náležitě užili.

ČAPÍ HNÍZDO

Dvůr Semtín 1, Olbramovice

Tel.: +420 317 716 211, www.capihnizdo.cz



V tomto oblíbeném resortu najdete mnoho krásných míst pro uspořádání svatebního obřadu pod širým nebem, můžete zvolit obřad na břehu rybníka nebo v originální jízdně ve tvaru čapího hnízda. Samozřejmě je zajištění kompletní organizaci svatby od vyřízení potřebných formalit na matrice až po koordinaci slavnostního dne včetně koordinace všech potřebných dodavatelů dle požadavků svatebčanů. Můžete si dopřát jízdu ve svatebním kočáře a celou řadu dalších služeb pro snoubence i svatební hosty.

ZÁMEK LOUČEŇ

Loučeň 1, Loučeň, okr. Nymburk
Tel.: +420 727 900 616, www.zamekloucen.cz



Zámek Loučeň je pro svou romantickou scénérii a překrásný anglický park přímo stvořený pro nezapomenutelný svatební den. Kromě vhodné polohy a velmi dobré dostupnosti zaručuje nabídku kvalitních služeb a pohádkové prostředí. Jde o jediný zámecký areál v Čechách, který na jednom místě nabízí obřad, hostinu, i ubytování. Svatební obřady je možné uskutečnit pod širým nebem, v historických prostorách zámku či - v případě církevních sňatků - v katolickém kostele. Vybrat si můžete z několika svatebních balíčků.

ZÁMEK ŠTÍŘÍN

Ringhofferova 711, Kamenice
Tel.: +420 724 509 603, www.stirin.cz



Zámek Štířín je rozmanitostí svých prostorů ideálním místem pro pořádání svateb. Prožijte svůj významný den v romantickém prostředí pohádkového barokního zámku a nádherného parku. Civilní i církevní (katolické a pravoslavné) svatební obřady můžeme uspořádat v zámecké kapli, v historickém salónku (Salmův nebo Sloupový sál) nebo při pěkném počasí venku pod květinovým obloukem. Stylové ubytování nabízí zámek i historické budovy ve štířínském areálu. Kompletní nabídku služeb najdete na www.zamekstirin.cz.

FOLKLORE GARDEN

Na Zlíchově 18, Praha 5 - Hlubočepy
Tel.: +420 777 957 163, www.folklorejarden.cz



Váš pohádkový den si zaslouží pohádkové prostředí. Unikátní přírodní areál ve stylu selského dvora, jako by jej namaloval sám Josef Lada, je jenom 10 minut od Smíchova. Folklore Garden je tím správným místem nejen pro veselku uvnitř, ale i venku. Vaši svatbu zde s Vámi naplánují od prvního do posledního detailu. Svatební hostina se špičkovou prezentací bude přizpůsobena požadavkům, počtu osob i finančním možnostem. Servírovaný oběd, raut či venkovní grilování, je jen na Vás, jakou variantu si vyberete.

SVATBA S LIMUZÍNOU HUMMER

Tel.: +420 777 735 877, 222 956 066
www.simix.cz



Svatba, to není jen obřad, šaty, veselka, pestrá paleta hostů, nervózní hledání prstýnků a házení květin. Také se na ni musí svatebčané nějak dostat. K tomu je ideální přepychová limuzína společnosti Simix - 10 metrová kráska Hummer H200. Až ji uvidíte na vlastní oči, spadne vám brada na zem. Což ostatně platí i o výbavě - kožené sedačky do tvaru U, osvětlený bar, LCD obrazovka, obsluha, které se o Vás bude starat a mnoho dalšího. Aby byl váš svatební kočár opravdu dokonalý, požádejte o květinovou výzdobu.

SVATEBNÍ SPECIÁL

NA MARJÁNCE

Na Marjance - Bělohorská 35/262, Praha 6 - Břevnov
Tel.: +420 775 073 203, www.namarjance.cz



Historická budova známá především proslaveným tanečním sálem Marjánka si o „Váš svatební den“ přímo říká. Přípraví Vám květinovou výzdobu, svatební hostinu a při individuálních lekcích na míru i svatební tanec. Modernizovaný secesní sál s galerií nabízí kapacitu 180 míst a svým variabilním uspořádáním je ideální pro svatební hostinu či posvatební setkání s přáteli. Sál Na Marjance se přirozeně neomezuje jen na svatby. Pořádat zde můžete maturitní plesy, firemní večírky, konference, školení, aukce a mnoho dalších.

ZÁMEK KONOPIŠTĚ

Konopiště 1, Benešov
Tel.: +420 317 721 366, www.zamek-konopiste.cz



Romantický zámek Konopiště se nachází u Benešova a patří k nejvýznamnějším kulturním památkám v České republice. Historie zámku je jedinečným způsobem propojená s příběhem opravdové lásky posledního soukromého majitele zámku arcivévody Františka Ferdinanda d'Este a jeho osudové ženy hraběnky Žofie Chotkové, kteří právě zde prožívali nádherné chvíle svého životního rodinného štěstí. V prostorách zámku je možné uzavřít občanský i církevní sňatek. Svatební obřady probíhají celoročně.

HOTEL GOLF

Plzeňská 103/215a, Praha 5
Tel.: +420 222 993 101, www.hotelgolf.cz



Moderní pražský hotel s dlouholetou historií nacházející se v klidné lokalitě Prahy 5 Motol nabízí veškeré potřebné prostory k uspořádání nezapomenutelné svatební hostiny. Na výběr celkem 6 salónek, přičemž ten největší má kapacitu až 200 osob. Unikátní hotel, moderní design, restaurace, lobby bar s letní terasou, střešní terasa s barem, konferenční prostory, wellness a fitness, to vše najdete v Hotelu Golf. Samozřejmostí je kompletní servis a v případě vícedenních akcí zvýhodněné ceny na ubytování a wellness služeb.

HOTEL SEN

Malostranská 344, Senohraby
Tel.: +420 323 616 800/1, www.hotelsen.cz



Kde jinde uspořádat svatbu než na místě, které vypadá jako romantický zámek? Jen 30 kilometrů od Prahy, v malebné obci Senohraby, se nachází nově zrekonstruovaný hotel SEN, kde najdete vše, co potřebujete pro svůj dokonalý den. Nádhernou zámeckou zahradu s jezírkem, u kterého si řeknete své ANO, prosklenou restauraci v moderním selském stylu pro svatební hostinu, přilehlý venkovní bazén pro letní osvěžení, a především ochotný personál, který vám pomůže vaši svatbu naplánovat tak, aby proběhla bez jakýchkoli starostí.



Interiér Staré Mlýnice
až pro 100 osob
i v zimním období.

Svatby na louce,
u rybníka na hrázi,
obřady a hostiny...



Strnadovský mlýn

Vršovice 1, 26401 Sedlčany

tel: (+420) 318 877 223

mob: (+420) 724 120 714

(+420) 602 219 601

mlyn@strnadovskymlyn.cz

www.strnadovskymlyn.cz

ZÁMEK PRŮHONICE

Zámek 1, Průhonice
Tel.: +420 602 603 073, www.zamekpruhonice.cz



Zámek Průhonice, který se nachází pouhých 5 km od Prahy, patří ke klenotům českých památek. Romantický zámek s pohádkovým parkem je zapsaný v seznamu světového dědictví UNESCO a jde o Národní kulturní památku. Místy určenými ke svatebnímu obřadu jsou vyhlídková terasa Malého nádvoří a noblesní Rytířský sál. Pro svatební hostinu si můžete pronajmout jak interiér zámku, tak samotný zámecký park. Rádi vám zde doporučí osvědčené dodavatele cateringu, květin či hudební doprovod.

PETŘÍNSKÉ TERASY

Petřínské sady 393, Praha 1 - Malá Strana
Tel.: +420 257 320 688, www.petrinsketerasy.cz



Již od pradávna je Petřín oblíbeným místem zamilovaných. Tak proč si právě v tomto krásném prostředí neříct své „ano“? Romantická svatba na Petřínských terasách vás díky své jedinečné atmosféře okouzlí. Restaurant je posazen uprostřed východního svahu Petřínského kopce, s naprosto neopakovatelným výhledem na celou Prahu. Od vznešených Hradčan, přes střechy Malé Strany, až po horizont moderní Pankráče a prastarý Vyšehrad. Samozřejmostí je svatba na klíč, aby „váš den“ byl opravdu jedinečný.

ZÁMEK ŽDÁR

Zámek 8/8, Žďár nad Sázavou
Tel.: +420 602 565 309, www.zamekzdar.cz



Prostory, ve kterých udělá „vau“ každý svatebčan, zážitky, které budou ještě dlouho hlavním tématem rodinných oslav, krásné fotky s kulisami, které vytvořili mniši cisterciáci nebo barokní stavitel Santini, skvělé zázemí a příjemná pořadatelská služba... Taky chcete prožít dokonalou svatbu? Stavte se na nádherném Zámku Žďár, ať vidíte vše na vlastní oči. S malou i velkou svatbou, s hostinou i bez hostiny, uvnitř nebo venku vám ráda pomůže Vendula Hübnerová (734 582 778, hubnerova@zamekzdar.cz).

VOLANSKY FASHION

Praha 2, Benešov, Brno (Medlánky, centrum), Hodonín, Hradec Králové, Havlíčkův Brod, www.volansky.cz



Perfektně padnoucí oblek, kvalitní košile, vkusné manžetové knoflíčky, dobře sladěné ostatní doplňky, pohodlná společenská obuv - to jsou základní pravidla pro to, aby si ženich svatbu užil a přitom perfektně vypadal. Přijďte na jakoukoliv prodejnu Volansky Fashion a personál toto všechno zajistí. Samotné nevěsty zde sice nepořídí, ale svého prince zde ochotný personál oblékne přímo dokonale. Volansky Fashion dále nabízí oblečení pro svatební hosty a možnost využití různých balíčků, slev a akčních nabídek,

marcedes ferrari mercedes jeep nissan aston martin
bentley porsche lexus audi jaguar ferrari mercedes jeep nissan aston martin bentley
porsche lexus bmw audi jaguar ferrari mercedes jeep nissan aston martin bentley porsche
lexus bmw audi jaguar ferrari mercedes jeep nissan aston martin bentley porsche lexus bmw
audi jaguar ferrari mercedes jeep nissan aston martin bentley porsche lexus bmw audi jaguar
ferrari mercedes jeep nissan aston martin bentley porsche lexus bmw audi jaguar ferrari

SVATEBNÍ SPECIÁL

PIVOVARSKÝ DVŮR CHÝNĚ

Hlavní 525, Chýně,
Tel.: +420 724 878 700, www.pivovarskydvur.cz



Výborné pivo z Českého Švýcarska - FALKENŠTEJN, vína z Moravy a Itálie, snadná dopravní dostupnost a živá country kapela. To vše nabízí Pivovarský dvůr Chýně, kde si lze pro svatební hostinu rezervovat část restaurace pro menší skupiny (40 míst), případně celou restauraci (celkem 80 míst). V letní sezóně a za příznivého počasí se dá využít posezení na zahrádce – venkovní terase, kde je k dispozici dalších 50 míst. K jídlu si pochutnáte na specialitách z tradiční české kuchyně – pečených vepřových žebrech či koleni.

BEROUNSKÝ MEDVĚD

Tyršova 135, Beroun
Tel.: +420 311 622 566, www.berounskymedved.com



V prostorách rodinného pivovaru Berounský medvěd se nachází Pivovarská restaurace, která prostě bude vaší svatební oslavě sloužit. Krásný dřevěný interiér, speciality české kuchyně a k tomu přirozeně všechny druhy lahodných piv, které pivovar vyrábí. O místo se tu skutečně bát nemusíte – restaurace pojme až sto hostů. Stejně číslo platí pro salonek „šalanda“ v prvním patře. Dostupnost Berounského medvěda je pouhých 20 minut z Prahy po dálnici D5, sjezd Beroun - centrum, nebo 2 minuty od vlakového nádraží Beroun.

SVATEBNÍ VÝZDOBA

Monika Štátsková, Tel.: +420 776 601 665
Email: m.kabelacova@seznam.cz



Svatební výzdoba a svatební dekorace jsou dnes již součástí každé svatby. Pokud si nevíte se svatební výzdobou rady, svěřte se do rukou Moniky Štátskové. Nabízí profesionální svatební květinový servis šitý na míru přáním klientů. Kytice pro nevěstu, korsáž pro ženicha a družbu, kytice pro maminky a družičky, výzdobu stolků, dekorace vozidel i svatebního místa. S Monikou máte jistotu, že budete mít přímo dokonalý květinový servis, který učiní nejen Váš den, ale i Vaše svatební fotografie naprosto jedinečné.

KAPLE SV. TEREZIE

Vojanovy sady, Praha 1
Tel.: +420 221 097 688 (rezervace termínů)



Kaple, zasvěcená sv. Terezii, která před pouhými pár lety prošla nákladnou rekonstrukcí, stojí v zahradě bývalého kláštera karmelitánek, pro které byla sv. Terezie z Avily významnou světící. Kaple je barokní z první poloviny 18. století a nachází se v krásném prostředí Vojanových sadů, které jsou historicky nejstarší zachovanou zahradou v Praze (první zmínky pocházejí ze 13. století!). V případě zájmu o svatební obřad v této malebné lokalitě je dobré jednat s velkým předstihem. Matrika Prahy 1 již pár let jede doslova „na plný plyn“ a zájem svatebčanů nepolevuje.

| M Í S T O |

NA KTERÉ NEZAPOMENETE



Poblíž Prahy, v srdci malebné krajiny Benešovska, jsme pro vás vytvořili výjimečné místo stvořené pro neopakovatelnou svatbu.

Resort nabízí **31 dvojlůžkových pokojů** ve vysokém 4* standardu, výbornou gastronomii až pro 130 hostů. Nabízíme jízdu ve svatebním kočáře a celou řadu dalších služeb pro snoubence i svatební hosty.

Pokud si před svatbou chcete užít soukromí, rezervujte si **Romantic Spa**. Zde na vás čeká mimo jiné privátní sauna, ochlazovací kád', vířivka pod širokou oblohou, hydro lůžko a vana pro dva.

Součástí hotelového komplexu je vašim svatebním hostům k dispozici řada aktivit jako například – **venkovní bazén, možnost dokonalé relaxace ve Spa a Wellness, fitness, bowling, tenisové kurty, projíždky na lodkách, rybaření, návštěva Ekocentra**.

Dále nabízíme nově 9jamkové veřejné **golfové hřiště** PAR 28.

Na Čapím hnízdě je naším krédem osobní přístup k hostům. A ve svatební den to platí dvojnásob. Jen tak se může stát tím nejkrásnějším ve Vašem životě.



ČAPÍ HNÍZDO | DVŮR SEMTÍN 1 | 259 01 OLBRAMOVICE
T: +420 317 716 211 | E: INFO@CAPIHNIZDO.CZ
WWW.CAPIHNIZDO.CZ


ČAPÍ HNÍZDO
PLACE WITH A GREAT SPIRIT



Kde jinde si říct své ano než právě na Petříně? Zajistíme svatbu na klíč. Se svatbami máme dlouholeté zkušenosti a vždy se snažíme vyjít maximálně vstříc Vaším požadavkům. Prožijte svoji svatbu snů u nás, na místě všech zamilovaných.

Petřínské Terasy

www.petrinsketerasy.cz, Petřínské sady 393,
Praha 1 - Malá Strana, Tel.: +420 257 320 688



SVATBA NA ZÁMKU V PRŮHONICÍCH

- civilní, církevní nebo symbolické svatební obřady
- obřady v Rytiřském sále nebo na vyhlídkové terase Malého nádvoří
- areál Průhonického parku – památka UNESCO a Národní kulturní památka
- možnost pořádání hostiny v Rytiřském sále a přilehlých salóncích
- pouze 5 km od Prahy
- doporučíme osvědčené dodavatele cateringu, květin či hudební doprovod

Zámek 1, 252 43 Průhonice, tel: 602 603 073, e-mail: zamek@ibot.cas.cz
www.zamekpruhonice.cz, Botanický ústav AV ČR, v.v.i.,



Romantické zimní

SVATEBNÍ OBŘADY NA ZÁMKU ŠTÍŘÍN



Řekněte své ANO na zámku Štířín, v barokní kapli, či v romantickém altánku na zamrzlém rybníce. Zimní svatební obřady mají krásnou atmosféru jako z pohádky o Popelce a jejich popularita rychle roste. Zarezervujte si včas Váš ideální termín. Těšíme se na Vás!



ZÁMEK ŠTÍŘÍN
★★★★
HOTEL

Získejte více informací u našich
svatebních specialistů:

svatby@stirin.cz
Tel.: 255 736 238 / 233 / 209
www.stirin.cz
www.facebook.com
/HotelZamekStirin

Vše se točí kolem Vás

NOVĚ OTEVŘENO

CAFÉ RE:PUBLIC

Petřínské sady 633, Praha 1 - Malá strana
Tel.: +420 602 274 622, www.caferepublic.cz



Kavárna Café Re:public vznikla na místě staré rozvodny Českých radiokomunikací, v těsné blízkosti Petřínské věže. Nehezka, anonymní budova se tak proměnila v otevřenou, třípatrovou kavárnu a bistro s výhledem na rozhlednu a okolní restaurovaný park. Industriální kavárna nabízí posezení v patře proskleném ze všech stran tak, aby měl host bezprostřední kontakt s okolním parkem. Krásný výhled je i ze střešní terasy, kde si můžete vychutnat jídla z grilu a širokou nabídku nápojů.

OH DEER BAKERY 2

Purkyňova 2, Praha 1
Tel.: +420 722 057 814, www.ohdeerbakery.cz

Každý podnik potřebuje dobrý nápad. Když majitel Oh Deer Bakery pověsil na hřebík nudnou práci v kanceláři, netušil ještě, že jeho pokusy s unikátní kroblihou (croissant + kobliha) budou mít za pár měsíců obrovský úspěch. Sociální síť a osobní doporučení těch, co ji ochutnali, udělaly svoje a krobliha začala dobývat českou gastro scénu. V současné době najdete kroblihu ve dvou provozovnách a to na Vinohradech v ulici Bělehradská a nově kousek od Národní třídy v ulici Purkyňova.



ATREA

Na Florenci 2116/15, Praha 1
Tel.: +420 602 744 837, www.restauraceatrea.cz



Nově otevřená Restaurace Atrea, která sídlí v samém srdci Florentina, se zaměřuje na kvalitní kuchyni tradičních receptů. Můžete zde poobědvat pečená kuřecí křídla na chilli a medu, klasický vepřový steak, filátko ze pstruha nebo hovězí roštěnou na žampionech. Nechybí nabídka salátů. Listový salát s grilovaným kozím sýrem nebo oblíbený Caesar v tradiční verzi s kuřecím masem nebo v méně tradičním provedení s krevetami. Široká nabídka alkoholických i nealkoholických nápojů je samozřejmostí.

BANH MI MAKERS

Dlouhá 39, Praha 1
Tel.: +420 608 967 210, www.banhmimakers.com

Tradiční vietnamské bagety Banh Mi zde pečou několikrát denně, abyste dostali svou banh mi vždy čerstvou a přesně podle tradičního receptu. Kromě Banh Mi vám zde rádi nabídnou i další vietnamská jídla. Pochlubit se mohou tradičním Pho, které připravují z dvanáctihodinového vývaru, nebo rýžovými rollkami Banh Cuon. V nabídce rozhodně nechybí ani saláty jako Bunbonambo, nebo oblíbený Chefs salad s mangem a krevetami. V nabídce také najdete vždy čerstvé freshe, vietnamskou kávu i spoustu dalšího.





Rodinný pivovar Berounský medvěd slaví 20let od znovuootevření. Tento jedinečný “pivovarský skanzen” nabízí k prohlédnutí varny piva na přímý otop dřevem. Pivo je vyráběno spodním kvašením z tradičních surovin: pitné vody, hlávkového chmele, pivovarských kvasnic a ječného sladu vlastní výroby. V současnosti nabízíme 8 druhů piv v naší pivovarské restauraci a to i s sebou. Prostor restaurace a salonku je vhodný pro firemní i soukromé akce, teambuilding, svatby, exkurze pivovaru a další ...Pivovar Berounský medvěd leží na trase turistických cest do chráněné krajinné oblasti Český kras a do Křivoklátské vrchoviny. Dostupnost pivovaru je 20 minut z Prahy po dálnici D5, sjezd Beroun - centrum, nebo 2 minuty od vlakového a autobusového nádraží.

Pivovarská restaurace
Tyršova 135, Beroun
Tel.: +420 311 625 239
www.berounskymedved.com



VINOHRADSKÝ BURGER BAR

Vinohradská 67, Praha 2

Tel.: +420 222 250 624, www.vinohradskyburgerbar.cz



Kde jinde si dát poctivý lahodný burger na Vinohradech, než v podniku s názvem Vinohradský Burger Bar? V podniku připravují všechna jídla pouze z čerstvých surovin. Hovězí burgery tvoří vyzkoušená a neustále zdokonalovaná směs mas, jejímž základem je stařený (neboli vyzrálý) Chuck roll. Standardní úpravou je zde medium ale přání hosta je samozřejmě vždy na prvním místě. V restauraci čepují pivo ze svého Uhříněveského pivovaru který byl oceněn jako nejlepší nový minipivovar v roce 2016.

ZVONICE

Jindřišská věž, Praha 1

Tel.: +420 224 220 009, www.restaurantzvonice.cz

Okouzující restaurant v centru Prahy, který vás rázem přenesle do minulých časů. Najdete jej v horních patrech Jindřišské věže, v místech bývalé zvonice, odkud se vám naskytá úžasný pohled na okolní historické budovy. Zvonice se stala díky preciznímu interiéru a špičkové gastronomii již několikrát vítězem prestižních gastronomických soutěží (mimo jiné získala ocenění Gurmán, Grand Restaurant a Square Meal). Restaurace je atraktivním místem pro romantickou večeři i drink s přáteli.



CARLLINO

Thámova 26, Praha 8 - Karlín

Tel.: +420 222 311 522, www.carllino.cz



Italská restaurace Carllino nabízí kromě výborné pizzy, které tady pečou tak, jak se má, tedy v kamenné peci, tradiční italské domácí těstoviny nebo vynikající hovězí steak. Vyplatí se vyrazit do Carllina již před polednem na bohatá snídaňová menu, která perfektně nastartují do nového dne. Nesmíme zapomenout ani na znamenitou italskou kávu a lahodné dezerty. O Štědrém dnu bude servírována lahůdka francouzské kuchyně šneci po burgundsku. Carllino se nachází pár kroků od metra Křižíkova.

RUSTICA

Opletalova 36, Praha 6

Tel.: +420 224 234 868, www.rustica.cz

Pizzerie jako každá jiná? Kdepak! V Rustice ochutnáte originální italskou domácí kuchyni díky výrobě vlastních těstovin a vysoké kvalitě surovin, které jsou téměř všechny dováženy přímo z Itálie. Z tradiční pece na dřevo můžete ochutnat největší pizzy v Praze za cenu běžných. Výhodou je i lokalita. Podnik se nachází pouhých pár kroků hned od dvou vlakových nádraží (Hlavního a Masarykova), o tramvaji a metru nemluvě. Rustica byla oceněna mnoha certifikáty kvality a spokojenosti hostů.





**MERKUR
CASINO**



Největší a nejluxusnější kasino v Praze!

Otevřeno NON-STOP!

Luxusní zábava ve stylovém prostředí!

Nejlepší bonusový program a zákaznický servis!

Atraktivní živá hra a 230 VLT!

Merkur CASINO, CENTRUM Černý Most

Přijďte se přesvědčit!

Více na www.merkur-casino.cz,  Instagram

www.facebook.com/MerkurCasinoCR

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost.

Zákaz účasti na hazardních hrách a registrace osob mladších 18 let.

ZINC RESTAURANT

V Celnici 7, Praha 1

Tel.: +420 221 822 300, www.hiltonpragueoldtown.cz



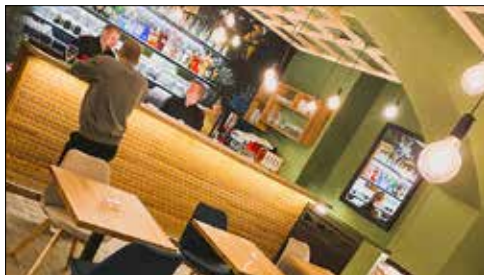
Kosmopolitní atmosféra restaurace Zinc vychází přímo z kuchyně. Mezinárodní kulinářský tým přichystá Vaším chuťovým pohárkům nejen cestu na světová místa, ale také připraví jedinečné delikatesy z domácí kuchyně. Interiér restaurace byl navržen předním designérem Davidem Collinsem, který se nechal inspirovat tradiční pražskou architekturou s prvky českého modernismu, kubismu a art deco. Náš tým Vám s radostí umožní prožít jedinečný zážitek a vždy Vám doporučí něco delikátního.

BOWL & TONIC

Slavíkova 15, Praha 2

Tel.: +420 223 557 550, www.bowlandtonic.cz

Unikátní kombinace originální, čerstvé a zdravé kuchyně inspirované celým světem a neméně originálních nápojů. Bowl: Představují vše, co taková Jungle může nabídnout. Pestré a chuťově vyvážené pokrmy poskládané z nejkvalitnějších a nejčerstvějších surovin. Fusion cuisine vycházející z různorodosti receptů celého světa. Tonic: Bohatý výběr se specializuje především na variace míchaných drinků se základem v rozmanitých chutích Toniců. V kombinaci s ginem, vodkou, whiskey, porto a mnohem více.



MUSA RESTAURANT

Na Betonce 114/2, Praha 5 - Radotín

Tel.: +420 222 367 730, www.musa-restaurant.cz



Na restauraci Musa spojila své síly specializovaná lyžařská a cyklistická prodejna Ski a BikeCentrum Radotín a Musa Catering. Restauraci najdete přímo v srdci Radotína v rekonstruovaném areálu bývalé Vindyšovy továrny na telocvičné nářadí z roku 1910. Jen malý kousek od vlakového nádraží a krásné přírody v okolí Berounky. Ideální místo na výlet! Tomáš Mezera, šéfkuchař - Osm let pracoval pro restaurace Riccarda Lucqueho, poslední dva a půl roku přitom jako šéfkuchař jedné z jeho restaurací La Bottega.

ČERVENÝ JELEN

Hybernská 1034/5, Praha1 - Nové město

Tel.: +420 724 617 696, www.cervenyjelen.cz

Červený Jelen, je od podzimu 2019 nová katedrála pilsnerského piva v nádherném prostoru Šporkovského paláce v centru Prahy, která v sobě kombinuje ducha tradičních českých hospod s moderním pojetím gastronomie i servisu. Za Červeným Jelenem stojí lidé ze skupiny Hospodska, kteří milují dokonalé pilsnerské pivo, skvělé jídlo a perfektní servis. Šéfkuchařem Červeného Jelena je Marek Fichtner a provoz řídí Radek Tureček. Osobitě menu z tradičních surovin a vyzrálých mas z unikátního grilu.



BARY

AUTENTISTA

Řetězová 10, Praha 1

Tel.: +420 602 587 827, www.autentista.com



Autentista je nový wine & champagne bar v samém srdci Starého města. Nabízí ta nejosobitější naturalní vína z Čech, Moravy a dalších zemí jakou jsou Itálie, Francie, Rakousko, Německo, Maďarsko, Slovensko, Gruzie. Autentista odkazuje svým názvem k autentickým vínům a k jejich tvůrcům – vinařům Autentistům, kteří připravují osobitá, přírodní vína s respektem k životnímu prostředí a jimž jsou průmyslové metody pěstování a zpracování hroznů naprosto cizí. K vínům zde podávají pečlivě vybrané sýry, paštiky či uzeniny.

SAINTE CLAIRE DIVINE

Liborova 463/13, Praha 6

Tel.: +420 773 744 699, www.restaurantzvonice.cz

Nově otevřenou útulnou vinárnu Sainte Claire divine najdete v původní historické zástavbě Břevnova. Kvalitní vína si zde můžete vychutnat v nově zrenovovaném prostředí a citlivě zařízeném interiéru. Atmosféru dotváří i občasná živá hudba. S výběrem té správné láhve k vašemu posezení vám samozřejmě ochotně poradí zkušený personál. Navzdory tomu, že jde o velmi mladý podnik, se již těší velkému zájmu milovníků vína, je proto lepší si návštěvu dopředu pojit telefonickou rezervací.



prosinec 2019 / únor 2020 |   PRAGMOON

ITALIANO RUSTICA® RISTORANTE PROVĚŘENÁ KVALITA



NEJVĚTŠÍ PIZZY V PRAZE VLASTNÍ VÝROBA TĚSTOVIN



MÁME PRO VÁS SPOUSTU DROBNÝCH PŘEKVAPENÍ!

Opletalova 36,
Praha 1

☎ 224 234 868

www.rustica.cz

PASTA FRESCA

RUSTICA®

VÝROBA TĚSTOVIN

NEJLEPŠÍ SPOJENÍ PŘÍMO NA
METRU B, C, TRAMVAJI A VLAKU!

KONCERTY V KLUBECH

BONNIE TYLER V LUCERNĚ

Lucerna - Velký sál, Praha 1
29. března 2020, 19:00
Cena vstupenek: od 1090 Kč



Velký sál Lucerny pravidelně hostuje koncerty všech žánrů a hvězd hudebního nebe. Atmosféra Lucerny je prostě jedinečná, takže se není čemu divit, že si právě toto místo na svém posledním turné vybrala pro zastávku v Praze velšská zpěvačka Bonnie Tyler, která je známá svým charakteristickým chraplavým hlasem. Své hity předvede českým fanouškům 29. března a přirozeně během večera zazní i píseň Total eclipse of the hearth, která patří k těm nejoblíbenějším.

ADAM BEYER V "MALÉM"

SaSaZu, Praha 7
14. února 2020, 22:00
Cena vstupenek: od 790 Kč

Doslovné ztělesnění techna a legenda elektronické hudby. To jsou nejčastější přirovnání, která používají hudební publicisté píšíci o švédském rodáku Adamu Beyerovi, který již přes dvacet let víkend co víkend „headlinuje“ těm nejprestižnějším festivalům na světě. Legendární producent a Dj se do České republiky zatím podíval jen na velké festivaly a výjimečně na halové akce. Nyní dorazí poprvé do klubového prostředí pražské SaSaZu s omezenou kapacitou.



CAFÉ S MUCHOU

Café V lese, Praha 10
5. prosince 2019, 18:00
Cena vstupenek: 300 Kč



Brněnská pseudopunková formace Mucha, složená okolo zpěvačky Nikolý Muchy, vydala 18. října novou, již čtvrtou desku s názvem Tos posrals. Album plné veselých opilých návratů domů, hormonálních i kytarových disharmonií a arytmií, obligátních výčitek a nadávek, léčivých tónů, falešných nadějí a radosti ze života. K albu jede kapela i stejnojmennou tour, v rámci které vystoupí v pražském Café V lese, a to 5. prosince.

ZRZAVÉ FUTURUM

Futurum Music Bar, Praha 5
12. února 2020, 20:00
Cena vstupenek: 580 Kč

Gavin James, původním jménem Gavin Wigglesworth, pochází z rodiny hudebníků. Už v 8 letech založil svou první rockovou skupinu a začal psát vlastní texty. Velmi rychle se vydal na sólovou dráhu a první song na sebe nenechal dlouho čekat. Na turné předskakoval velkým hvězdám jako je Ed Sheeran, Sam Smith nebo Kodialine. Úspěch se dostavil v roce 2015, kdy vydal své první album a druhým albem z roku 2018 své kvality potvrdil.



NOVÉ MÍSTO PRO FIREMNÍ AKCE V PRAZE

FIREMNÍ AKCE - TEAMBUILDINGY -
VÁNOČNÍ VEČÍRKY - KONFERENCE

Jedinečná týmová zábava!

-  Originální konferenční prostory v industriálním stylu
-  Zajištění ubytování v partnerských hotelech
-  Skvělá dostupnost MHD, vlastní parkoviště
-  Originální doprovodné programy
-  Delikátní catering

IT'S PARTY TIME!



Určitě jste si nemysleli, že Vás v tom necháme! I le-
tos jsme si do našeho finálního čísla připravili se-
znam míst, kde si můžete užít pořádný večírek a tím
udělat pomyslnou čáru za dalším rokem. Jen mys-
lete na to, že po něm stále nejspíš budete vádat ty
samé lidi, chodit na stejná místa, do té samé práce a
podobně. Takže uvolnit se, ale ocamcat - pocamcat.

th.

FUTURENTO

Na Harfě 916/9a, Praha 9 - Vysočany
Tel.: +420 603 220 142, www.futurento.cz

Laserové bludiště, nafukovací atrakce, trampolíny,
překážkové dráhy, logické úkoly, nejnovější
technologie, tím vším je nové unikátní zábavné
centrum v Praze Futurento. Tato novinka je přímo
stvořená pro jedinečné oslavy. Nabízí úžasnou
týmovou zábavu, originální prostory, v případě zájmu
občerstvení či doprovodné programy. Připraví akci
na klíč a vyhoví jakýmkoliv požadavkům. Velkou
výhodou je skvělá dostupnost MHD či autem. Areál
disponuje dostatečně velkým parkovištěm.



DYNAMO RESTAURACE

Pštrossova 220/29, Praha 1
Tel.: +420 224 932 020, www.dynamorestaurace.cz



Pokud si chcete užít opravdu luxusní večírek v centru
Prahy a potrpíte si na ekkluzivní dojem v jedinečném
prostředí, vyberte si k oslavě restauraci Dynamo (na
jejím designu se podílelo například vřehlasné studio
Olgoj Chorchoj či Aleš Najbrt). Moderní podnik
kousek od Národního divadla nabízí speciality
Evropské kuchyně, obrovský výběr vín z Moravy a
světa i vegetariánská jídla. V Dynamu máte jistotu, že
váš večírek dostane unikátní nádech, kdy jde dokonalý
servis ruku v ruce s uchvacujícím prostorem.

FUNPARK ŽIRAFA

Obchodní 106, Čestlice
Tel.: +420 724 399 744, www.zirafapraha.cz

Narozeninovou oslavu jako z filmu mohou vaše děti
zažít ve Funparku Žirafa v Čestlicích. Oslavenci a
jejich kamarádi si u nás užijí stálé atrakce pro děti
všeho věku. Kromě toho je možné taky připravit
třeba speciální narozeninové vystoupení kouzelníka
či klauna a celou oslavu si nechat zdokumentovat
profesionálním fotografem. A protože děti v Žirafě
rozhodně nedokáží ani chvíli posedět, připravíme
pro ně taky dobré občerstvení na doplnění energie -
včetně parádního narozeninového dortu.



SILVESTR NA CHATEAU MCELY

Mcely 61, Mcely

Tel.: +420 325 600 095, www.chateaumcely.cz



Večer inspirovaný legendární hudbou skupiny ABBA, filmem „Mamma Mia!“ a jeho letní atmosférou. Taneční show, středomořská lehká gastronomie, působivá hudba vybízející k tanci a především pohodová nálada poslední noci roku 2019! Program je moderován v českém jazyce manžely Terezou a Lukášem Tomanovými. Zpracování inspirované tematikou filmu Mamma Mia! v uměleckém zpracování Chateau Mcely. Chateau Mcely si vyhrazuje právo na změnu programu i odchýlení se od reality.

PRAŽSKÝ VIDEOMAPPING

Václavské náměstí 68, Praha 1

www.praha.eu

Praha nepřivítá rok 2020 tradičním ohňostrojem, ale videomappingem. Vzbudila tím nemalé pozdvižení na internetu, současně se ale města mnozí lidé zastali, přičemž na tradiční ohňostroj se nakonec peníze nepodařilo vybrat, čímž pražané jasně řekli, na jaké straně stojí. Novoroční videomapping se bude promítat na historickou budovu Národního muzea a bude vyprávět obrazový příběh doprovázený hudbou o Praze jako moderním městě přátelském k životu. Promítání proběhne od 18, 19 a 20 hodin.



KOMPAKTY



VŠE SKLADEM

ŘÍMSKÉ SVÍCE



Nafukujeme
balónky heliem



Sestavujeme ohňostroje na jedno zapálení.

Velký výběr zábavné pyrotechniky, odběr osobně nebo do 48h doručíme.

MARTHYpyro

Těšíkova 986/4 Praha 4 – Kamýk

Tel.: +420 222 726 490

www.marthypyro.cz

OSLAVY

EPIC PRAGUE

Revoluční 1003/3, Praha 1 - Staré město
www.epicprague.com



Zapomeň na předražené silvestrovské párty, protože v Epicu přivítáme nový rok 2020 opravdu epicky! Žádné formální oblečení či večere, v nejmodernějším klubu v Praze bude Silvestr jeden obrovský mejdan! O to se postarají naši resident DJs Manene, Richard Reynolds, Bon Finix and Pauli Gabrieli. Akce startuje v deset večer a pojede se až do ranních hodin (oficiálně do pěti, ale pokud pohládne dobrá nálada, nepochybně se nikdo na hodinky dívat nebude). Běžný vstup za 499, pro zmlsanější VIP za 999.

BEEFHOUSE PRAHA

Mlynářská 3, Praha 1
Tel.: +420 296 150 153, www.beefhouse.cz

BeeffHouse Praha nabízí uvolněnou atmosféru typickou pro restaurace zaměřené na steaky, moderní interiér i přátelské ceny. Jedná se o jednu z nejlépe hodnocených restaurací v této lokalitě, která je vyhledávána pro prvotřídní pokrmy z masa a domácí hranolky. Je to skutečný klenot ukrytý v Mlynářské ulici nedaleko Petřského náměstí. Svou klidnou polohou v centru Prahy je bistro designované ve francouzském stylu ideálním místem pro nezapomenutelnou silvestrovskou noc.



GRAND CRU

Lodecká 1181/4, Praha 1
Tel.: +420 775 044 076, www.grand-cru.cz



Užijte si poslední den v roce ve znamení luxusní večere z kuchyně šéfkuchařů Svatopluka Hemmera a Saši Pavloviče doplněné viny uznávaných vinařství. Vychutnejte si jedinečnou atmosféru magické noci v barokním domečku. Od půl šesté si budete užívat jednu lahůdku za druhou (např. terina z foie gras, mořský jazyk nebo telecí polévka). Čeká na Vás výjimečný gastronomický zážitek jen pár kroků od Petřského náměstí. Cena za osobu je 4990 korun a prostor není nafukovací. S rezervací proto neotálejte.

LA CASA ARGENTINA

Dlouhá 30, Praha 1
Tel.: +420 602 360 060, www.lacasaargentina.cz

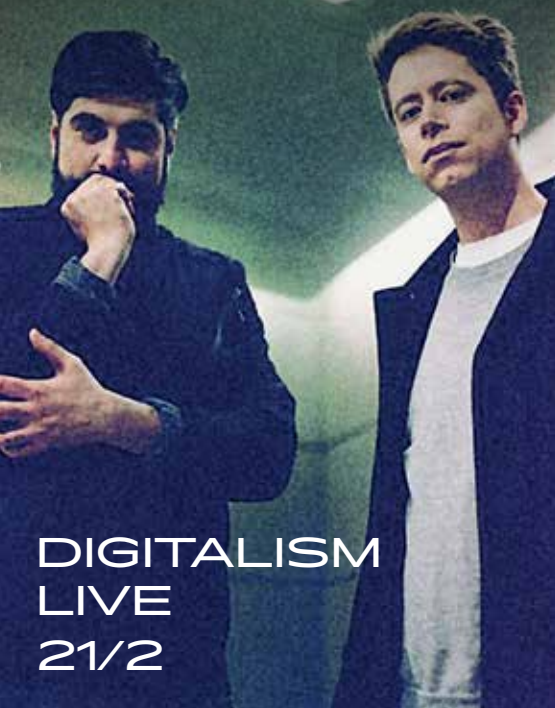
V Dlouhé ulici proslulé rušným nočním životem nalaznete i argentinskou restauraci La Casa Argentina, která je ideálním podnikem pro bujarou silvestrovskou oslavu. Restaurace nabízí několik stylových salonků a barů, úžasný dětský koutek, autentickou argentinskou kuchyni společně s vynikajícím servisem. Hosté se mohou těšit na živou hudbu, hříšné tango nebo představení iluzionisty. Návštěvník může vybírat z několika pečlivě sestavených silvestrovských menu, jejichž cena je od 2400 do 3500 Kč.



31/12
NYE

NEW YEAR'S EVE
**COSMIC
LOVE**
2019

ROXY
P R A G U E



DIGITALISM
LIVE
21/2



1/2
PALMS
TRAX



TONES AND I
24/3

BRNĚNSKÉ VÁNOCE VÁNOCEMI NEKONČÍ!

www.brnenskevanoce.cz

29. 11. 2019 – 5. 1. 2020



Brněnské vánoční trhy jako místo setkávání s vašimi blízkými. Kouzelná atmosféra, živá hudba, gastronomické požitkářství, zábava pro rodiny s dětmi. Zážitek – to je oč v Brně jde především. Užijete si adventní živé centrum hned na několika náměstích. A pozor – na dvou zůstanou stánky s občerstvením až do 5. ledna! Nechte se přenést do nového roku na křídlech Brněnských Vánoc. S dobrým drinkem v ruce, ve společnosti rodiny či přátel, ve vánočně vyzdobené moravské metropoli, ale bez předvánočního shonu.

ZRUČ NAD SÁZAVOU

Tel.: +420 327 531 329, www.mesto-zruc.cz

1. 12. 2019 – 20. 12. 2019



Adventní čas ve Zručí nad Sázavou letos odstartuje 1. prosince Předvánočním jarmarkem. 5. prosince se můžete těšit na koncert skupiny "Roháči", 13. si poslechnete koledy skupiny "Diogenes", 14. se zaposloucháte do zpěvu "Vánoční Rybovy mše" a 15. se pobavíte u pohádky "Hodinářův učen" v kině. Adventní akce zakončí 20. prosince "Vánoční vytrubování" Zručské desítky. Určitě nezapomeňte navštívit zdejší romantický zámek, který nabízí procházky v zámeckém parku i výstup na rozhlednu Babka (otevřena každý den, vstup zdarma).

SKI AREÁL KUBOVA HUŤ

www.ski-kubovka.com

Ski areál Kubova Huť je určen všem milovníkům sněhu a zimních sportů. Středisko je tvořeno čtyřmi sjezdovkami, lyžařskou školou, půjčovnou sportovního vybavení a kvalitním ski servisem. Přepřahu zajišťují dva vleký s celkovou přepravní kapacitou 976 osob za hodinu. Pro automobil můžete využít bezplatné parkoviště poblíž vleků. Fanoušci snowboardingu si jednoznačně zamilují moderní Snowpark se 3 skoky, 15 raily a miniparkem pro začátečníky. V případě dobrých sněhových podmínek je v prostoru sjezdovky Střecha dráha na ski&snb cross.



KOUZLO POLABÍ

Kolín, Lysá nad Labem

10. 12. 2019 – 14. 12. 2019

Centrem adventních oslav v Polabí je Kolín. Tam se chystají vánoční trhy, adventní koncerty či zastavení u vánočního stromu. Trhy budou probíhat na Karlově náměstí po dobu 5 dní, a to od úterý 10. do soboty 14. prosince 2019. Budou zaměřeny na prodej originálních řemeslných produktů, tradičních pochutin a občerstvení. Nedílnou součástí trhů bude také každodenní kulturní program. Z Kolína si pak můžete udělat, zejména s dětmi, výlet do Peček, kde uvidíte 7. a 8. prosince výstavu stovek modelů mašinek.



VÁNOČNÍ VÝLET ZA KARLEM IV.

www.muzeumkarlovamostu.cz

30. 11. 2019 – 8. 12. 2019



Vánoce s Karlem IV.? A proč ne. Projděte se centrem Prahy a až budete mít dost Staroměstských vánočních trhů, vydejte se Karlovou ulicí směrem na Karlův most. Na tradiční vánoční výstavě v Muzeu Karlova mostu budou k vidění unikátní betlémy, například Slaměný betlém v životní velikosti polského umělce Andrzeje Wrzeczionka, Vltavský rybí betlém zapsaný v České knize rekordů, Africký z ebenového dřeva, Námořnický, či betlém z kukuřičného šustí. Výstava bude tento rok doplněna o historii vánoční hudby.

ZIMA V LEDNICI

www.lednice.cz

14. 12. 2019 – 15. 12. 2019



Prožijte adventní čas v klidné zimní atmosféře starobylého města Mikulova a udělejte si radost malými dárky z vánočního jarmarku. Blízký zámek Lednice, skromné to venkovské sídlo rodiny Lichtenštejnů, vás zase zve na zimní prohlídky nádherných interiérů. Pobyt v Lednicko-valtickém areálu můžete ještě okořenit plavbou s vůní svařeného vína po řece Dyji k Janohradu anebo návštěvou zámekského skleníku, kde pořád něco kvete! Slavnostní rozsvícení vánočního stromu se bude letos konat na náměstí v neděli 1. prosince v 17:00 hodin.

ADVENT NA ZÁMKU VELTRUSY

www.zamek-veltrusy.cz

26. 11. 2019 – 16. 12. 2019

Jak se na zámku slavilo před sto lety Vánoce? Vydejte se na návštěvu k paní hraběnce a panu hraběti a podíváme se, co pro ně znamenaly vánoční svátky, jak je prožívali a jaké drželi zvyky. Program je určen dětem z mateřské a základní školy, srovnáme význam a smysl vánočních svátků tehdy a dnes, přiblížíme si postavu Ježíše a duchovní a rodinný rozměr Vánoc. Okrajově zmíníme zvyky a vánoční pokrm, které děti mohou porovnat s dnešními, a nechybí ani hudební a dramatická složka programu.



VÁNOČNÍ TRHY OPAVA

www.opava-city.cz

24. 11. 2019 – 23. 12. 2019

Mezi nejoblíbenější akce v Opavě patří bezesporu každoroční slavnostní zahájení s rozsvícením stromčku a ohňostrojem, tradičně nechybí velké koncerty, ale ani vystoupení místní dětských pěveckých sborů, folklórních souborů, cimbálových muzik, divadelní představení a další. Důležitou součástí programu jsou také lidové tradice a zvyky, každoročně nechybí ani historické řemeslné městečko, které vždy na několik dní vyroste na náměstí. Unikátem opavských vánočních trhů je také originální dřevěný betlém, který se každým rokem rozrůstá o nové postavy.



ANDĚLSKÁ HLUBOKÁ 2019

www.zamek-hluboka.eu
24. 11. 2019 – 31. 12. 2019



Obyvatelé i návštěvníci pětitisícového města Hluboké nad Vltavou se mají na co těšit. Program je natolik pestrý, že si vybere každý. Vánočně laděné akce připravili členové místních spolků i profesionálové z kulturních institucí. Uskuteční se na několika místech ve městě, především na hlavním pódiu na náměstí, ale i na zámku, v kostele, v zoo, Alšově jihočeské galerii nebo v Knížecím dvoře. Andělská Hluboká zahajuje už týden před začátkem adventu – v neděli 24. listopadu tradičním adventním trhem v Knížecím dvoře.

VÁNOČNÍ POHÁDKOVÁ KOVÁRNA

www.pohadkovakovarna.cz
23. 11. 2019 – 30. 12. 2019

Navštivte pohádkový svět Vánoc se spoustou ozdobených živých stromčků. Uvidíte ozdoby z různých přírodních materiálů, betlémy i andělské scenérie a poznáte české vánoční zvyky a tradice. V tvořivé dílničce si mohou děti i dospělí vyrobit hezké vánoční dekorace a dárky pro své blízké. Dospělí mohou ochutnat pekelně dobrý svařáček, menší návštěvníci dětský punč. V neděli 22. prosince se bude již tradičně před Pohádkovou kovárnou odehrávat Živý betlém – biblický příběh o narození Spasitele.



VÁNOČNÍ TRHY PLZEŇ

www.trhyplzen.cz
23. 11. 2019 – 23. 12. 2019



Působivou atmosféru vánočních trhů si můžete užít na náměstí Republiky v Plzni. Nejlépe je vypravit se na ně až k večeru, kdy se rozsvítí slavnostní výzdoba a historické domy na náměstí vytvoří trhům pohádkovou kulisu. Nebude chybět slavnostní rozsvícení vánočního stromu. Vánoční trhy nabídnou letos desítky stánků s řemeslnými výrobky i ukázkou řemesel a samozřejmě na trzích budou i dobře zásobené stánky s občerstvením a chutnými krajovými specialitami. Stánky budou otevřeny denně od 8 do 18 hodin.

TRHY NA PRAŽSKÉM HRADĚ

www.trhynahrade.cz
23. 11. 2019 – 6. 12. 2019

Jeden z největších a nejpůsobivějších hradních areálů na světě ožije opět vánoční atmosférou. Trhy se konají na malebném náměstí U Svatého Jiří. Poctivé svařené víno a tradiční vánoční speciality jsou samozřejmostí, naši prodejci vám však nabídnou i méně známé lahůdky. Více než 70 dřevěných stánků s tradiční tematikou nabídne vánoční pochutiny a především nezapomenutelnou vánoční atmosféru. Trhy budou umístěny na Náměstí u sv. Jiří a ve Stájovém dvoře, kam se dostanete z ulice U Prašného mostu.





Darujte pohodu
v TREE of LIFE



JAK ZHUBNOUT POVÁNOČNÍ KILA

V

šichni to dobře známe. Ať už se přes rok hlídáme nebo si všeobecně dopřáváme, na Vánoce jdou kila nahoru úplně všem.

Není to jen o tom, kolik jídla je najednou všude k dispozici. Jde i o to, že rodině se ne neříká.

A kdy jindy se společně sejít u bohatě zásobného stolu, než právě o Vánocích? Je to tradice a co si budeme povídat, i jedno z mála období, kdy jdou i ty největší sváry stranou. A pak přijde nový rok a najednou sčítáme ta prokletá kila na váze. Jak s nimi nejlépe zatočit? Samozřejmě cvičením. Ale to se každému nechce.

A proto si na následujících řádcích dáme pět základních pravidel, abyste své váze mohli opět pohlednout do očí. Štíhlíky to z Vás přímo neudělá, ale rozhodně se Vám bude hubnout snadněji.

1. ŽÁDNÉ HLADOVĚNÍ!

Jet v módu „nebudu jíst, budu hubnout“ rozhodně nefunguje, i když to může vypadat jako správná cesta. Ve skutečnosti to může mít opačný efekt. V důsledku drastické diety totiž budete mít jen neustálé hlad, takže je větší šance, že v noci vykradete ledničku. Dávejte přednost pravidelným porcím. Počítat každé sousto je nesmysl, lepší je jíst s rozmyslem a takzvané zbytečně neprasit.

2. BACHA NA STRES

Když už si budete odpírat, bacha na to, abyste se z toho zbytečně nestresovali. I to je totiž v(d)ěčný spouštěč obžerství. Pravda, existují lidé, kteří pod vlivem stresu zhubnou, ale to obvykle provází divoký jojo efekt a o to více pak přiberou. Takže pozitivně, s úsměvem a když už i s jídlem, menší porce.

3. HLÍDEJTE SI ČAS

Často v odborných publikacích zazní, že po osmnácté hodině večerní by měli jíst pomalu jen lidé se sklony k sebevraždě. To je samozřejmě pitomost. Podstatné není to, v kolik hodin si člověk dá poslední jídlo dne, ale jak dlouho tak učiní,

než sám půjde spát. Pokud například pracujete do dvou do rána, logicky nemá smysl od šesti večer hladovět. Prostě si pamatujte, že bohatě stačí, když nebudete jíst tři hodiny před spaním a nasnídáte se do hodiny po probuzení.

4. STŘÍDMÉ PORCE JAKO ZÁKLAD

To nejhorší, s čím se po Vánocích blbě srovnává, je roztažený žaludek. Tam, kde obvykle stačilo pět knedlíků, je najednou i dvojnásobek málo. Právě proto je potřeba žaludek stáhnout. Jak toho dosáhnout? Snadno. Stačí, když si budete na svých porcích postupně ubírat. Jistě, ze začátku to bude otrava a hlavně budete mít pocit, že jídla není nikdy dost. Ale žaludek Vás jen zkouší a když si jednou vystačil s menší zásobou, vystačí si znovu.

5. JEZTE PRAVIDELNĚ

Tohle by mělo vědět každé malé dítě a přesto na to zapomínáme - největším základem pro hubnutí je pravidelnost. A kromě jídla ve stejný čas byste se měli i každodenně hýbat. To neznamena, že se musíte hodinu denně potit ve fitku, ale ujít denně jednu zastávku tramvaje po svých udělá z dlouhodobého hlediska malý zázrak.

Víme, žádná revoluce, ale není na škodu si tyhle základy připomenout. A když nic, zapamatujte si slova Jiřího Sováka, že je třeba „přestat žrát, začít jíst“. V těch pár slovech je obsažená celá pravda.





JANA BURIÁNKOVÁ

Pracovník v sociálních službách

Jana Buriánková se svým manželem opustila Prahu, aby společně vybudovali integrační bydlení pro děti odchází z Dětských domovů, nebo pro osoby, jenž potřebují podporu v integraci do života.

Vše začalo v Dětském domově ve Staňově před 10-ti lety kde se Jana s dětmi seznámila a následně založila neziskovou organizaci, jenž pomáhá dětem z Domovů po celé republice.

Mezi dětmi z DD je velmi oblíbený projekt a v této době právě aktuální: **STAŇTE SE JEŽÍŠKEM DĚTEM Z DĚTSKÝCH DOMOVŮ**. Dětská přáníčka jsou vystavována na stránkách spolku VESPOJENÍ, z.s. www.vespojenios.cz a tzv. „Ježíškové“ si přání vybírají k jejich splnění.

Co Vás k tomuto nápadu přivedlo?

Vysoká empatie a dobrovolnické aktivity s dětmi z Domovů. Mohla jsem se tak osobně dotknout jejich osudů, jejich nelásky v rodinách, jejich odmítnutí, či upozádní. Mohla jsem si uvědomit na jakou těžkou cestu byly odkázány.

Technicky mne k tomuto nápadu přivedl vlastně administrativní systém webových stránek, jenž je vytvořen pro e-shopy. V tomto nastavení jsou okénka určená pro ukázku zboží a v nich jsem si představila každé to namalované přání od dětí, jenž tam vložím. Servis těchto stránek mi pomohl vše vytvořit přesně podle potřeby k tomuto projektu a tak se vše pěkně rozjelo:-)



Jak dlouho již tento projekt funguje?

Naši dárci se již VII. rokem stávají Ježíškové, aby splnili dětem jejich přáníčka a rozzáří na Štědrý večer mnoha dětských očí po celé republice

Kolik každý rok uspokojíte dětských přání? A na kolik se bohužel nedostane?

Každý rok se v průměru zapojuje kolem 45 dětských domovů, což je kolem 1100 dětí nakreslí svoje přání. Bohužel 100-200 dětí nenajde svého dárce/Ježíška.

NA SLOVÍČKO

Na slovíčko je nová rubrika, kde se ptáme Vás, našich milých čtenářů, co Vás v naší matičce Praze baví, co máte rádi, kam rádi chodíte nebo co máte či nemáte rádi na našem časopisu. Chcete, abychom krátký rozhovor do některého z dalších čísel udělali právě s Vámi? Jste náš pravidelný čtenář? Napište nám na info@pragmoon.cz do předmětu „na slovíčko“.

Co si děti nejvíce přejí?

Děti z domovů si přejí jako děti z rodin značkové oblečení, obuv a také rádi vše co je právě „IN“. Mnoho přání je pro využití volnočasových aktivit pro sport, um, či jejich koníčky. Malé děti si přejí autíčka na dálkové ovládání a holčičky panenky, či kočárky. Tento rok se objevily ve větším počtu lampičky na stůl, cestovní kufry. Děti, jenž se připravují Domov opustit si přejí vybavení do své připravované domácnosti.

Opakovaně je mezi přáníčky populární povlečení. Povlečení má totiž pro děti jedno skryté kouzlo. Povlečení je osobním majetkem dítěte, které se nemění ani nepůjčuje jiným dětem, je pro dítě přivítáním i osobním kamarádem před spánkem.

Jak se můžeme zapojit a některé přání dětem splnit?

Stačí si jen otevřít stránky VESPOJENÍ: www.vespojenios.cz a informace Vás už samyavedou k přáníčkům.

Každé splněné přání je nejenom radostí pod Stromčekem, ale i projeveným zájmem, který právě dětem z Domovů tolik chybí.

A co byste zmínila na závěr?



No přeci....budme všichni v dobrých záměrech a vztazích ve spojení, ať se nám uzdravuje naše společné soužití...

J.Buriánková, předsedkyně VESPOJENÍ, z.s.

REDAKCE
šéfredaktor: Tomáš Chvála
Nina Pešlová
Jana Hartmanová
Denisa Jeřábková
Michaela Dufková
redakce@pragmoon.cz

GRAFICKÉ ZPRACOVÁNÍ
Barbara Zelená
fotograf: Nina Pešlová

OBCHODNÍ ODDĚLENÍ
Obchodní ředitel:
Lukáš Buriánek
burianek@pragmoon.cz
Obchodník:
Michaela Kšandová
Roman Sobota

SOCIÁLNÍ SÍTĚ
Barbara Zelená
[@pragmoon](https://www.facebook.com/pragmoon)
[@pragmoon](https://www.instagram.com/pragmoon)

KOREKTURA
Monika Štásková

WEB
Jiří Valoušek

DISTRIBUCE
SPACE 4U

OBCHOD ZAJIŠŤUJE
Fiestis s.r.o

PragMoon

Časopis není volně prodáván.
Distribuván zdarma na vybraných místech.

Registrace: MK ČR E 19383

VYDAVATELSTVÍ
Fiestis s.r.o
Sokolovská 44, Praha 8
www.pragmoon.cz

Tel.: +420 223 011 218

Vydavatelství neodpovídá za obsah zveřejněné propagace.



Jsem člověk, který nikdy neodolá možnosti zkoušet nové věci, pokud jde o technologické vychytávky. Takže když se postupně začal rozpínat fenomén streamovacích služeb, přirozeně jsem je se zájmem sledoval. A došlo to do tak zajímavé fáze, že bych to rád probral.

Všichni jsme svého času takzvaně sosali vše možné. Hry, filmy, hudbu, ukradlo se, co šlo. Víím, že „ukradlo“ zní tvrdě, příliš příkře. Ale ať už si to malujeme jakkoli, nic jiného to v zásadě není. Pokud někdo vytvoří osobité dílo, právem za něj požaduje peníze. A pokud ho získáme ilegální cestou, je to zkrátka krádež, leč jsme jen klikli na soubor.

Ale nechci tu moralizovat. Protože jsme doslova všichni hodili kamenem. Chci mluvit o vývoji, který mě dostihl a ani jsem to nečekal. Bezpochyby v tom hraje roli zvědavost, přesto jsem překvapil sám sebe, jak přirozeně jsem přešel z jedné strany na druhou. Začalo to díky hudbě. To neustálé hledání správného, nezazipovaného, nezavírovaného alba, navíc ve formátu, který mi vyhovoval, byl očistec. A pak přišlo Spotify. Služba, která za necelé dvě

stovky nabízela prakticky nekonečnou knihovnu hudby (a prakticky vždy takové, jakou jsem hledal). Dvě stovky, co to je? Ani jsem se nenadechl a na jednu jsem s úplně stejnou samozřejmostí přijal Netflix. Ten nicméně z jiných důvodů. Pokud bylo Spotify ulehčením „hledání všeho“, Netflix jsem naopak cenil za unikátní obsah. Celková kniha od počátku nebyla extra velká (a není ani dnes), ale Netflix má tolik unikátního obsahu, že mi to za těch pár stovek stojí. A to samé HBO. A i když tam není vše, najednou mám k dispozici tolik filmů a seriálů, že už to pirátství vlastně nemá smysl. Jistě, není tam vše, ale je tam toho dost, abych v případě konkrétních chutí našel alternativu.

O svém definitivním přechodu jsem se ale přesvědčil až nedávno, kdy jsem si zařídil ještě službu Xbox Pass, což je (abych vás nenudil detaily) něco jako Netflix na hry. S tím, že těch her je tam cca 200 a některé fakt hodně nové. Znovu, existuje nekonečné množství věcí, co tam nejsou. Ale to, co tam je, mi bohatě na hodně dlouho vystačí.

Suma sumárum? Víc obsahu, než stíhám zkonsumovat, všechno legálně a za tisícovku měsíčně. A víte co? Nebojí to. Kdo by to byl řekl...

th.

Dárek, který těší a pomáhá lék Wobenzym®

Navíc ZDARMA dárek,
který doručíme až k Vám domů!!!

Při koupi nejméně 600 tablet léku Wobenzym
získáte poukaz na 1 dárkový set přírodní
kosmetiky Weleda v hodnotě cca 450 Kč.

**NEJMÉNĚ
600 TABLET = DÁREK**

Akce platí
1. 11. 2019 do 19. 1. 2020



nebo



nebo



Více na www.wobenzym.cz



Wobenzym je tradiční lék z přírodních zdrojů k vnitřnímu užití. Čtěte pečlivě příbalovou informaci.
MUCOS Pharma CZ, s.r.o., Uhřetěveská 448, 252 43 Průhonice. Konzultace s lékařem na tel.: 800 160 000.