

JAROLÍM MÁ VÝHRU AŽ NA JEDENÁCTÝ POKUS

FOTBALOVÁ BOLESLAV UKONČILA DLOUHOU ČERNOU SÉRII STRANA 8

metro



Pondělí, 1. března 2021

Č. 41, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek: Bedřich, Bedřiška

[mojemetro](https://www.instagram.com/mojemetro) | [denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)



Uzavřou se i továrny? Dnes rozhodne vláda

Březnové zpřísnění. Ode dneška se až na výjimky nesmí cestovat mezi okresy. **Roušky.** Lidé je mají nosit i na ulicích. **Riziková místa.** Do obchodů nebo MHD pouze s respirátorem. **Nakažení.** Přibylo jich STRANA 3



Umělci obsadili zlatou kapličku. V divadle se potkal rap s baletem

Přes dvě stovky účinkujících se zapojily do sobotního živého koncertu *Národ sobě – kultura tobě*, aby upozornily na stav, v němž se v pandemické době nachází česká kultura. Akce, která měla charakter multižánrového festivalu, se konala v historické budově Národního divadla. Program propojil zpěváky, tanečníky, hudebníky a herce i nejrůznější hudební styly od klasické přes taneční hudbu, pop, rap až po beatbox. Zahraničním hostem byla britská skupina Morcheeba, která se připojila na dálku. Na snímku je písničkář Pokáč se zpívající herečkou Annou Slováčkovou.

MAFRA



Krátko

Někdo chtěl zastřelit premiéra

Andreji Babišovi a jeho rodině někdo vyhrožoval likvidací. Uvedl to včera sám premiér v CNN Prima News. Policie ho informovala letos 8. ledna, poté střežila jeho dům. Dotyčný člověk byl zatčen ve Španělsku. „Muž je v současné chvíli stíhán vazebně,“ uvedla policie na Twitteru. Důvodem bylo prodloužení nouzového stavu a další opatření proti koronavirové epidemii. V době, kdy policie hlídala Babišův dům, poslal premiér svou ženu do Du-

baje. „Ano, protože se bála,“ řekl Babiš k jejímu povolenému odjezdu. **ČTK**

Blatný: Vakcíny ve skladech neležejí

Podle ministra zdravotnictví Jana Blatného očkuje ČR stejně rychle jako okolní státy a rozhodně není pozadu. „Výtky, že vakcína od AstraZenecy leží ve skladu, odmítám. Kraje ji šetří pro učitele a příští týden to poznáte na číslech,“ řekl Blatný. Podle něj je vakcína Pfizer použita téměř z 90 procent. O něco nižší je to u Moderny. **IDNES.cz**

Pomozte

Ministerstvo vnitra dalo vylepit v Česku tisíce plakátů vyzývajících k dodržování opatření proti šíření nemoci covid-19. Kampaní se sloganem Pomozte našim zdravotníkům apeluje na lidi, aby venku nosili respirátory, a pokud možno zůstávali doma. Ministerstvo se nechalo inspirovat obdobnou grafickou kampaní z Velké Británie. **ČTK**



Dohady kolem vakcíny Sputnik

Prezident vidí naději po létě. Chce ruskou vakcínu. Tu ale Češi sami schválit nemohou, tvrdí SÚKL.

Prezident Miloš Zeman očekává, že epidemie nemoci covid-19 skončí letos v září. Zdůvodňuje to tím, že podle jeho odhadu bude nejpozději tou dobou proočkována velká většina populace, tedy všichni, kteří to chtějí. Zeman v souvislosti s obavami lidí z vakcíny vyzval v televizi CNN Prima News k důvěře k odborníkům. „Málo vyzkoušená vakcína je vakcína, která neprošla certifikací. A vakcíny, jimiž se nyní očkuje, vesměs

byly schváleny Evropskou lékovou agenturou,“ řekl.

Zeman také poukázal na to, že nejde o první případ očkování. Připomněl například tuberkulózu, černý kašel nebo neštovice. Na tyto nemoci očkování zabralo a to je podle něj důvod očekávat, že zabere i nyní. K přísnějším opatřením, která v pátek přijala vláda, například k omezení pohybu lidí, Zeman podotkl, že se celou dobu zastával zpřísnění těchto opatření, i když ví, že se tím nestane populárním. Chápe podnikatele, kteří nelíbě nesou, že jsou jejich podniky uzavřeny.

Premiéroví Andreji Babišovi by také stejně jako prezidentu Zemanovi stačila v případě ruské vakcíny Sputnik V certifikace Státního ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL). Podle premiéra není nutné

Cítat

Věřím, že ta lehce dementní skupina, která to nechce, změní svůj názor.

MILOŠ ZEMAN, PREZIDENT

čekat na doporučení Evropské agentury pro léčivé přípravky.

SÚKL včera reagoval, že sám vakcíny registrovat nemůže, lze to jen centralizovaně v EU. Že by Česko mohlo využívat Sputnik, odmítl také ministr zahraničí Tomáš Petříček. Podle něj vláda nejednala o tom, že se prezident obrátí na svůj ruský přítel Vladimira Putina. „Předchozí vakcíny byly schvalovány Evropskou lékovou agenturou. Měli postupovat stejně,“ řekl. **ČTK a IDNES.cz**

INZERCE

KODL
GALERIE

www.galeriekodl.cz

JOSEF LADA: JARO, výtvarná cena: 1 100 000 Kč, dosažená cena: 2 500 000 Kč

PŘIJÍMÁME OBRAZY DO JARNÍ AUKCE

Tel.: +420 602 117 440 ■ Národní 7, Praha 1

SOLODOOR®
dveře a zárubně

AKCE DO 30. 4. 2021

2+1 ZDARMA

ZABOUCNĚTE SE

Krátké



Víkendové užívání na horách

ČTK

Poslední den

Lidé si o víkendu užili poslední chvíle před uzavřením okresů. To platí ode dneška. Tam, kde se lidé nyní nacházejí, musí na tři týdny zůstat.

Chcípl PES žádá zavřít i továrny

Členové protestní iniciativy Chcípl PES, která sdružuje podnikatele nesouhlasící s vládními opatřeními proti koronaviru, odmítají dodržovat nařízení, pokud se aspoň na 14 dní nezavřou velké výrobní

závody. Podle ní není možné, aby vláda postupovala nerovnoprávně – zatímco živnostníky uzavřela, závody a montovny jedou dál.

Trest pro Mynáře

Prezident Miloš Zeman potrestal kancléře Vratislava Mynáře za to, že navštívil fotbalový zápas. Sebral mu 100 % prémie, řekl prezident na CNN Prima News. Dále řekl, že i když i Roman Prymula tuto chybu udělal, chtěl by ho vzít k sobě jako nep placeného poradce přes epidemiologii. **ČTK**

Česko se probouzí do uzavřené pasti

Malý ostrůvek zkázy a beznaděje, hodnotí CNN boj s pandemií.

Česko se vrací do společnosti uzavřených zemí. O úplný lockdown se nejedná, neboť jede průmysl. Dnes by ale vláda měla jednat o uzavření méně důležitých podniků.

Nakažených a mrtvých v souvislosti s covidem-19 o víkendu opět přibývalo. Laboratoře v sobotu potvrdily 7798 případů, zhruba o tisíc víc než před týdnem. Mrtvých už je přes 20 tisíc.

Česko se kvůli neúspěšnému boji s pandemií stalo ostrůvkem zkázy a beznaděje, počty nakažených i obětí rostou do závratných výšin. Píše to v analýze stanice CNN, jež zkoumá, proč takový osud potkal právě relativně bohatou

Tři špatná rozhodnutí vlády. Nové povinnosti

1) Odmítnutí řídit se doporučením odborného panelu a znovu zavést povinnost nosit roušky loni v létě. 2) Znovuotevření obchodů před Vánoci. 3) A neschopnost reagovat na šíření nové mutace začátkem ledna, píše CNN.

• Platí nové zákazy. Omezení pohybu mezi okresy. V zastaveném území obce je povinné venku nosit minimálně zdravotnickou roušku. V místech,

kde je více lidí bez vzdálenosti dvou metrů, dále v MHD a dalších veřejných prostorách je povinná nanorouška nebo respirátor minimálně třídy FFP2.

• Otevřené jsou jen potraviny, lékárny, drogerie, optiky, benzinky, výdejny e-shopů, taxislužby, pohřební služby, servery telefonů a PC či venkovní prostory autoservisů. Vše ostatní včetně škol je v Česku uzavřeno.

zemi se silným zdravotnictvím. Podle CNN ke katastrofě vedly desítky menších pochybení, špatných rozhodnutí a komunikačních omylů. „Neexistuje důvod, proč by zrovna tento stát měl patřit k nejpostiženějším,“ píše CNN. Podle něj česká vláda operuje na základě nešťastné strategie a dělá rozhodnutí

založená na aktuálních kapacitách nemocnic, což znamená, že často přicházejí příliš pozdě. V Česku chybí i smysluplná finanční podpora, která by lidi motivovala dodržovat opatření včetně nařízené karantény. Problémem je také vymáhání restrikcí a šíření dezinformací a vnášení politických her. **IDNES.cz a ČTK**

INZERCE



JEN 5.–6. 3.

NEZMEŠKEJTE AKCI ROKU! POPRVÉ I ONLINE



Vyžádejte si **akční nabídku** online již nyní na **opel24hodin.cz**

Kombinovaná spotřeba 4,0–7,2 l / 100 km; emise CO₂ 104–163 g/km.



O P E L

„Nemáme teď kam utéci. Ani sami před sebou“

Tvrdí lockdown, home office. „Lidem zmizely pevné body v životě. Teprve se ukáže, jakou odezvu tato proměna reality celosvětově způsobí,“ říká deníku Metro psychoterapeutka Magda Bartošová. Lidskou psychikou, ale i pedagogikou se zabývá celý svůj profesní život. Studuje jungovskými orientovanou psychoterapii, pracuje v Agentuře pro sociální začleňování a také provozuje soukromou praxi v Praze 1.

Jak je na tom psychika lidí po roce různých omezení?

Svět se nám změnil před očima nevídanou rychlostí. S pandemií se ti, kdo v tom shonu měli málo času na všechno a na všechny, museli zničehonic zastavit a teď stojí a stojí. A jiní, kdo se z vlastního rozhodnutí nikam nehnali, nemohou čerpat podporu z mezilidských vztahů, které třeba kultivovali. Někteří trpí už jenom tím, že jim zavřeli kavárnu, kde sedávali a snili. Lidem zmizely ze života pevné body, které činily jejich svět do jisté míry uspořádaným, předvídatelným nebo prostě jen příjemným. Po roce v pandemii zkrátka počítáme ztráty, ať už své vlastní, nebo ztráty ostatních, o kterých třeba jen slyšíme.

Propadají lidi chmurným myšlenkám?

Taková dramatická proměna vnější reality nemůže zůstat bez odezvy ve světě vnitřním. Jaká ta odezva bude, třeba i globálně, to se teprve v plné síle ukáže. Zatím víme, že psychická zátěž v souvislosti s pandemií existuje, je mimořádná a prokazatelně způsobuje nárůst výskytu psychických poruch. V Česku se už skoro každý třetí dospělý potýká kvůli pandemii s duševním onemocněním, jak uvádí čerstvá studie Národního ústavu duševního zdraví.

Jak na lidi působí stísněný prostor, který teď nesmí kvůli lockdownu opustit?

Naše vztahy jsou teď jednoznačně pod zátěží: lidé často nemají kam utéci jedni před druhými ani sami před sebou. Pandemie představuje mimořádný tlak na naši adaptaci, vnější realita se zužuje a zplošťuje a my jsme o to více vystaveni té vnitřní, tedy



Psychoterapeutka Magda Bartošová

METRO

realitě svých vztahů a vlastního nitra. A tu je někdy velmi těžké snášet.

Jak se drží ti, kteří jsou stále dobře naladěni?

Pandemie je krutá k nemocným lidem, k některým profesním či věkovým skupinám. Nejvíce trpí ženy, méně kvalifikovaní zaměstnanci určitých profesí, senioři, nebo naopak mladí lidé. Takže být opravdu stále dobře naladěni může ten, kdo žije v popření nebo se o ostatní vůbec nezajímá. Přesto lze z výše uvedeného výzkumu dovodit, že více než dvě třetiny lidí zažívají duševní pohodu i v těchto podmínkách anebo alespoň nedali výzkumníkům zprávu o opaku.

Myšlí na lidi bez práce, jak tuto dobu snášejí oni?

Lidé bez práce nebo ti, kteří si museli výrazně snížit úvazek, mohou čelit strachu z budoucnosti, pocitům ztráty orientace a smyslu, cítit se znehodnoceni v očích svých i okolí. To všechno je obrovská psychická zátěž a my z dat i ze zkušeností víme, že v tom je pandemie dost vybíravá třeba tím, že více zasahuje ženy. Ty bývají v rodinách více zatíženy pečovatelskou

rolí a zároveň jsou mnohem zranitelnější na trhu práce, přičemž není mnoho rodin, které mohou jejich příjem dlouhodobě postrádat. Část žen tak v tuto chvíli trpí na prostým přetížením.

Jak to mohou zvládat zadlužení lidé, kteří nemohou plnit své závazky?

To se také bohužel často týká žen, hlavně samozvitelek. Trpí i lidé pracující v turistice, ve službách, gastronomii a podobně. Doufám, že celý ten pandemický šok nakopne do budoucna náš stát při tvorbě chytrých a zodpovědných politik zaměstnanosti, vzdělávání, bydlení nebo dluhů. Těmito tématy se dlouhodobě zabývá Agentura pro sociální začleňování, pro kterou na snížený úvazek pracuji. Teď jsem mimochodem zvědavá na šestidílný seriál novinářky Apoleny Rychlíkové Život během pandemie, který přinese Český rozhlas Plus. Je to dvacet příběhů lidí ovlivněných pandemií a zabaleny do širšího kontextu.

Jak tyto změny zasáhly školáky a studenty?

Někteří mladí lidé, možná hlavně ti s dynamickou a extrovertní náturou, mohou

Citát

V Česku se podle studie už skoro každý třetí dospělý potýká kvůli pandemii s duševním onemocněním.

MAGDALENA BARTOŠOVÁ

izolaci při distanční výuce prožívat jako stagnaci a ztrátu životního tempa, motivace či nasměrování. To je jedna věc. Další otázkou je, co dělá pandemie s jejich separací od rodičů, která je důležitým individuálním úkolem. Představte si vysokoškoláka nebo pracujícího mladého člověka, který přišel o ubytování na koleji nebo o práci a musel se vrátit k rodičům, od nichž se má přirozeně odpojit. Možná se po lockdownu dočkáme masivních separačních tendencí u těch, kdo nuceně zůstali spolu, a naopak sblížovacích tendencí u těch, koho okolnosti rozdělily.

Kde hledat pomoc, kdy se obrátit na psychology?

Moc se mi líbí webový rozcestník Národního ústavu duševního zdraví a dalších organizací: www.opatruje.cz. Tam se lidé mohou sami otestovat třeba na příznaky úzkostného či depresivního prožívání a pak se zorientovat v tom, kdy vyhledat pomoc a jak jí najít.

S čím teď do vaší psychoterapeutické praxe přicházejí lidé nejvíce?

Klienti téměř vždy přijdou s nějakým symptomem, který je přinutí vyhledat pomoc. Časté bývají panické ataky, ochromující depresivní propady, zármutek, nebo naopak výbušný hněv, které naleptávají zdánlivě fungující vztahy. Přistupuje-li terapeut ke klientovi s autentickou, empatickou zvědavostí, může po nějakém čase takový symptom číst jako zprávu o způsobech prožívání daného člověka. A v této zprávě je zároveň ukrytý i návod k vyléčení.

Jak by se tedy dalo rozumět takovému panickému záchvatu nebo depresi?

Já se vzdělávám v terapii inspirované C. G. Jungem, podle které je symptom pokusem organismu o samoléčbu tam, kde se dlouhodobě uchy-

tila nějaká jednostrannost na úkol úplnosti, o kterou by měl člověk v životě usilovat. Takový symptom se pak postaví do cesty našemu vědomému já, zruší všechny jeho bohubilé záměry a drze říká: „Musíš se změnit, abys mohl projít.“ No a za symptomem se hlouběji v lidské duši ukrývá jeho „úplnější příbuzný“ – symbol. Ten nás léčí tím, že nám dává zakusit úplnost, čímž nám ukazuje žádoucí směr naší vlastní změny.

To by znamenalo, že symptom každého člověka znamená něco jiného v kontextu jeho života? Třeba takový záchvat?

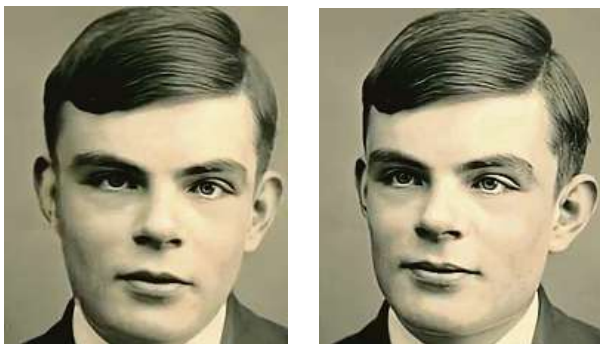
Přesně tak. V tom vidím největší sílu terapie inspirované Jungem. My se neptáme, proč se člověku něco děje, ale k čemu se mu to děje. To je rozdíl. Otázka, proč hledá příčinnou souvislost a je zaměřená do minulosti, otázka, k čemu hledá souvislost finální, protože je zaměřená do budoucnosti: ten a ten symptom se nám děje k tomu, abychom, a tady nechť si každý doplní svou vlastní odpověď. Proto je vlastně škoda symptom s jeho jedinečným individuálním významem zamést jen tak pod koberec. K lidské existenci bytostně patří radost i utrpení, strach i naděje, krása i bolest, izolace i radost ze společenství. Možná není tak důležité být dokonalý, ale úplný. Prožívat v celé šíři svých lidských možností.

Jaký by pak byl jungovský pohled na pandemii?

Dívám se na lidský svět a jeho pandemii a snažím se neuhýbat pohledem. Pandemie se pak jeví jako symptom, který vyprodukovala nemocná duše světa, která propadla jednostrannosti, tedy zrigidněla. Jaký symbol se za ním ukrývá a kterým směrem poukazuje k vyléčení? Odpověď nemám, ale považuji to za inspirativní otázku. Nechci, aby byl svět po pandemii stejný jako předtím. Regresivní touha setrávat při tom, co jsme jednou poznali jako zdroj bezpečí, je ve skutečnosti pro zdravý vývoj nebezpečná. Jistě se můžeme vrátit k tomu, co jsme znali, ale úkolem odváženého života je budovat nové, nikoli vracet se ke starému. JANA BERANOVÁ

Pradědeček se směje, prababička přikyvuje

Izraelská společnost MyHeritage přichází s aplikací, která rozpojuje fotografie našich předků.



Sledujete „oživeného“ Alana Turinga (1912–1954). MYHERITAGE

„Tady je můj děda, který umřel, když mi bylo osm let. Aplikace DeepNostalgia mu vrátila život. Je to naprosto šílené,“ napsala na Twitteru uživatelka Jenny Hawranová. A velebila algoritmus aplikace, jenž si umí „pohrát“ s jakoukoli fotografií tak, že se začne v několikasekundovém klipu smát, mrkat nebo hýbat hlavou.

Na sociálních sítích takto „oživil“ svého praděda i český historik Michal Stehlík. Další uživatelé rozhýbali spisovatele Marka Twaina, počí-

tačového průkopníka Alana Turinga, nebo dokonce řeckou básničku Sapfó.

„Tenhle chytrý prográmk má jediný nedostatek, a sice, že obživlé fotografie neumí mluvit,“ uvádí IT odborník Martin Ptáček. „Je to bezesporu proto,“ pokračuje, „aby se předešlo vzniku takzvaných deepfakes žijících lidí, tedy věrohodně působících videí

vytvořených pomocí umělé inteligence z fotografie.“

Deep Nostalgia, která byla představena o víkend, každopádně vzbudila vášnivou debatu, zda je etické technologii k takovým účelům používat. I vývojáři z MyHeritage připouští, že někteří uživatelé nástroj mohou shledat „podivným“, jiní zase „mámi- vě fascinujícím“. **HAL a ČTK**

Krátce

Jenom se ptal, k dotyku nedošlo

Demokratický guvernér New Yorku Andrew Cuomo čelí již druhému obvinění ze sexuálního obtěžování mladé členky svého poradního týmu. Charlotte Bennetová, která pracovala od března loňského roku jako poradkyně pro zdravotnictví,

uvedla, že jí guvernér kladl nevhodné otázky, ale nikdy se jí nedotkl.

Další důkaz oteplování

Od antarktického ledovce Brunt se nedaleko britské polární stanice Halley odlomila ledová kra, jejíž plocha je větší než rozloha města New York.

Čínské úřady utahují šrouby

Policie v Hongkongu zatkla 47 prodemokratických aktivistů kvůli údajnému „spiknutí za účelem rozvracení země“. Jedná se o dosud největší zatýkání za jediný den na základě bezpečnostního zákona, který loni prosadila Čína. **ČTK**

Jedna dávka postačí. Řeší i těžký průběh

V USA už mohou očkovat třemi různými vakcínami proti covidu-19. Po látkách od výrobců Pfizer a Moderna v sobotu tamní Úřad pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) povolil nasazení vakcíny od firmy Johnson & Johnson (J&J). Ta se na rozdíl od dvou již používaných přípravků nemusí podávat ve dvou dávkách. Očkování je podle odborníků vhodné pro osoby ve věku 18 let a starší. Dávky by mohly začít do jednotlivých amerických států proudit již dnes. Výrobce očekává, že do konce března dodá USA 20 milionů dávek. Vakcína J&J podle FDA poskytuje spolehlivou ochranu před těžkým průběhem covidu-19. Navíc vydrží tři měsíce v lednici. **ČTK**



Na Němcova nezapomněli

Několik tisíc lidí si v centru Moskvy připomnělo šesté výročí zavraždění opozičního politika Borise Němcova. Lidé pokládali květiny na mostě poblíž Kremlu, kde byl 27. února 2015 zastřelen. Letošní pietní vzpomínka na Němcova, který byl v 90. letech krátce ruským vicepremiérem, se konala nedlouho poté, co stoupenci opozice v ruských městech demonstrovali proti uvěznění jiného kritika Kremlu, Alexeje Navalného. **AP**



Moje první volba



NABÍDKA PLATÍ OD 1. 3. DO 2. 3. 2021

*Banány dovoz Kolumbie/ Ekvádor 1 kg



-33%
32,90
21,90



FLORA Margarín různé druhy Max. 5 kusu na osobu/den 400 g (=100 g 8,73)

-36%
54,90
34,90



JIHLAVANKA Zrnková káva různé druhy Max. 5 kusu na osobu/den 500 g (=100 g 16,98)

-50%
169,90
84,90

RELAX Sycená limonáda 0,33 l plech (=11 30,00)



-23%
12,90
9,90



LISTERINE Ústní voda sleva na konkrétní druhy 500 ml (*=100 ml KC: 13,98/ A: 15,98)



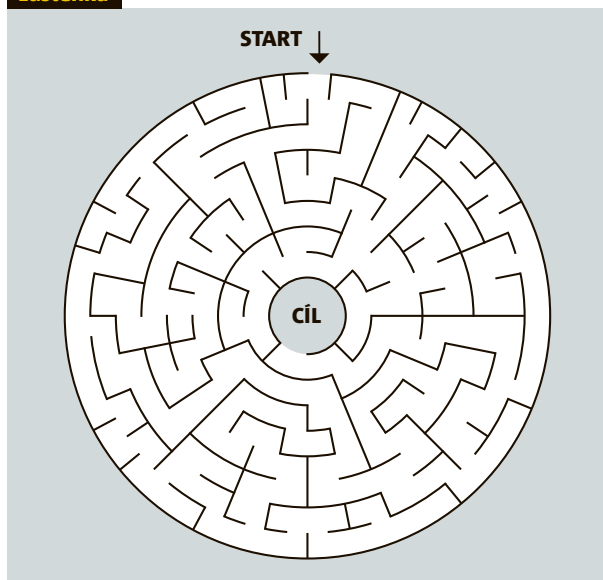
118,90
-41%
69,90
AKCE -32%
79,90

* Nabídka ovoce a zeleniny neplatí pro filiálky: Ostrov, Praha-Hloubětín, Praha-Palmovka.

Sudoku

9								
3	7		9			4		
			7	6		1		
						3		7 5
		3	4	1	5	2		
6	9		2					
		8		4	9			
		9			2		4	8
								2

Luštěnka



INZERCE

Týdenní horoskop

1. 3. – 7. 3. 2021

- BERAN** 21. 3. – 20. 4. Rozhodnete se v životě udělat radikální změnu. Chtěli jste to se sebou vzdát, ale pak jste si řekli, že chcete být lepším člověkem.
- BÝK** 21. 4. – 21. 5. Když se ohlédnete za minulým rokem, tak si uvědomíte, že vám mnohé dal i vzal, ale snažte se z něj poučit. Věřte v lepší zítřky!
- BLÍŽENCI** 22. 5. – 21. 6. Mars vstupuje v tomto týdnu do vašeho znamení, milí Blíženci. Drží nad vámi svou ochranou ruku, tak se vám může skvěle zadařit.
- RAK** 22. 6. – 22. 7. Poslední dobou se přepínáte, protože toužíte po skvělé fyzické kondici a dokonalé postavě. Zapomínáte však, že tělo potřebuje i relax.
- LEV** 23. 7. – 22. 8. V pracovní sféře děláte velké pokroky. Všichni jsou s vámi spokojeni a šéf si všimá vašeho skvělého nasazení. Pro kolegy jste příkladem.
- PANNA** 23. 8. – 22. 9. Rudý bžec vesmíru, planeta Mars, vstupuje tento týden do znamení Blíženců a podporuje vaše společenské i přátelské vztahy.
- VÁHY** 23. 9. – 23. 10. Tento týden budete naprosto skvěle vynikat v obchodování. Máte geniální čich na neopakovatelné příležitosti a nebojte se riskovat.
- ŠTÍR** 24. 10. – 22. 11. U vás doma panuje velice pohodová atmosféra. Částečně za to může Mars, který vstupuje do Blíženců a zlepšuje komunikační schopnosti.
- STŘELEČ** 23. 11. – 21. 12. Máte silnou motivaci a toužíte po úspěchu. Rádi byste v práci povýšili, a tak se hodně snažíte. Bohužel vaše pile půjde mívneč.
- KOZOROH** 22. 12. – 20. 1. Potkáte dominantního a manipulativního jedince. Ze začátku se tváří jako váš přítel, postupně ale zjišťujete, že se chce jen chlubit.
- VODNÁŘ** 21. 1. – 20. 2. Tento týden vám nebude chybět chuť do života ani pozitivní energie. Života si umíte skvěle užívat a nebojte se jít s kůží na trh.
- RYBY** 21. 2. – 20. 3. Neptun je v příznivém sextilu s vaší znamení a přináší vám do života lásku a dobro. Máte před sebou skvělé období, milé Rybky!

PŘEČTI SI SVŮJ ŽIVOT!
Poradkyně Helga ti sestaví podrobný horoskop na míru.
Pošli SMS ve tvaru **11KLM** a text na **904 30 46**

POCHYBUJEŠ O JEHO VĚRNOSTI? TĚD UŽ NEMUSÍŠ!
Jsem tu pro tebe a prozradím ti, jak to je.
Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo pište SMS na číslo **904 30 55** s kódem **47ZRD** a svůj dotaz!

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

Počasí

DNES 6/10 °C	ZÍTRA 8/12 °C	STŘEDA 9/11 °C	ČTVRTEK 10/14 °C	PÁTEK 1/5 °C
----------------------------	-----------------------------	------------------------------	--------------------------------	----------------------------

Teplotní rekordy: ↓ -27,6 °C (1785) ↑ 16,1 °C (1922) Bio: ❤️❤️❤️

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.55 To je vražda, napsala XI</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kviz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Hlava Medúzy (8/8)</p> <p>21.10 Reportéři ČT</p> <p>21.50 BILANCE: Kde budeme bydlet?</p> <p>22.20 Zloději zelených koní</p> <p>Drama (ČR, 2016)</p> <p>23.45 Legendární dvojice</p> <p>00.40 AZ-kviz</p> <p>01.25 Z metropole, Týden v regionech</p> <p>01.55 Kalendárium</p>	<p>15.50 Dobrodružství vědy a techniky</p> <p>16.20 Letecké katastrofy</p> <p>17.05 1936: Nacistický olympijský sen</p> <p>18.00 Velké stroje zblízka III</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Uchem jehly</p> <p>19.20 Náboženství světa</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Divy starověku (8/10)</p> <p>20.50 Velké stroje zblízka III</p> <p>21.35 Duel Frost/Nixon</p> <p>Drama (USA/VB/Fr., 2008)</p> <p>23.35 Za vodou</p> <p>Sportovní drama (USA, 1972)</p> <p>01.10 100 dnů do vítězství (1/2)</p>	<p>15.55 Dr. House (7)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>Co na to Češi</p> <p>17.25 Ulice (4001)</p> <p>18.25 Ulice (4001)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Specialisté (22)</p> <p>21.15 Specialisté (23)</p> <p>22.20 Smrtonosná zbraň III (3)</p> <p>23.15 Dr. House (6)</p> <p>Sokratovská metoda. Seriál (USA, 2004)</p> <p>00.05 Dr. House (7)</p> <p>Věrnost. Seriál (USA, 2004)</p> <p>00.55 Castle na zabití VI (11)</p> <p>Krimiseriál (USA, 2013)</p> <p>01.40 Malý Sheldon II (16)</p> <p>04.30 Novashopping</p>	<p>16.25 Policie v akci</p> <p>17.25 Krimí zprávy</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.40 Sport</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.15 Sestřičky (46)</p> <p>Kvůli tobě. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 Postav si sen!</p> <p>22.40 Expert na zločin (2)</p> <p>Smrtící pád. Krimiseriál (Rak., 2018)</p> <p>23.50 Policie v akci</p> <p>00.50 Námořní vyšetřovací služba XI (16)</p> <p>Falešný námořník. Krimiseriál (USA, 2013)</p> <p>01.45 Policie Hamburk X (5)</p> <p>02.45 Policie Hamburk X (6)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>09.00 Óčko hity</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>11.00 Tattoo Fixers</p> <p>11.30 Óčko hity</p> <p>13.30 Óčko trendy</p> <p>14.30 Top 3 YouTube Chart</p> <p>14.50 Óčko trendy</p> <p>15.00 #VIDIMSE V MIXXERU</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>20.30 Over Drive</p> <p>20.35 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ & SK</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Drive</p> <p>23.00 Óčko flirt</p>

Je potřeba opustit dobu „pokřídovou“ a **vstoupit do éry** skutečně **interaktivního vzdělávání**

Po uplynulém roce, kdy byli žáci, studenti i učitelé nuceni přejít na distanční výuku a naučit se pracovat s novými nástroji, by se mohlo zdát, že digitální technologie jsou ve českém školství novinkou. Strategie digitálního vzdělávání se však rozvíjí už bezmála dvacet let a případné nedostatky potvrzují základní předpoklad. Nic nejde hned a ani digitalizaci nelze provést takzvané „z nuly na sto“.

„Vývoj školství je skutečně relativně pomalý. To je způsobené z velké části tím, že neexistuje objektivní míra jeho hodnocení. Kantoři, rodiče i děti mají subjektivní názor a těžko se hledá jeho průsečík,“ míní Milan Hausner, specialista na využívání digitálních technologií na školách,



kteřý se ve školství pohybuje téměř čtyřicet let.

S tím, že žáci ovládají mobilní telefony, tablety a počítače, se v dnešní době počítá. Skutečnost, že se tuto techniku na jaře roku 2020 museli naučit používat také učitelé, považuje Hausner za zásadní zvrát. „Tento okamžik by mohl být konečně tím předělem, který posune celé školství směrem vpřed,“ doufá.

„Dosud jsme se nacházeli v době takzvané pokřídové. Typickým znakem této doby byla paní učitelka, která při hodinách síce používá dataprojektor, ale v ruce drží dřevěné ukazovátka,“ pokračuje pedagog. Dnes se

podle něj školství posunulo do fáze, kdy dataprojektor nahradila interaktivní tabule, avšak děti stále ještě sedí v lavicích poměrně pasivně, bez ohledu na interaktivitu učebních pomůcek.

Cílem je tedy posunout celý systém tak, aby učitelé dokázali ovládat potřebnou techniku a zároveň uměli řídit samostatně pracující skupiny žáků. Právě tento vývoj by měly podpořit různé programy a aplikace, které vytvářejí vzdělávací instituce. Například vysoká škola Unicorn University dlouhodobě vyvíjí výukové nástroje 21. století a vytváří online vzdělávací kurzy Red Monster (www.redmonster.cz) zejména pro základní a střední školy a také spolupracuje se školním informačním systémem Edookit.

Jejich smyslem je umožnit školám a učitelům, aby se prostřednictvím aplikací a techniky mohli více zaměřit na využití teorie v praxi a připravit tak žáky lépe na život, který je čeká po dokončení studia. To považuje za důležité i expert na digitální technologie ve školství Milan Hausner. „Děti, především na zá-

kladní škole, nechodí do školy proto, že je to baví, ale proto, že musí. Výuka je musí oslovit a to prostý text a obrázky nedokážou. Je potřeba zapojit vizualizace a simulace,“ říká s přesvědčením.

V případě kurzů Red Monster lze při použití interaktivní tabule zapojit celou třídu. Jednotliví žáci mohou mezi sebou soutěžit, kdo správně zodpoví nejvíce otázek. Děti mohou pracovat i ve skupinách, plnit dílčí testy, a to vše za doprovodu atraktivního vizuálního obsahu, který Unicorn University kontinuálně rozvíjí.

Podle Milana Hausnera učitelé i žáci zkrátka potřebují, aby jim z moderních technologií, aplikací a jejich možností spadla brada. „To, co změnilo výuku, není rozdíl ve velikosti obrazovky nebo uspořádání tlačítek. Alfou a omegou všeho je vzdělávací obsah.“

www.redmonster.cz



Samsung spouští Color Friday. Čím víc produktů koupíte, tím víc ušetříte.

Tento týden spustil Samsung speciální akci s názvem Color Friday. Čím více nakoupíte, tím výhodnější cenu dostanete. Ušetřit můžete až desetitisíce korun.

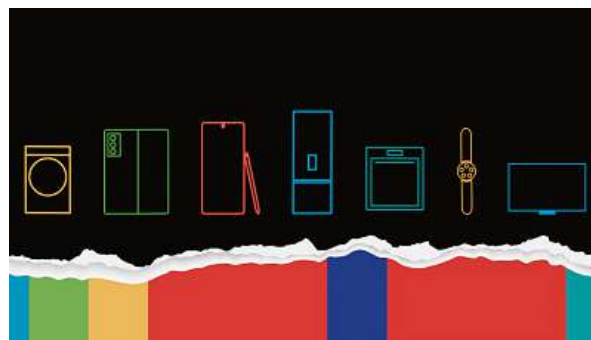
Pokud si od pondělí 1. března do neděle 7. března v oficiálním e-shopu www.samsung.cz koupíte jakékoliv 2 různé produkty, dostanete na levnější z dvojice 25% slevu. Při koupi 3 rozdílných produktů, dostanete na druhý levnější 25% slevu a na třetí, nejlevnější, 50% slevu. Pokud uvažujete o koupi chladničky, televizoru, vysavače, chytrého telefonu nebo jiných elektronických zařízení, pak využijte akci Color Friday, protože se jedná o ideální příležitost, jak nakoupit kvalitní zboží za výhodné ceny. Jakou kombinaci produktů zvolíte, záleží na vás.

Nákup tří různých produktů se stejnou cenou
Když si koupíte tři produkty každý v hodnotě tisíc korun mimo tuto akční nabídku: 1 000 Kč + 1 000 Kč + 1 000 Kč = 3 000 Kč.

Když si koupíte ty stejné produkty během akce Co-

lor Friday: 1 000 Kč + 750 Kč (původní cena minus 25%) + 500 Kč (původní cena minus 50%) = 2 250 Kč.

Zákazník při této akční nabídce za celý nákup zaplatí 2 250 Kč a získá tedy slevu v celkové hodnotě 750 Kč. Tato částka se rovnoměrně



rozpočítá mezi všechny produkty a každý z nich tak bude zlevněný o 250 Kč.

Nákup tří různých produktů s odlišnou cenou:
Nákup za běžné ceny: televizor The Sero za doporučenou maloobchodní cenu 34 990 Kč + 9 kg QuickDrive

parní pračka WW90T734DBH/S7 za 18 990 Kč + tyčový vysavač Jet 70™ za 11 990 Kč = 65 970 Kč.

Cena během akční nabídky: televizor The Sero za 34 990 Kč + 9 kg QuickDrive parní pračka WW90T734DBH/S7

za 14 242,5 Kč (po 25% slevě) + Tyčový vysavač Jet 70™ za 5 995 Kč (po 50% slevě) = 55 227,5 Kč.

Zákazník za nákup všech tří produktů zaplatí 55 227,5 Kč, a získá tedy celkovou slevu ve výši 10 742,5 Kč.

Akci Color Friday nelze kombinovat s jinými akcemi nabídkami či slevami a uplatnit ji můžete jen při nákupu dvou nebo tří odlišných produktů. Slevu tedy nelze získat při nákupu více stejných produktů. Různé barevné varianty produktů se nepovažují za odlišné produkty.

Švédky

Běžkyně na lyžích Kateřina Razýmová a Kateřina Janatová obsadily na mistrovství světa v Oberstdorfu osmé místo ve sprintu dvojic. Na výsledku českých reprezentantek se podepsal pád Razýmové. Titul obhájily švédské lyžařky. Maju Dahlqvistovou (vlevo), která má zlato z roku 2019, doplnila Jonna Sundlingová, vítězka čtvrtletního individuálního sprintu klasicky. Také Luděk Šeller a Michal Novák skončili ve sprintu osmí.

AP



Číslo dne

4

Po sobotním debaklu 1:5 na hřišti nováčka Stuttgartu skončil u fotbalistů Schalke už čtvrtý trenér v sezoně. Klubové vedení na webu oznámilo, že odvolalo Christiana Grosse a s ním i celé sportovní vedení mužstva. Gross na konci minulého roku přišel jako nástupce dočasného trenéra Huuba Stevense. U týmu předtím působil i Manuel Baum, v prvních dvou zápasech v sezoně byl na lavičce David Wagner.

Kouč Kozel v Baníku skončil, Jarolím bere první tři body

Plzeň výhrou oslavila také dvě jubilea. Limberský hrál 400. zápas v první lize.

Fotbalisté Mladé Boleslavi porazili doma v 21. ligovém kole Karvinou 2:0 a v nejvyšší soutěži zvítězili poprvé od loňského listopadu a po 12 zápasech. Trenér Karel Jarolím se po návratu na lavičku Středochů na 11. pokus dočkal první ligové výhry. Boleslav se díky ní posunula o dva body před Brno na první nesestupovou pozici. Slezané nevyhráli tři kola po sobě a klesli na 12. místo. Domáci včera rozhodli o plném bodovém

zisku mezi 19. a 27. minutou. Nejprve se z pokutového kopu prosadil Tomáš Ladra a po něm přidal pojistku Jaromír Zmrhal.

Zlín včera vyhrál v Olomouci 1:0. Zápas rozhodl ve 23. minutě proměněným pokutovým kopem Roman Potočný. Ševci na Hané naplno bodovali poprvé od března 2008, vyhráli podruhé za sebou a poskočili na 11. místo tabulky. Sigma doma v lize neskórovala poprvé od loňského června a zůstala osmá.

Plzeň zvítězila v 21. kole první ligy v Brně 1:0, podruhé za sebou naplno bodovala a zůstala na šestém místě tabulky. Ostrava pouze remizovala s Teplicemi 1:1 a vedení Baníku po zápase odvolalo trenéra Luboše Kozla (více v boxu). Stejným výsledkem

skončilo i utkání Bohemians 1905 s Českými Budějovicemi, poslední Opava doma podlehla Jablonci 0:1.

O výhře Plzně rozhodl v 68. minutě ve 150. utkání v české nejvyšší soutěži francouzský útočník Jean-David Beauguel. Viktoria neprohrála v šesti ze sedmi jarních ligových zápasů. Na hřišti se ale pochlubil ještě jeden jubílant – obránce David Limberský si připsal 400. start v lize. Toho po zápase pochválil trenér Viktorie Adrian Guľa. „Čtyřstovka je úžasné číslo a nepotřebuje to dalšího komentáře. Musíme to brát i z pohledu toho, že takové mety dosáhl Limba v klubu, kde je neustále pod drobnohledem úspěchu. To násobí jeho kvalitu, nastavení a láska k fotbalu,“ řekl. **ČTK**

Baník dál bez Kozla

Fotbalisté Ostravy už nevede Luboš Kozel.

- Vedení Baníku kouče odvolalo po remíze s Teplicemi. Přípravou týmu byl pověřen trenér béčka Ondřej Smetana, který tým povede s bývalými dlouholetými hráči Baníku Václavem Daňkem a Ivo Stašem.

- S Kozlem skončil i asistent Ivan Kopecký, druhý asistent Jan Baránek mladší i trenér gólmanů Vít Baránek naopak u mužstva zůstávají.

- Baník po zimní přestávce z devíti odehraných zápasů v lize dvakrát vyhrál, ale především herní projev týmu zaostával



za očekáváním. Po špatných výkonech proti Pardubicím a Teplicím klub sáhl ke změně.

- Kozel působil v Ostravě od loňského ledna.

Krátce

Glóbus slaví už potřetí

Švýcarská lyžařka Lara Gutová-Behramiová získala potřetí v kariéře křišťálový glóbus za superobří slalom. Devětadvacetiletá sjezdářka si trofej zajistila druhým místem ve Val di Fassa. S Italkou Federikou Brignoneovou prohrála o 59 setin sekundy, v hodnocení disciplíny před ní vede o 202 bodů.

Nejstarší šampion

Polský skokan na lyžích Piotr Żyła získal titul mis-

tra světa na středním můstku a ve 34 letech se stal nejstarším šampionem v historii. Nejlepší z Čechů Čestmír Kožíšek obsadil v Německu 32. místo.

Ženy závodily poprvé

Premiéru severské kombinace žen na mistrovství světa ovládly Norky. Zlato získala Gyda Westvoldová Hansenová před sesterskou dvojicí Mari Leiniová Lundová, Marthe Leiniová Lundová. Česká lyžařka Tereza Koldovská veze z Oberstdorfu 27. místo. **ČTK**



Čeští hráči vládli KHL

Útočník Dmitrij Jaškin (na snímku) z Dynamo Moskva ovládl jako třetí český hokejista tabulku střelců Kontinentální ligy a povedlo se mu to s druhým nejlepším výkonem v třináctileté historii soutěže. Sedmadvacetiletý rodák z Omska a odchovanec Vsetína nastřílel v 59 zápasech 38 branek. Rekordmanem je stále se 48 góly Sergej Mozjakin z Magnitogorska. Jaškin vytvořil i nový český rekord v počtu branek v KHL. S osmi čistými konty kraloval v ročníku také gólman Jakub Kovář z Jekaterinburgu. **PROFIMEDIA.CZ**