

**chladservis**Odborník na **DOMÁCÍ SPOTŘEBIČE****NAVŠTIVTE NAŠI PRODEJNU****VYSTAVENO**  
300+ spotřebičů**REPASOVANÉ SPOTŘEBIČE**  
za akční ceny**KOMFORTNÍ DOPRAVA**  
včetně výnosu

Křenová 19, Brno

[www.chladservis.cz](http://www.chladservis.cz)**metro** 

Středa, 5. října 2022

Č. 190, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Eliška

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

# Geny mohou „řádit“ i napříč generacemi

**Rodové stromy.** Vyplatí se zjistit i od prarodičů, na co se umíralo v příbuzenstvu. **Amputace.** Může vést ke zdravému životu. **Genetické poruchy.** Odhalit je může vyšetření, rozhodně nepodceňujte prevenci STRANA 11



Městská knihovna Frýdek-Místek (na snímku) včera získala titul Městská knihovna roku 2022. Výsledky soutěže Knihovna roku 2022 najdete na straně 3. ČTK

# Prezidentskou podporu od Spolu nikdo nečeká

**Tři lidé, kteří jsou pro vládní koalici zajímaví. Babiš se pustil do Pavla a Fialy.**

Bývalá rektorka Danuše Nerudová, senátor Pavel Fischer a generál Petr Pavel. To jsou ti, kteří jsou nejbližší svými názory a postoji pro vládnoucí koalici Spolu. Přesto, že nezazněla přímá podpora některého z nich, všichni tři za sympatie poděkovali. „Nejdůležitější je, aby prezident měl jasnou prozřadnou orientaci a ctil ústavu,“ řekl premiér Petr Fiala na dotaz, zda koalici nevdává členství Petra Pavla v KSČ.

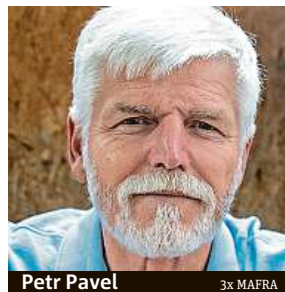
K nevslovení podpory se vyjádřili i další kandidáti. Senátor Marek Hilšer uvedl, že o podporu nežádal a od ODS si ji ani nedovede představit,



Danuše Nerudová



Pavel Fischer



Petr Pavel

3x MAFRA

podnikatel Karel Janeček konstatoval, že je nezávislým. Andrej Babiš, který s případným oznámením kandidatury čeká, se pustil do kritiky zmíněných jmen, premiéra a celé koalice. „Podpoří bývalého komunistického rozvědčíka řízeného zbrojařským lobbistou, pána, co by diskriminoval homosexuály, a nevýraznou dámu bez jasného názoru na kokoliv důležitého,“ uvedl a zopakoval, že koalici považuje za projekt namířený proti němu. **ČTK**

## Nerozmělní hlasy

Koalice Spolu v prvním kole nedá konkrétní doporučení pro jednoho kandidáta.

- Nicméně plánuje před volbou spustit informační kampaň. Nechce, aby se na Hrad dostal extremističtější populista. Šéf ODS Petr Fiala řekl, že pro druhé kolo volby už strany jasně vyjádří podporu některému z kandidátů. **ČTK**

## Snadný terč pro Babiše

Rozhodnutí koalice se podle politologů dalo očekávat.

- V nynější energetické krizi by měl takový člověk těžkou pozici a jako „vládní“ kandidát by se také stal snadným terčem pro ostatní uchazeče o Hrad, což by mohlo nahrát i možné kandidatuře lidra opozičního hnutí ANO Andreje Babiše. **ČTK**

## Krátce

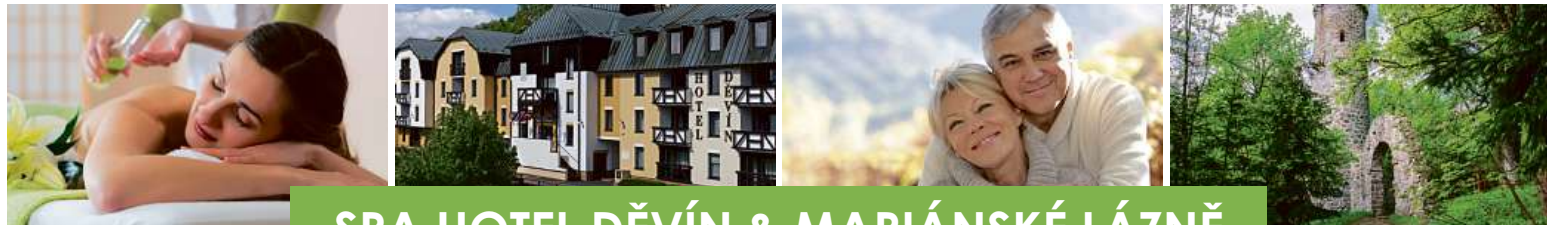
### Nacionalista žaluje ministryni

Ruský nacionalista Alexandr Dugin podal trestní oznámení na ministryni obrany Janu Černochovou. Upozornil na to server Aktuálně.cz. Obviňuje ji z podpory a propagace terorismu. Černochova po výbuchu auta, v němž zemřela Duginova dcera, na svůj Twitter napsala, že jí není líto dcery ani truchlícího otce, ale naopak tisíců lidí „zavražděných v důsledku jejich propagandy a odporné ideologie“.

### Byty v Brně zlevnily

Růst cen nového bydlení v Brně se zastavil, průměrná cena za čtverečný metr mírně klesla. Ještě v létě se byty prodávaly za 127 200 korun za metr, nyní se nabízejí za 126 500 korun za metr. Vyplyvá to z údajů společnosti Trikaya. **ČTK**

INZERCE



## SPA HOTEL DĚVÍN & MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

SVĚTOZNÁMÉ LÁZNĚ NABÍZEJÍCÍ NEJČISTŠÍ OVZDUŠÍ A POLOHU UPROSTŘED SLAVKOVSKÉHO LESA

Relaxujte v lázních, které jsou zapsané na seznamu UNESCO a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Vyzkoušejte např. náš „Děvín De Luxe program“. Vyjedte společně na prodloužený víkend, při kterém si můžete udělat společný výlet, poznat zajímavá místa v okolí, navštívit státní zámek „Kynžvart“ a odpočinout si můžete při celkové masáži. **Uvedené ceny jsou s 15% slevou.**

### MARIÁNSKOLÁZEŇSKÁ KÚRA LIGHT

6 dní / 5 nocí | **od 7.574 Kč osoba ve dvoulůžkovém pokoji**  
6 dní / 5 nocí | **od 11.271 Kč osoba v dvoulůžkovém pokoji\***

Nabízíme jedinečnou kombinaci krátkého léčebného pobytu v Mariánských Lázních se zaměřením na prevenci, regeneraci a obnovu vitality. Balíček nabízí ubytování v komfortním pokoji, polopenzi, konzultace s lékařem, 2 léčebné procedury denně (dle rozpisu lékaře), 2x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu.

### SENIOR 60+

5 dní / 4 noci | **od 6.035 Kč osoba ve dvoulůžkovém pokoji**  
5 dní / 4 noci | **od 8.152 Kč osoba v jednolůžkovém pokoji**

Je čas na zasloužený odpočinek! Relaxujte v lázních a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Program obsahuje ubytování v komfortním pokoji s přípitkem, polopenzi, perličková koupel, parafinový zábal, klasická masáž částečná, plynová obálka, oxygenoterapie, privátní sauna, 2x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu, 2x zapůjčení Nordic Walking holf na 2 hod.

\*(při obsazenosti 1 osob)

### WELLNESS & RELAX PROGRAM

3 dny / 2 noci | **od 3.825 Kč osoba ve dvoulůžkovém pokoji**  
3 dny / 2 noci | **od 5.134 Kč osoba v jednolůžkovém pokoji**

Věnujte se chvíli jen sami sobě. Nabízíme Vám revitalizační pobyt, který Vám dodá novou energii a posílí celý organismus.

Pobyt zahrnuje: ubytování v luxusním pokoji kategorie De Luxe s přípitkem, polopenzí; 1x minerální koupel s přísadou „Linola Fett Oil bad“, částečná klasická masáž, 1x 2hodinový vstup do bazénu, privátní saunu, čajový a kávový set, 15% slevu na další procedury, župan a pantofle během pobytu.

### DĚVÍN DE LUXE POBYT

#### VČETNĚ BONUSU CENY NÍZKÉ SEZONY

4 dny / 3 noci | **od 6.375 Kč osoba ve dvoulůžkovém pokoji**  
4 dny / 3 noci | **od 8.450 Kč osoba v jednolůžkovém pokoji**

Dopřejte si komfortu a luxusu v nových a moderních pokojích. De Luxe pokoj, kvalitní víno a osobní péče to vše pod jednou střešou. Pobyt zahrnuje: ubytování v moderním a luxusním pokoji s přípitkem, láhev vína při příjezdu na pokoj, polopenzi, klasická celková masáž, 1x plynová obálka, 1x oxygenoterapie s vitamínem, 1x parafinový zábal na ruce, 1x vstupné na zámek Kynžvart, 15% sleva na další procedury, župan & pantofle během pobytu, čajový a kávový set, neomezený vstup do privátní sauny, parkovné zdarma, 2hodinový vstup do bazénu.

VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKÁCH: [WWW.SPAHOTELDEVIN.CZ](http://WWW.SPAHOTELDEVIN.CZ)

+420 354 470 400 | +420 354 621 692 | [info@spahoteldevin.cz](mailto:info@spahoteldevin.cz)



# Dolní Chabry. Mají knihovnu roku

Místní veřejná knihovna v Praze Dolních Chabrech se stala Knihovnou roku 2022. V letošním ročníku soutěže zvítězila v kategorii základní knihovna. Cena je spojena s odměnou 70 tisíc korun. Zvláštní ocenění v této kategorii získaly Knihovna Smrčná na Jihlavsku a Knihovna městyse Choltice na Pardubicku. Zástupcům knihoven předal ceny v pražském Klementinu ministr kultury Martin Baxa.

Hlavní cenu v kategorii informační počin získala Národní knihovna České republiky za vydání publikace Jak řídit knihovnu: příručka pro začínající vedoucí/ředitelky knihoven. Zvláštní ocenění v této kategorii za významný počin získal projekt Městské knihovny Litomyšl Ta Božena!

Ocenění v kategorii základní knihovna je určeno především knihovnám v malých obcích, kde působí dobrovolní knihovníci, jako vyjádření veřejného uznání této práce. Cenu v kategorii významný počin v oblasti poskytování

veřejných knihovnických a informačních služeb dostává provozovatel knihovny či její pracovník.

Ocenění Městská knihovna roku 2022, které uděluje Svaz knihovníků a informač-

ních pracovníků ČR a Svaz měst a obcí ČR, získala Městská knihovna Frýdek-Místek z Moravskoslezského kraje. Ceny předal předseda Svazu knihovníků a informačních pracovníků Roman Giebisch

a výkonná ředitelka Svazu měst a obcí ČR Radka Vladyková.

Ocenění knihovnám a knihovníkům udílí ministr kultury od roku 2003. V Česku je asi 5500 knihoven a několik

stovek jejich poboček. V celosvětovém měřítku je to nej hustší síť. Podle statistik knihovnického institutu v České republice do knihoven chodí polovina dětí a třetina dospělých. **ČTK**

INZERCE

## OBJEVTE SKVĚLOU CHUŤ rostlin

**-30%**  
SLEVA NA VYBRANÉ  
NATURE'S  
PROMISE  
LUŠTĚNINY  
V NÁLEVU



DĚKUJEME,  
ŽE NAKUPUJETE  
**ZDRAVĚJI**

~~22,90~~ **-34%**  
**14,90**

Okurka  
salátová  
hadovka  
• 1 ks

S červenou  
paprikou

Klasik



**-30%**  
SLEVA NA VŠECHNY  
HUMMUSY



Akce platí v prodejnách Albert hypermarket od 5. 10. do 11. 10. 2022 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

[www.albert.cz/rezepy](http://www.albert.cz/rezepy)

**albert**  
HYPERMARKET

Seznam všech prodejen na [www.albert.cz](http://www.albert.cz)

Rokytky Grande

**8. 10.**

Každoroční vyhlášená vodácká akce, při které se sjíždí říčka Rokytky od Kyjského rybníka až do Vltavy v Libni, se letos koná v sobotu 8. října. „Proudící vody s peřejkami, meandry a několika jezy. Voda poteče do 13 hodin. Start je na hrázi Kyjského rybníka, ulice Morušová,“ zvou na akci pořadatelé. Více informací na facebookové události Rokytky Grande 2022. MET

## Výstava. Kdo je na snímčích z ghetta?

Doposud nezveřejněné fotografie z ghetta Terezín nalezené v pozůstalosti bývalého redaktora Československého rozhlasu Milana Weinera představuje ode dneška v prostorách Památníku ticha na pražském nádraží Bubny výstava Album G.T. Projekt je výsledkem více než dvouletého pátrání po identitě deseti tváří z fotek. Doposud byla vypátrána identita pěti obyvatel ghetta. Organizátoři věří, že i díky výstavě získají další indície k identifikaci zbylých pěti neznámých tváří. Výstava je pro veřejnost zdarma otevřena do 23. října. MET



## Mají zpívajícího krokodýla

Safari Park Dvůr Králové nad Labem chystá opravu poslední nádrže v pavilonu Vodní světy. Umístí do ní mláďata tří vzácných krokodýlů štítnatých. Zatím v pavilonu žije dospělá samice krokodýla štítnatého (na snímku), kterou zoo získala na konci roku 2020 ze španělské Valencie. Chov krokodýlů štítnatých v zajetí je vzácností. Na světě je v certifikovaných zoologických zahradách chována necelá stovka jedinců. Dospělí samci, kterých je v chovu kritický nedostatek, mohou dosahovat délky i přes čtyři metry. Krokodýl štítnatý ve volné přírodě obývá tropické lesy střední a západní Afriky. Má bohatý rejstřík hlasových projevů, takže se mu občas přezdívá i zpívající krokodýl. O jeho životě v divočině je známo velmi málo, jde o nejméně prozkoumaný druh krokodýla. **ČTK**

### Krátce

## Razie kvůli brněnským bytům

Policisté z Národní centrály proti organizovanému zločinu zadrželi osm lidí kvůli podezření z páchaní trestné činnosti při přidělování městských bytů a nebytových prostor v Brně. Zásah by se měl týkat přidělování bytů na radnici Brno-střed. Řekla to předsedkyně kontrolního výboru Monika Lukášová Spilková, která na nesrovnalosti při přidělování bytů upozorňovala. Pro server Novinky.cz uvedla, že to v bytové komisi fungovalo tak, že předseda často vybral jednoho ze zájemců o byt a řekl, že zrovna tento člověk by ho měl dostat. A protože v komisi měla radniční koalice většinu, nebyl to problém. Městská část podle ní nemá koncepci, jak s obecními byty nakládat. Podle webu Aktualne.cz policisté zasahovali i u Otakara Bradáče, vlivného člena brněnské ODS a známého ministra spravedlnosti Pavla Blažka. **ČTK**

## Jákl natáčí thriller s hollywoodskou legendou

Režisér a producent Petr Jákl, který před měsícem uvedl svůj velkofilm o Janu Žižkovi, začal coby spoluproducent točit další film – Land of Bad. Akční thriller vzniká v Austrálii a v hlavní roli se představí hollywoodská legenda a držitel Oscara a Zlatého glóbu Russell Crowe. „Už skoro 11 let žiju ve středověku. Ales-

poň obrazně řečeno. Teď, když je Jan Žižka konečně v kinech, se i já můžu posunout dál. Russell Crowe pro mě navždy zůstane gladiátorem ze stejnojmenného filmu Ridleyho Scotta. Vždycky jsem s ním chtěl spolupracovat,“ osvětlil režisér a producent Jákl, který dokončuje jako producent několik amerických snímků s dalšími hereckými legendami, jako třeba Morgan Freeman, Robert De Niro nebo John Malkovich. **MET**



Petr Jákl při rozhovoru o Žižkovi na iDNES.cz

MAFRA

INZERCE

# Větrolamy se zase vrací

**Pro krajinu a přírodu jsou důležité.** Přicházejí jejich obměny.

Na obnovu větrolamů, tedy tradičních krajinných prvků s významnou protierozní funkcí, se zaměří vědci z Agronomické fakulty Mendelovy univerzity v Brně. Chtějí vyhodnotit jejich účinnost a přijít s doporučením, jak je nejlépe využívat v současné krajině zasažené klimatickou změnou, suchem, větrnou erozí i degradací půdy. Větrolamy vznikaly na českém území v polovině minulého století. „Zakládání souvisí s kolektivizací zemědělství, scelováním pozemků a centrálním

plánováním struktury krajiny. Předtím plánování a optimalizace větrolamů v dnešním pojetí v podstatě nebyly potřeba, krajina byla pestrá a členitá, jelikož odrážela vlastnické vztahy k pozemkům,“ uvedla Hana Středová z fakultního ústavu aplikované a krajinné ekologie.

Životnost větrolamů vysazovaných před více než půlstoletím se chýlí ke konci. Kvůli rychlému dosažení protierozního efektu je tvořily dynamicky rostoucí, ale poměrně krátkověké dřeviny. Proto je čas přistoupit k jejich obnově. „Na tuto potřebu reaguje projekt, který kromě primární protierozní funkce větrolamů cílí i na jejich funkci ekologickou, estetickou, mikroklimatickou a krajino tvornou,“ uvedla Středová. **ČTK**

### Dochází k degradaci půdy a zhoršuje se kvalita ovzduší

Výsledky projektu Agronomické fakulty Mendelovy univerzity v Brně poskytnou metodiku hodnocení větrolamů a budou také využitelné při krajinném a územním plánování.

- Cílem projektu je dosáhnout takové krajinné struktury, která bude schopna efektivně čelit různým nepříznivým vlivům, k nimž patří i větrná eroze.

- Větrem unášené prachové částice přispívají kromě degradace půdy i ke zhoršování kvality ovzduší. I proto vědci z agronomické fakulty při dlouhodobém výzkumu větrné eroze vyvinuli a patentovali deflametr s aktivním lapačem půdních částic unášených větrem, který stanovuje jejich množství a zrnitostní složení. Zachycené částice hodnotí speciální software.

# FUJITSU

## LIFEBOOK od Fujitsu Rovnováha pro váš byznys

Moderní pracoviště neznamená  
jen kancelář. Správný notebook  
zvládá všechna prostředí.

Nekompromisní portová výbava  
5x USB, HDMI, Ethernet, čtečka paměťových karet

**LIFEBOOK E5512 již od 27 990 Kč**



Intel vPro® with 12th Gen Intel® Core™ i7 processor



# Na zdraví očí má vliv covid i nesprávné pracovní místo

**Lékaři doporučují pravidelně mrkat, dělat si přestávky a měnit vzdálenost, na kterou zaostřujeme.**

Světloplachost, začervenání oka, pocit suchosti nebo bolesti očí. To vše jsou potíže, které s sebou pandemie covidu přinesla. S narůstajícími počty nakažených je proto dobré věnovat pozornost nejen rozšířeným příznakům, jako jsou respirační potíže, horečka nebo kašel, ale i svému zraku.

## Zrádný výdech

Pokud se nakazíte covidem, máte zhruba třicetiprocentní šanci, že nemoc postihne i vaše oči. „Poslední mutace Omikron a Kentaur mají postižení očí dokonce jako jeden z prvních příznaků.“ upozorňuje lékařka Věra Kalandrová, primářka a manažerka oční kliniky Lexum v Brně. „Postiženy bývají nejčastěji spojivka a rohovka, pacienti mohou mít pocit cizího tělíska v oku, svědění, pálení, slzení nebo bolest. Nejčastější diagnózou bývá zánět spojivek nebo takzvaný syndrom suchého oka,“ přibližuje Kalandrová.

Obtíže očím nepřináší samo onemocnění, ale překvapivě také ochranné prostředky, které mají nákaze zabránit. „Při nošení roušek a respirátorů jde vydechovaný vzduch přímo do očí, což oči vysušuje a může způsobit také zánět spojivek, pokud zrovna máme obyčejnou



Pravidelné kontroly u očního lékaře se doporučují i těm, kteří dobře vidí.

PROFIMEDIA

rýmu nebo virózu,“ pokračuje Kalandrová, a doporučuje proto ochranné pomůcky často měnit a nosit je správně nasazené.

## Sucho a bolest

Kromě toho také rapidně vzrostl čas, který trávíme u obrazovek počítačů. Ještě před pár lety nemyslitelná dálková výuka školáků i celofiremní práce z domova měly na zdraví očí zásadní vliv, dlouhodobé sledování monitorů zrak přetěžuje.

„Nejčastěji mají lidé lehce překrvené spojivky, pocitují pálení a slzení očí, občas je trápí rozmazané vidění, bolesti hlavy nebo za očima,“ popisuje oční lékařka Anna Topinková z plzeňské ordinace. Po dvou letech restrikcí mají podle ní pacienti špatně zkorigovaný zrak, u dětí mohla vzniknout krátkozrakost, častější je také suchost očí.

Obtíže související s celodenní prací na počítači vní

má také Silvie Zapletalová, primářka a vedoucí lékařka Centra laserové a refrakční chirurgie oční kliniky Lexum Praha Budějovická. „Pacienti si často stěžují na podráždění očí, na obtížnější zaostřování a kromě bolesti hlavy také na bolest zad a šíje,“ uvádí Zapletalová.

Ti, kteří se s těmito problémy setkávají, však nemusí hned panikařit. „Důvodem, proč k této specifické únavě očí dochází, může být špatná vzdálenost a umístění monitoru, sezení a poloha těla při práci na počítači, také příliš velký jas obrazovky anebo absence správné korekce refrakční vady,“ vyjmenovává důvody Zapletalová.

## Optimální podmínky

Na pracovištích bývají místa přizpůsobena mnohem lépe než v provizorních domácích podmínkách. Zapletalová proto doporučuje zkontrolovat správné umístění ob-

razovky počítače, která by měla být zhruba 60 až 80 centimetrů daleko od očí. „Monitor by měl být umístěn níže a tak, aby byla hlava mírně skloněná. Toho docílíte například tak, že vysunete pracovní židli o něco výše. Do obrazovky byste nikdy neměli mhouřit,“ připomíná Zapletalová.

Důležité jsou také pravidelné přestávky. Během práce totiž dlouhodobě zaostřujeme na jednu vzdálenost a méně mrkáme. Proto je pro úlevu unavených očí vhodné několikrát vědomě zamrkat a oči čas od času na chvíli zavřít.

„Pomůže také dodržování pravidla 20–20–20, tedy každých 20 minut se na 20 vteřin zdívat 20 metrů daleko,“ doplňuje Topinková. Podle ní je dobré používat i kapky na suché oko, ideální je varianta bez konzervačních látek. „Neméně důležité je být v psychické pohodě,“ říká Topinková. **VERONIKA REICHELTOVÁ**

## Zdravý zrak

Optometrista Ondřej Vlasák z kliniky Lexum pacientům doporučuje cviky k relaxaci a odpočinku očí. Zároveň upozorňuje na to, že v současné době neexistuje žádná cvičení, které by dokázalo snížit dioptrie.

### • Cvičení ve čtyřech směrech:

Posaďte se pohodlně na židli a udržte hlavu rovně. Dívejte se tak daleko, jak jen to je možné, a to ve všech čtyřech směrech, pokaždé po dobu dvou až tří sekund: nahoru, dolů, doleva a doprava. Opakujte alespoň třikrát. Důležité je pohybovat pouze očima, nikoli hlavou.

### • Masáž očního důlku:

Jemná masáž může do značné míry uvolnit naše oči. Použijte konečky vašich prstů a masírujte kruhovými pohyby oblast pod obočím – od kořene nosu k okrajům očního víčka.

### • Akomodační cvičení:

Ve vzdálenosti přibližně poloviny délky vaší ruky od oka držte váš pravý ukazováček na úrovni očí. Levý ukazováček držte přibližně 14 centimetrů za ním. Dívejte se z jednoho prstu na druhý v pravidelném rytmu. Provádejte po dobu jedné minuty.

### • Motýlové cvičení:

Dívejte se dopředu, držte hlavu rovně a uvolněte obličejové svaly a dolní čelist. Poté otevřete a zavřete oční víčka, a to až dvacetkrát. Po celou dobu udržte svaly uvolněné – víčka by se měla pohybovat jemně jako křídla motýla.

## Mýty. Papej mrkvičku, ať lépe vidíš!

„Nedělej to, zkazíš si oči!“ Kdo tuto větu v různých obměnách někdy neslyšel? Mýtů a polopravd ohledně zdraví očí koluje mnoho. Jedním z nich je například to, že pokud dobře vidíte, není potřeba chodit na pravidelné kontroly k očnímu lékaři. Lékaři však upozorňují, že preventivní kontroly pomohou odhalit třeba cukrovku.

### Britské letectvo

K těm nejznámějším patří to, že jedení mrkve zlepšuje zrak. Byť je tato kořenová ze-

lenina bohatá na vitamin A, který je důležitý pro zdravou funkci sítnice, ve skutečnosti má tento mýtus kořeny ve druhé světové válce. Rozšířilo ho britské letectvo, které bylo i za nepříznivých podmínek úspěšné v sestřelování nepřátelských letadel. Nebylo to však zvýšenou konzumací mrkve, jak tvrdili, ale jejich radarem.

### Špatné světlo

Další polopravdou, kterou nám vštepaly především maminky, je čtení při nedo-

statku světla. To opravdu může způsobit únavu očí nebo bolest hlavy, ale na trvalé poškození zraku to vliv nemá. U menších dětí však může nadměrné dívání se do blíзка zhoršit krátkozrakost.

Děti, dospívající, ale i dospělí by si měli dát pozor na to, kolik času tráví koukáním do počítače, tabletu nebo mobilního telefonu. Především dětem hrozí při těchto aktivitách zhoršení krátkozrakosti, pokud je dostatečně nekompenzují pohybem venku a přirozeným koukáním.

U všech může nastat takzvaný počítačový syndrom, který se projevuje jako podrážděnost očí, jejich úrava, pocit suchosti nebo nadměrné slzení. Může se snižovat i schopnost zaostření.

### Sucho a chlad

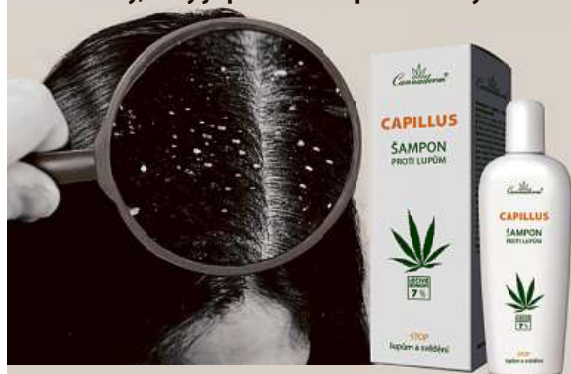
S přicházejícím chladným počasím si lidé často stěžují na suchost očí. Studený venkovní a ohřátý vnitřní vzduch totiž obsahuje mnohem méně vlhkosti. K doplněním, která s tímto problémem mohou pomoci, patří

dodržování správného pitného režimu a zvýšení příjmu omega 3 mastných kyselin. Pocitům suchého oka mohou ulevit zvlhčující kapky, ale problém zcela neodstraní. Suché oči jsou podle lékařů chronickým onemocněním. Slzný film se skládá ze tří složek a každá porucha jednotlivé složky může mít řadu důvodů, například chronický zánět víček, kožní onemocnění nebo poruchy štítné žlázy. Proto není dobré se spoléhat jen na kapky, ale o problému se také poradit s lékařem. **REI**

# Říjnová várka tipů Z LÉKÁREN

## Konec babským radám, lupy zničí konopí

Lupy, lupy, lupy... Problém, který před okolím neukryjete. Ať už vás trápí lupy suché, volně padající z vlasů jako sníh, nebo mastné, jež se vyznačující žlutými ložisky pevně přichycenými k pokožce hlavy, vždy je potřeba mít pevné nervy a hlavně nevěřit babským povídkám.



Pokud už vás unavuje zkoušet na lupy všechno možné, zkuste to jinak. Sázkou na jistotu je **Capillus šampon proti lupům**, který díky jedinečnému složení poskytuje maximální účinnost, jelikož zasaženou pokožku okamžitě hydratuje, zabraňuje jejímu vysychání a tím i další tvorbě nežádoucích lupů. Unikátní kombinace konopného oleje a majoránky posiluje a zaceluje vlasovou pokožku. Grepová semínka účinně bojují s přemnoženými kvasinkami, a tak ulevují od nepříjemného svědění.

## PÁLÍ, SVĚDÍ, BODAJÍ? STOP HEMOROIDŮM!

Hemoroidy postihují až tři ze čtyř lidí. Příčinou jejich vzniku je především nedostatek pohybu, sedavé zaměstnání, nadváha, ale také těhotenství nebo nadměrný stres. Máte s hemoroidy problém i vy?

Trefou do černého je nejprodávanější gel na hemoroidy v kategorii zdravotnických prostředků – **HemoStop Gel Max** z prémiové řady Da Vinci Academia. Díky kombinaci dubové kůry, boswellie, Aloe vera a dalších devíti bylin působí HemoStop® již při prvotních problémech spojených s hemoroidy (svrbění, štípání a pálení konečnicku). Díky Aloe vera má HemoStop® zklidňující účinek při podráždění a svědění v oblasti konečnicku. Boswellie je využívána především pro své protizánětlivé účinky. Je vhodný také pro těhotné a kojící ženy.

**Přímý zásah proti hemoroidům!**



## Jak na cholesterol, zdravé srdce a imunitu?

Když nám tělo dává najevo, že naše celková vitalita a zdraví není zcela v pořádku, nepřehlížejme jeho signály. S přibývajícím věkem je totiž mnohem těžší se s těmito neduhy vypořádat. Ať už se jedná o kolísavou hladinu cholesterolu v krvi nebo o naše srdce.



Účinky zázračné houby Reishi byly objeveny již před mnoha staletími. Houba Reishi přispívá k udržení normální hladiny cholesterolu, zdravé funkce oběhového systému, krevního tlaku a má významný vliv na posílení imunity. Doplněk stravy **ReishiA 800mg Extractum** obsahuje 100% čistý extrakt této houby v poměru 10:1, jenž zaručuje maximální kvalitu i účinnost.

**REISHIA**  
Áčko mezi reishi.

## NEDAJÍ VÁM ZUBY SPÁT?

Ulevte si rychle od problémů se zlobivým zubem, s citlivými dásněmi nebo odhalenými krčky.

Spolehněte se na účinný přípravek **Dentacol**, který rychle uleví od nepříjemných pocitů v dutině ústní. Díky přírodnímu složení s obsahem hřebíčku a skořice Dentacol rychle zklidní problematické místo a pozitivně působí na mikroflóru ústní dutiny bez jakýchkoli vedlejších účinků. Obsažený alkohol navíc hubí nežádoucí mikroorganismy v ústech.

**Dentacol rychle zklidní zlobivý zub či citlivou daseň a zajistí vám dlouhodobou úlevu.**



# Stát o velikosti Středočeského kraje může pomoci republice

**Katarský emír Tamim bin Hamad Sání je hostem Česka, jednat bude o dodávkách zkapalněného plynu.**

Praha dnes očekává významnou návštěvu. S prezidentem Milošem Zemanem, premiérem Petrou Fialou nebo ministrem průmyslu a obchodu Josefem Sikelou se setká katarský emír Tamim bin Hamad Sání, který s sebou bude mít delegaci – vlivné postavy Kataru, jako například ministra zahraničí nebo výkonného ředitele katarského investičního fondu, což je jeden z nejbohatších fondů světa. Kvůli početnému doprovodu do Prahy už včera přiletěla emírova delegace ve dvou letadlech. V Česku bude i během neformálního summitu Evropské unie, který bude Praha hostit zítra a v pátek.

**Maličká země, kde žijí tři miliony lidí, je jednou z nejbohatších na světě**

Blízkovýchodní poloostrovní arabská muslimská monarchie Katar je největším světovým exportérem zkapalněného plynu (LNG) a má třetí největší zásoby ropy i zemního plynu na světě. Díky tomu je to jedna z nejbohatších zemí světa – podle HDP na obyvatele je třetí za Lucemburskem, Singapurem a Irskem. Katar, který loni oslavil padesátiny, je velký asi jako Středočeský kraj včetně Prahy, žije zde na 2,9 milionu obyvatel, z nichž ale až 90 procent jsou cizinci.

Emír šajch Tamim bin Hamad Sání je nyní kvůli poptávce po LNG žádaný v USA i v Evropě. Vliv Kataru ve světě stoupl zejména po invazi Ruska na Ukrajinu.

**Plyn našli v moři v roce 1971, tehdy ale o něj nebyl zájem**

Cesta Kataru mezi důležitými světovými dodavateli plynu byla ale dlouhá. Zásoby plynu

jsou převážně v Severním poli, obřím podmořském poli zasahujícím do íránských vod. Společnost Shell je objevila v roce 1971, nerozvíjela je však, protože plyn neměl velkou hodnotu, zvláště když byl daleko na to, aby mohl být dopraven potrubím na hlavní trhy. V 90. letech se však katarská vláda rozhodla vsadit na plyn, protože spotřeba rostla a podařilo se sní-

žit náklady na produkci LNG, kdy se plyn stlačí a ochladí na minus 161 stupňů Celsia, což umožní jeho přepravu po celém světě. Do roku 2012 se tak země stala největším světovým vývozcem plynu (zejména díky poptávce z Japonska a Tchaj-wanu) a v roce 2019 Katar vystoupil z Organizace zemí vyvážejících ropu (OPEC), aby se mohl soustředit jen na těžbu plynu.

**Tady žádné daně neplatí**

Konstituční monarchii (do roku 2005 to byla absolutní monarchie) vládne od června 2013 nyní teprve 42letý emír šajch Tamim bin Hamad Sání, jehož předci zde vytvořili malé knížectví již v roce 1825. Podle analytiků je spíše konzervativní, má, či měl, blízko k islamistickému muslimskému bratrstvu, zároveň je ale pragmatik a má výborné vztahy se Západem, zejména s USA a Francií. Jeho majetek časopis Forbes odhadl na 2,5 miliardy dolarů, šajch Tamim je ženatý s třemi ženami a má údajně 13 dětí.

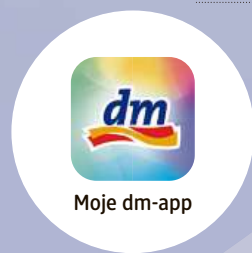
Katar například vlastní 17procentní podíl ve Volkswagenu a je třetím největším akcionářem podniku, do kterého patří česká automobilka Škoda. Katarská společnost Qatar Sports Investments je od roku 2011 vlastníkem fotbalového klubu Paris St. Germain a země je také velkým investorem v Británii. V Kataru není zavedena daň z příjmu, neplatí se tu DPH či silniční daň. V zemi se neplatí ani spotřební daně, kromě daně na alkohol, tabákové výrobky, energetické nápoje a slazené nápoje, kde je zavedena takzvaná zdravotní daň, jinak označovaná jako daň z hříchu. V Kataru není třeba platit ani zdravotní a sociální pojištění. Katar má zavedenu daň ze zisku pro korporace, která se pohybuje v rozmezí deset až 35 procent a která má řadu výjimek (jsou od ní osvobozeny například podniky založené jako přímé zahraniční investice). Do ČR přijíždí hlava Kataru poprvé. Letos v květnu Hrad informoval, že emír přijal pozvání. **ČTK**

INZERCE

## VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Umožňují důkladné čištění mezizubních prostor, a to i těžko dostupných. Na druhé straně párátko je špička, pomocí které lze snadno odstranit zbytky jídla. Při pravidelném používání pomáhají zabránit problémům s dásněmi a vzniku zubního kazu.



Moje dm-app



nyní stáhnout



Moje dm-app  
dm.cz



**Dontodent**  
nevoskovaná  
mezizubní párátko  
40 ks

**24<sup>90</sup> Kč**

0,62 Kč za 1 ks

**▼ DLOUHODOBÁ CENA**  
od 12.08.2022 24,90 Kč

**dm**  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

### Krátce

#### Přibylo prodejů alkoholu dětem

Porušení zákazu prodeje alkoholu nezletilým prokázala Česká obchodní inspekce ve druhém čtvrtletí u 66 procent kontrol, podobně jako v prvním čtvrtletí. Meziročně ale takových případů přibylo. Celkem inspekce ve druhém čtvrtletí provedla 2009 kontrol. Kontroly v obchodech a hospodářích budou pokračovat i v následujícím období.

#### Univerzita chystá učít studenty kinantropologii

Plzeňská Západočeská univerzita bude v Karlových Varech od příštího akademického roku vyučovat obor kinantropologie. Výuka zaměřená na pohyb člověka by se učila prezenčně v rámci bakalářského programu. Absolventi oboru budou mít širokou škálu pracovního zařazení ve zdravotnických i lázeňských zařízeních.

#### Nová zlatá mince

Česká národní banka vydala zlatou minci v nominální hodnotě 5000 korun s motivem města Litoměřice. Je to čtvrtá mince z desetidílného cyklu Městské památkové rezervace. Vychází v emisi 15 tisíc kusů. Předchozí mince z cyklu lze nyní koupit za cenu přesahující 40 tisíc korun. Mince jsou vyražené ze zlata o ryzosti 999,9 a váží 15,55 gramu. Mince vyrazila Česká mincovna. **ČTK**



Zlaté mince letos patří Litoměřicím.

ČTK



## Krátké

## Rumuna zmlátili kvůli svatbě

Trestní senát udělal definitivní tečku za rvačkou na svatbě v Mokroušicích na Plzeňsku. Podmínky udělil bratrům z Rumunska, kteří brutálně napadli ženicha, svého krajanu. A to jen proto, že je nepozval ke svatebnímu stolu. Dostali tříleté podmíněné tresty se zkušební dobou pěti let.

## Auto za čtyři sta korun je k máni

Kroměříž se chce zbavit čtrnácti dlouhodobě odstavených vozidel, která jejich provozovatelé i přes výzvy radnice neodstranili. Jde o důsledek novely zákona o pozemních komunikacích, která městům usnadňuje řešení potíží s autovraký. Do dražby jde například bílá felicie s pět let prodávým technickým průkazem, vyvolávací cena je 400 korun. **idNES.cz**

# Pruhy mají prestižní ocenění



Odstín šedé má podpořit dojem čistějších vozidel. Na dosud používaných bílých lacích je znečištění patrné více. **2x TOMÁŠ SLAVÍK**

## V nových barvách už jezdí přes sto autobusů i vlak.

Má své zastánce i odpůrce. Teď získala už druhou cenu. Reč je o jednotné vizuální identitě Pražské integrované dopravy (PID). „Po jednom z největších českých ocenění v soutěži Czech Grand Design se nyní mohou autoři nového vizuálního stylu PID pyšnit také jednou z nejprestižnějších světových cen

Red Dot. To svědčí jak o kvalitě vítězného návrhu, tak o správnosti naší volby při výběru nové tváře Pražské integrované dopravy,“ uvedl radní pro oblast dopravy Adam Scheinherr. Vizuální identita PID získala ocenění v jedné z největších světových designových soutěží Red Dot Awards. Ta každoročně uděluje známky kvality těm nejlepším v dané kategorii. Autorské studio superlative.works uspělo v kategorii Korporátní design a identita.

V nových barvách už jezdí 140 autobusů i elektrobustů

v Praze i Středočeském kraji, šest tramvajů typu 14T a KT8D5.RN2P a první vlaková jednotka CityElefant. „V aplikaci nového designu budeme samozřejmě pokračovat. Do výroby jdou nové elektrické i motorové jednotky pro městské i příměstské vlakové linky, v novém kabáti budou všechny další modernizace pražských tramvajů a také chystaná zakázka na zcela nové tramvaje. Čeká nás také mnoho nových pražských autobusů i trolejbusů. Chystáme také úpravu loga PID Lítačky,“ dodal radní. **MET**

### Barvy se nelíbí všem

Už předloni vznikla iniciativa PID Nepřebarvovat.

- „Představený návrh vzešlý z neveřejné soutěže magistrátu vyzvaných grafických designérů uplatňuje zcela nové řešení barevnosti vozidel... Toto předkládané řešení svým grafickým pojetím barevného členění vozidel zcela popírá dosavadní tradici,“ stojí mimo jiné v prohlášení iniciativy.

INZERCE

Vytvořeno ve spolupráci s Google

**T PHONE PRO**  
5G PRO KAŽDOU KAPSU

**1 499,-** k tarifu Neomezené 3XL s výhodou

Platí do 30. 11. 2022 při uzavření nebo prodloužení Účastnické smlouvy na dva roky a jejím dodržení. Více na [www.t-mobile.cz/tphone](http://www.t-mobile.cz/tphone)  
Google je ochranná známka společnosti Google LLC.



Freediving je potápění bez dýchacího přístroje, tedy jen se zásobou vzduchu v plicích. V Čestlicích freediverka pózovala kamerám.

2x JINDRA SOUKAL

# „Několikrát jsme spolu objeli svět. Známe se patnáct let.“

**Úspěšný český režisér a potápeč spoluzaložil společnost pro podvodní natáčení.**

Je to trochu zvláštní reportáž. Redaktor i respondent jsou na boso. Redaktor má navíc mokré vlasy. Kousek od dvojice se ještě ke všemu vznášá vodní víla. Vysvětlení je přitom jednoduché.

Společnost Underwater Film Unit představuje nejmodernější filmovou techniku pro natáčení pod vodou. „Den otevřených dveří“ pro kameramany, producenty i režiséry se koná v čestlickém aquaparku. Víla je freediverka v bílých šatech, která v potápěčské jámě pózuje kameře. Na boso jsou úplně všichni. Kolem výcvikového bazénu je totiž mokro. A voda v mých vlasech? Však se podvodní technika prezentuje nejlépe pod vodou! Povídání probíhá krátce po ponoru.

Unikátní je také to, že společnost, která poskytuje kom-

plexní servis a techniku pro natáčení pod vodou, je z Česka. Tedy ze země bez moře. „Máme u nás obrovskou potápěčskou komunitu. Všichni lidé, které tady vidíš, jsou profesionálové. Pracuji s nimi už přes patnáct let, několikrát jsme spolu objeli svět a točili velké mezinárodní projekty,“ říká mi Steve Lichtag. Producent, režisér a potápeč v jedné osobě mi tyká. Mezi potápeči je to samozřejmost.

Spoluzakladatel Underwater Film Unit je na novou společnost hrdý. Disponuje totiž odborníky, kteří dokáží pokrýt vše, co je pro natáčení pod vodou potřeba. Však mají letité zkušenosti. Lichtag a jeho kolegové natočili například úspěšné podvodní snímky, jako jsou Mýtus jménem žralok nebo Carcharias – Velký bílý. Zmínit je třeba i zajímavé spojení Lichtaga s Petem Westem, který jako kameraman stojí za úspěšnými podvodními filmovými snímky, jako jsou Rogue nebo Chasing Coral. V týmu je také například Vojta Nedvěd, který se podílel na českém velkofilmu, který právě běží v kinech. Ve snímku Jan Žižka je totiž hned několik

scén, které se odehrávají pod vodou.

Nová česká společnost však není jen o lidech, velkou roli hraje i technologie. Tým kameramanů, techniků, podvodních osvětlovačů a potápečů díky ní dokáže splnit veškeré požadavky často velmi náročných režisérů a producentů. A to jak ve studiu, v bazénu nebo klidně i v moři. Ve vybavení má společnost třeba i podvodní kamerový systém Nauticam pro kamery ARRI Alexa Mini a Alexa Mini LF, které jsou současným světovým standardem profesionální filmové produkce.

Většina filmových kameramanů s potápěním zkušenosti nemá. Právě díky nové české společnosti je ale nepotřebují. Jejich kamery jsou totiž propojené s vodotěsným boxem a ten je zase propojen dráty nad hladinou. Režisér, ostříž i hlavní kameraman tak vidí, co se pod hladinou děje, a mohou i hydrofonem udílet povely potápeči s kamerou. Společnost tak dokáže zajistit podvodní natáčení na klíč, a to jak pro televizní reklamy, tak třeba i pro obří filmové produkce.

Mimochodem, Steve Lichtag rozhodně není spojen jen

s vodou. V mládí působil jako divadelní herec, účinkoval v televizních seriálech a v československých filmech.

V roce 1979 emigroval do USA, kde vyučoval herectví a také si zde změnil své původní jméno Zdeněk Loveček. Později se začal věnovat výhradně filmu a postupně se stal světově známým dokumentaristou přírodovědných filmů. Byl také prvním z těch, kteří se potopili bez ochranné klece ke žralokovi bílému. Loni šel v kinech jeho snímek Stingl – Malý velký Okima. Celovečerní dokumentární film byl počtou českému cestovali Miloslavovi Stinglovi.

Momentálně se Steve Lichtag chystá natočit v Zambii film o levhartech. Také právě dokončuje jednání o koprodukcii deseti dílné série Water stories. „Bude to polohraný seriál, který vypráví o strhujících příbězích, kdy voda ovlivnila životy lidí i celých civilizací. Každý díl je z jiné země, vždy bude ale hlavní roli hrát voda,“ uzavírá Lichtag a jde zkontrolovat kolegu, který hází freediverce plovák. Ta totiž už pěkných pár minut šlape vodu. **MAREK HÝŘ**



Redaktor si prohlédl techniku. Gesto levé ruky znamená ok.

# Vyptávejte se prarodičů, na co se umíralo v příbuzenstvu

**Geny nám předdávají moudrost rodičů a schopnost umět něco víc než ostatní. Mohou ale přenášet napříč rody i smrt.**

Sestavujeme si sáhodlouhé rodové stromy, pátráme po slavných předcích, hrabeme se v archívech, zdá jsme náhodou neměli v dávných generacích urozené šlechtice, nebo naopak lapky.

Posadit se ale s babičkou nebo dědou a probrat rodinné nemoci do desátého kolena, na to si většina z nás ani nevzpomene. Sem tam si možná někdo vybaví, že praprababička umřela mladá, asi na nějakou zlou nemoc. Že by to mohlo být to, co hrozí i nám, napadne málokoho.

## Amputaci ke zdravému životu

„Inspirujte se příkladem Angelíny Jolie,“ říká Martina Zimovjanová, primářka Onkologické kliniky Všeobecné fakultní nemocnice (VFN) a 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. Nemá na mysli její herecké umění. Upozorňuje na fakt, že slavná herečka si nechala na základě podrobného vyšetření odoperovat oba prsy. Lékaři zjistili, že umělkyně je nositelkou „porouchaného“ genu (viz box), který daleko dožadů v její rodině může za to, že ženy umíraly na rakovinu prsů nebo vaječníků.

Odebráním symbolů ženskosti i vaječníků se do budoucna herečka ochránila před

tím, aby ji postihl stejný osud. „Jak ukazují dlouhodobá sledování, šance, že by žena po odebrání vaječníků a prsů onemocněla rakovinou, je zhruba jednaprocentní, v devětadevadesáti procentech se tímto zákrokem ochrání,“ vysvětluje Lukáš Dostálek, onkolog z známé pražské porodnice U Apolináře. Naopak ženy, které jsou kvůli poruše genu

nositelkami a přenašečkami rakoviny, mají až osmdesátiprocentní pravděpodobnost, že se nemoc objeví.

## Vyšetření „vše v jednom“ odhaluje nositelky poruch

Genetickou poruchu odhalí ročně lékaři v Česku asi u čtyř set žen. Právě ony jsou silně náchylné k tomu, aby onemocněly rakovinou prsu. Hrozba je v jejich případě až

desetkrát větší než u žen, které tuto poruchu buněk nemají. V případě rakoviny vaječníků je riziko onemocnění až třicetkrát vyšší! „Včasná diagnostika této závažné genetické zátěže umožňuje porazit rakovinu dříve, než se karcinom prsu nebo vaječníků vůbec vyvine,“ zdůrazňuje primářka Zimovjanová. I to je jeden z důvodů, proč během října specializovaná pra-

coviště vybízejí ženy ke komplexní kontrole. Ta zahrnuje podrobné vyšetření, včetně mamografu, magnetické rezonance a dalších kontrol během jedné návštěvy.

## Pánové, kontroly se týkají také vás

V Evropě má v genech tuto mutaci každý 750. člověk. „Ačkoli se o tomto problému hovoří téměř výhradně v souvislosti s rakovinou vaječníků a prsu u žen, dědičnými nositeli mohou být samozřejmě i muži,“ zdůrazňuje Petra Tesařová z Onkologické kliniky VFN. Také jich se týká zvýšené nebezpečí výskytu rakoviny, v jejich případě se to týká slinivky břišní, prostaty ale i prsu, i když poslední typ se u mužů vyskytuje mnohem méně než u žen.

Jak zdůrazňuje primářka Zimovjanová, muži by se měli v rámci rodiny také informovat, zda se u příbuzných a také předešlých generací nevyskytovaly opakované rakoviny prsů a vaječníků. Pokud něco takového zjistí, měli by požádat o podobné podrobné vyšetření, které jinak absolvují hlavně ženy.

„U mužů se nemusí rakovina vůbec vyskytnout, ale jsou pochopitelně možnými přenašeči na další generace,“ říká Tesařová. Odbornice zdůrazňuje, že se samozřejmě nedědí nádory, ale dispozice k jejich vzniku. Pravděpodobnost přenosu z rodičů na jejich děti je asi padesátiprocentní.

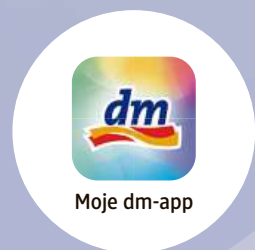
V Česku probíhá akce Růžový měsíc, kdy jsou ženy zvány na důkladné kontroly, od roku 1985. Riziko uvedených karcinomů stoupá u žen od 25. roku věku. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

## VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Jsou vhodné pro čištění všech hladkých povrchů, textilií a kůže. Umožňují pohodlné čištění bez nutnosti použití chemických prostředků.



nyní stáhnout



Moje dm-app  
dm.cz



Profissimo nano houbičky na nečistoty 6 ks

54<sup>90</sup> Kč

9,15 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA od 12.08.2022 54,90 Kč

  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

## Rakovina prsu

21

Na tomto místě je Česko ve výskytu nádoru v Evropě.

36

V úmrtnosti žen na rakovinu prsu je Česko 36. v Evropě.

65

Toto je průměrný věk české pacientky s nádorem v prsu.

## Čtyři hodiny

Vylepšení prsou vyjde na klinikách plastické chirurgie na desítky tisíc korun. Pro ženy, které se rozhodnou po mastektomii (odstranění prsních žláz) pro rekonstrukci prsů, je alespoň dobrou zprávou, že zákrok hradí zdravotní pojišťovny. Zákrok může trvat podle složitosti od jedné do čtyř hodin. Česká republika patří naštěstí v prevenci už tři desetiletí k nejlepším ve světě. Nejruznější kampaně, samovyšetření i propagace vyšetření ze strany lékařů odhalují možná nebezpečí včas. **PH**



## BRCA1 a BRCA2

Slovo pochází z angličtiny (breast cancer genes).

- Termín označuje nefungující geny, které jinak v našich buňkách opravují chyby, které by mohly vést k nádoru.
- V každé lidské buňce jsou přítomny 2 sady BRCA genů, každá od jednoho z našich rodičů.
- Pokud se narodíme s jednou z těchto sad již mutovanou, stačí, aby přestala fungovat ta druhá v průběhu života, a vzniká rakovina.

INZERCE

# Bělorusy spasí robota na poli

**V Lukašenkově zemi jde nyní o to, aby se neklábosilo, ale tvrdě makalo.**

Běloruský autoritářský vůdce Alexandr Lukašenko vyzval k mobilizaci studentů, dělníků, státních zaměstnanců a také školáků. „Vyrážte na pole sklízet brambory,“ citovala vůdce běloruská státní tisková agentura BelTA. „Mobilizujte všechny!“ zaznělo dále od Lukašenka. Toho na zasedání vlády popudilo, že prý některé školy zakazují posílat žáky na pole, jakkoli je důležité kvalitně a včas sklízet brambory, cukrovou řepu, kukuřici a len. „Větší divočství si neumím ani před-



Cítát

**My jsme nepracovali, ale tvrdě makali. Panebože, jak my makali!**

ALEXANDR LUKAŠENKO  
PREZIDENT BĚLORUSKA

stavit! Snažíme se nějak vychovat naše školáky, naše děti. Čím je budete vychovávat? Klábosením? Klábosením je nevychováš,“ uvedl

68letý Lukašenko, který vládne bývalé sovětské republice déle než čtvrt století a dříve býval politickým důstojníkem v sovětské armádě a ředitelem státního statku.

Zdůraznil zkušenosti z dob, kdy mládež pomáhala zemědělcům se sklízet, což podle Lukašenka přispívalo k semknutosti kolektivu a učilo práci. „Když bude pracovat pět šest hodin, rodiče budou mít radost a pro děcko to bude dobrá fyzická příprava. My všichni – já určitě – jsme tak pracovali. Nepracovali, ale tvrdě makali, a to, panebože, jak!“ prohlásil.

„A tak mobilizujte studenty, dělníky, státní zaměstnance a další lidi, aby nám to pomohli všechno sklízet. Protože můžeme vydělat slušné peníze. Když ne teď, tak na jaře,“ dodal rozhorlený Lukašenko. **ČTK**

Krátké

## Možná doživotí

Za tragickou nehodu na autobusové zastávce v Bratislavě, po které zemřelo pět lidí, hrozí řidiči doživotí. Policie ho obvinila z obecného ohrožení.

## Čeká je fronta

Řady ruských ozbrojených sil od vyhlášení mobilizace rozšířilo 200 tisíc lidí, sdělil včera ministr obrany Sergej Šojgu.

## Jde také o Krym

Ukrajinský prezident Volodymyr Zelenskij podepsal výnos, jenž za neplatné od samého počátku prohlašuje ruské právní akty porušující svrchovanost a územní celistvost Ukrajiny, a to včetně dekretů ruského prezidenta Vladimíra Putina o uznání nezávislosti Krymu z března 2014 a čtyř dalších ukrajinských regionů z minulého měsíce. **ČTK**



PROFIMEDIA

## Prvně oslnil před 60 lety

Drsný i elegantní svůdce žen a král mezi tajnými agenty James Bond se nejprve objevil v dobrodružných románech britského spisovatele Iana Fleminga. Eskapády neohroženého služebníka Jehoje veličenstva pana Bonda brzy zaujaly filmaře a před 60 lety, 5. října 1962, měl premiéru snímek Dr. No, ve kterém agenta ztvárnil Sean Connery. Autor literární předlohy sice skotskému rodákovi moc nevěřil a označil ho za přerostlého kaskadéra, nakonec ale i Conneryho charisma přispělo k tomu, že se zrodila dodnes pokračující filmová série. **ČTK**

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

Doba pokročila

122

První jízdenka na metro byla v Paříži označena 19. července 1900, v den slavnostního uvedení do provozu linky číslo jedna. Po 122 letech zvoní papírovým jízdenkám umíráček – začátkem příštího roku je nahradí výhradně jejich elektronické verze. Francouzská metropole chtěla prodej papírových lístků ukončit už v polovině roku 2020, pak musela plán odložit kvůli pandemii nemoci covid-19 a poté ještě jednou kvůli nedostatku elektronických čipů v důsledku ruské invaze na Ukrajinu. **ČTK**

Auto-moto - poptávka

- Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáže vše do r 1990. Tel. 734843403

Starožitnosti

- FOTOGRAFIE - DRTIKOL, Sudek, Funke - "Moderní česká fotografie" aj. za nejvyšší cenu. Odh. ad zdarma! Tel. 732200686, email: profifotograf@seznam.cz

- KYTARY - STARÉ, koupím i součástky a nekompletní, v jakémkoli stavu, foto urychlí jednání, e-mail: kronos.cz@gmail.com, tel: 776694960. Přijedu.

# Sucho přepralo i Sylvestera

**Kalifornii paprsky spalují na troud.**  
Pitná voda je čím dál drahocennější.

Los Angeles zažívá historicky nejnížší srážkové úhrny. Ale ani to nezabránilo některým z jeho nejslavnějších obyvatel, aby udržovali trávníky svých megalomanských sídel a okrasných zahrad dostatečně zavlažované. „Mezi největší hříšníky dlouhodobě patřil klan Kardashianových, Sylvester Stallone či popová diva Madonna,“ uvedl deník The Guardian. Jeho reportér dal slovo mluvčímu losangeleské vodárenské společnosti Mikeu McNuttovi. „Zaujali jsme

včetně těch nejzvučnějších celebrit ovlivnit.

Plodem Gilmerova snažení je malý, laciný, ale mocný omezovač průtoku – kroužek vyrobený z potravinářské nerezové oceli s malým otvorem uprostřed. „Má moc omezit průtok vody do té míry, že je obtížné se sprchovat a mýt nádobí zároveň. Zalévání venkovního trávníku je pak ve stejný čas zcela nemožné. Montáž je snadná, výsledky skvělé – dochází k omezení průměrného průtoku o 60 procent,“ přibližuje The Guardian.



Detail z Gilmerovy dílny



Cason Gilmer představuje svůj úspěšný kroužek.

2x TWITTER

„Nasazení omezovače průtoku do vodovodního potrubí před domem zákazníka trvá jen asi deset minut, úřady k němu přidají plombu a ští-

tek s varováním před pokutou ve výši 2500 dolarů, pokud dojde k manipulaci se zařízením,“ doplňuje vodohospodář McNutt.

## Hvězdy nebrblají

Movíí zákazníci, často zvučné celebrity, většinou zásah chápou. Když jim úřady vysvětlily princip, jakým se jim průtok vody zpomalí, neprotestovali.

Změna byla přítom viditelná takřka ihned. Například trávník kolem bazénu Kourtney Kardashianové do září zhnědl, což podle televize CBS naznačuje, že i domácnost hvězdy reality show se dostala na zmíněný seznam a o vodu přišla.

Zástupce herce Sylvestera Stalloneho pak v prohlášení uvedl, že klient přijal všechna opatření ke snížení spotřeby vody a s vodohospodáři hodlá do budoucna ochotně spolupracovat.

## Texas i Florida se zajímají

Losangeleská oblast je zatím jediné místo v Kalifornii, které používá omezovače průtoku pitné vody. Výsledky jejich jedinečného experimentu však inspirují zájem vodohospodářů i na národní úrovni. Z Texasu, Floridy i z dalších kalifornských vodárenských zařízení přicházejí do Los Angeles denně desítky dotazů, jak přesně celý systém funguje. „Něco podobného se již používá ke snížení průtoku vody v zemědělství, ale v dodávkách vody lidem jsme první,“ říká vynálezce kroužku Cason Gilmer. Nyní zvažuje, že napne síly k získání patentu. HAL a iDNES.cz



Sylvester Stallone PROFIMEDIA

k problému pitné vody velmi rázný postoj. Nezáleží na tom, kdo jste, kolik peněz vyděláváte nebo jak jste známí. Ke všem přistupujeme stejně,“ uvedl McNutt, který velmi rád vyzdvihl příspěvek losangeleského kutila Casona Gilmera.

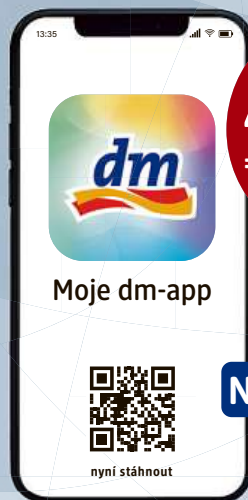
## Vtip je v malém kroužku

Šestatřicetiletý Gilmer, vedoucí zákaznického servisu místní vodohospodářské společnosti, ve své dílně přišel na to, jak omezit průtok vody tak, aby to nemohli příjemci

INZERCE

„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

Stáhněte si nyní novou aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadněte si nakupování.

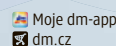


400 BODŮ  
= 100 Kč SLEVA\*

NOVĚ

nyní stáhnout

\* Po stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony, nelze kombinovat s kupony, eKupony či aktivitami na celý nákup. Sběrání a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.



dm  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

## Nabíječky. Vyvolený typ pohládne všem

Evropský parlament včera učinil jeden z posledních kroků na cestě EU k zavedení jednotného nabíjecího řešení pro chytré telefony, tablety a další přenosná zařízení. Europoslanci podle očekávání schválili finální verzi směrnice, podle níž budou muset výrobci od podzimu 2024 používat výhradně kabely a zdířky typu USB-C.

Návrh se týká také laptopů, na které se však sjednocení nabíječek začne vztahovat až na konci roku 2026. „Toto

je velký den pro spotřebitele a také velký den pro naše životní prostředí,“ prohlásil maltský europoslanec Alex Saliba, který se podílel na formování konečného znění normy. Při svém dopoledním vystoupení se slovy „toto je minulost“ zvedl nad řečnický pult klubko kabelů a adaptérů, načež dodal „toto je současnost“ a ukázal jedinou nabíječku. Krátce po poledni pak parlament příslušný návrh odhlasoval poměrem 602 hlasů ku 13 hlasům. ČTK



## Miliardy

Bývalý americký prezident Donald Trump podal na zpravodajskou stanicí CNN žalobu pro pomluvu. Jako odškodnění žádá 475 milionů dolarů, v přepočtu 11,8 miliardy korun. Trump ve své žalobě podané u soudu na Floridě tvrdí, že CNN proti němu vede „kampaň pomluv a urážek na cti“ a jako přední zpravodajská stanice v USA se pokouší využít svého vlivu k jeho „politické porážce“. Trump hodlá v roce 2024 kandidovat na prezidenta. ČTK

## Nalepte si svou slevu.

Při nákupu nad 500 Kč získáte na pokladně 2 samolepky se slevou.

Slevy se vztahují na nezlevněné výrobky.

**-20%**

na nezlevněný produkt  
Platné od 5. 10.  
do 27. 10. 2022.

**-20%**

na nezlevněný produkt  
Platné od 5. 10.  
do 27. 10. 2022.



**-53%**

**89<sup>90</sup>**  
189<sup>90</sup>

Vepřová plec  
bez kostí  
v celku  
cena za 1 kg

**+1  
NÁLEPKA  
NAVÍC  
PŘI KOUPI  
3 KS**



**-30%**

**13<sup>90</sup>**  
19<sup>90</sup>

Řecký jogurt bílý  
5%  
140 g  
100 g = 9,93 Kč

**BILLA**

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 5. 10. do úterý 11. 10. 2022.

# Hello, Dolly! je

**Muzikál má premiéru tento pátek, hlavní postavu ztvární Natálie Tichánková.**

Na jeviště Moravského divadla Olomouc se po 16 letech vrátí výpravny americký muzikál skladatele Jerryho Hermana a libretisty a textaře Michaela Stewarta Hello, Dolly!. Jeho režie se ujala Andrea Hlinková. Kvůli náročným choreografickým, činoherním a hudebním přípravě, kterou muzikálový žánr vyžaduje, spolupůčinkuje v inscenaci kromě souboru opery a operety i orchestr, sbor a balet.

V hlavní roli Dolly Leviové se představí herečka Natálie Tichánková a v roli Horáce Vandergelderova operní pěvec Jiří Příbyl. Premiéra se uskuteční tento pátek.

### Komediální romantika

Podle režisérky Andrey Hlinkové jde o romantickou komedii plnou komických situací a nádherných melodií, kterou navíc okořenila linkou filmového natáčení. „V našem pojetí se na jevišti odehrávají dva paralelní světy, jeden reálný a druhý muzikálo-

vý.“ vypráví Hlinková. Výprava muzikálu je podle ní inspirovaná největšími americkými filmovými studii a hollywoodskými ikonami té doby.

„Zákulisi, přípravy scén, vztahy mezi herci a štábem, jehož režisérem je herec Pavel Hekela, divákům nabízí i trochu jiný pohled na tradiční muzikál,“ vysvětluje Hlinková.

Režisérka si k inscenaci přizvala výtvarnici Miriam Struhárovou, s níž pravidelně spolupracuje a která vytvořila kostýmy a scénu.

### Bez hudby by to nebylo ono

O hudební nastudování se postaral dirigent Tomáš Hanák. „Hudba zřetelně těží z vídeňské operety, protože tu slyšíme časté užití valčíku, polky, pochodu, a zřejmě právě proto je muzikál i na evropských scénách tak oblíben,“ myslí si Hanák. „Naproti tomu ústřední píseň vyrůstá z americké černošské tradice. Zásadní roli zde hraje swingové frázování a improvizace,“ upřesňuje Hanák.

Podle Natálie Tichánkové, která se zhostila hlavní role, je Dolly Leviová nádherná charakterní role. „Je šarmantní, cílevědomá, zábavná a laskavě manipulativní,“ komentuje ústřední postavu Tichánková.



TRAXLER110.CZ

## Pocta českému hudebníkovi

Jako připomínka k letošního 110. výročí narození muzikanta, skladatele a textaře Jiřího Traxlera vyšla gramofonová deska Traxler 110. Zahrnuje nové nahrávky jeho swingových písní, na nichž se podíleli třeba Petr Janda, Ondřej Havelka a Melody Makers, operní pěvec Adam Plachetka či kanadský rocker s českými kořeny Jim Peterik. Traxler se narodil 12. března 1912 v Táboře. Byl spoluzakladatelem éry českého swingu 30. a začátku 40. let. Jeho písničky Jedu nocí, Hádej, hadači, Bloudění v rytmu či Růžové brýle téměř zlidověly. Po nástupu komunismu v Československu se Traxler rozhodl v roce 1949 odejít na Západ. Pokusy uspět v hudebním oboru se mu už v Kanadě nezdařily. Využil ale své výtvarné nadání a živil se jako technický ilustrátor v letecké firmě. Vinylové album není ve volném prodeji, ale 11 skladeb je možné si poslechnout na webu [www.Traxler110.cz](http://www.Traxler110.cz).

ČTK

# po 16 letech zpět

Podle Tichánkové má hlavní postava spoustu barev, což pro herečku představuje výzvu. „Oproti ostatním klasickým divadelním zpracováním nejsem žena v letech, jak lidé u postavy Dolly očekávají, a v tom si myslím, že může být naše pojetí zajímavější a šťavnatější,“ těší se Tichánková, kterou bude alternovat Petra Zindler.

Bohatého venkovského podnikatele Horáce Vandergeldera, jenž chce najít vhodného ženicha pro svou neť, ale sám se přitom stane objek-

tem zájmu Dolly, ztvární Jiří Příbyl v alternaci s Petrem Martínkem. „Když jsem studoval operní zpěv, ani by mě nenapadlo, že budu někdy účinkovat v muzikálu. A najednou jsem hozen do vody a učím se plavat. Snažím se tomu žánru dát nejvíc, co mohu,“ vypráví Příbyl.

V Moravském divadle se muzikál Hello, Dolly! hrál poprvé v roce 1980 v režii Stanislava Regala, poté byl uveden znovu v roce 2006. Režisérem byl tehdy Gustav Skála. **ČTK**



Ze zkoušky muzikálu Hello, Dolly!

ČTK

## Poděbrady. Nová kniha mapuje architekturu

Dějiny od secese až do roku 2020 představuje nová kniha o poděbradské architektuře, kterou vydává město Poděbrady. Titul s názvem Moderní architektura Poděbrad 1897–2020, kterou včera slavnostně pokřtila její autorka Radomíra Sedláková, představí zhruba sedm desítek poděbradských staveb. Kromě textů se čtenáři mohou těšit i na fotografie.

Příprava vyšla město na 850 tisíc korun, jeden výtisk stojí 350 korun. „Nemá to být jen líbivá kniha pro turisty, ale i pravdivý obrázek o místní architektuře,“ uvádí za město Klára Zubíková. Kniha je zpracována jako katalog staveb a podle Zubíkové představuje kromě známých staveb i méně známá a ne tolik zdařilá díla

z posledních let. Architektka a publicistka Radomíra Sedláková, která byla téměř 30 let předsedkyní poroty soutěže Stavba roku, pracovala na knize zhruba rok. Podle Zubíkové stála za přípravou knihy často téměř detektivní práce. „Každá stavba má fotku, případně plány, popis a mapku, pokud je autorka dohledala v archívech,“ doplňuje Zubíková.

Kniha je rozdělena do tří období, věnuje se secesi, 30. a 40. letům a poválečné architektuře. „Chtěli jsme zachovat i přesah do současnosti, takže končíme až v roce 2020,“ říká Zubíková. Málokdo podle ní ví, že v Poděbradech je dům od Aleny Šrámkové, která navrhla například budovu ČKD na pražském Václavském náměstí. **ČTK**

### Krátce

#### Současné umění

Průřez tvorbou soudobých českých i zahraničních umělců nabídne návštěvníkům v Prostějově Festival současného umění, který se koná od zítřka do soboty. Umělecká díla z oboru malby, grafiky, fotografie, sochařství, ale i videoartu či performance budou k vidění v Galerii současného umění, Muzeu a galerii v Prostějově, prostějovském zámku, kině Metro 70, Střední škole designu a módy i v prostorách

kolumbária či botanické zahrady. Multimediální umělkyně Jana Bernartová, která pracuje s novými digitálními médii, představí v Galerii současného umění Prostějov hybridní instalaci, jež bude návštěvníkům sloužit jako brána do smyslového vnímání. Současné zahraniční umělce zastoupí čtveřice z akademii výtvarných umění ve Vratislavi a Varšavě. Součástí festivalu je výstava v Muzeu a galerii v Prostějově odkazující na prostějovského fotografa Karla Nováka. **ČTK**

Zlaté boxy  
od 180 g  
více druhů  
100 g = od 11,32 Kč

-38%

24<sup>90</sup>  
39<sup>90</sup>



+1  
NÁLEPKA  
NAVÍC



Minerva  
Olivový  
olej extra  
panenský  
750 ml  
100 ml = 25,32 Kč

-42%

189<sup>90</sup>  
329<sup>90</sup>

Savo  
Botanické  
Dezinfekční  
sprej  
700 ml  
100 ml = 12,13 Kč

-26%

84<sup>90</sup>  
114<sup>90</sup>



+1  
NÁLEPKA  
NAVÍC

+1  
NÁLEPKA  
NAVÍC



Rexona  
Deosprej  
a deostick  
150 ml  
více druhů  
100 ml = 39,93 Kč

-45%

59<sup>90</sup>  
109<sup>90</sup>

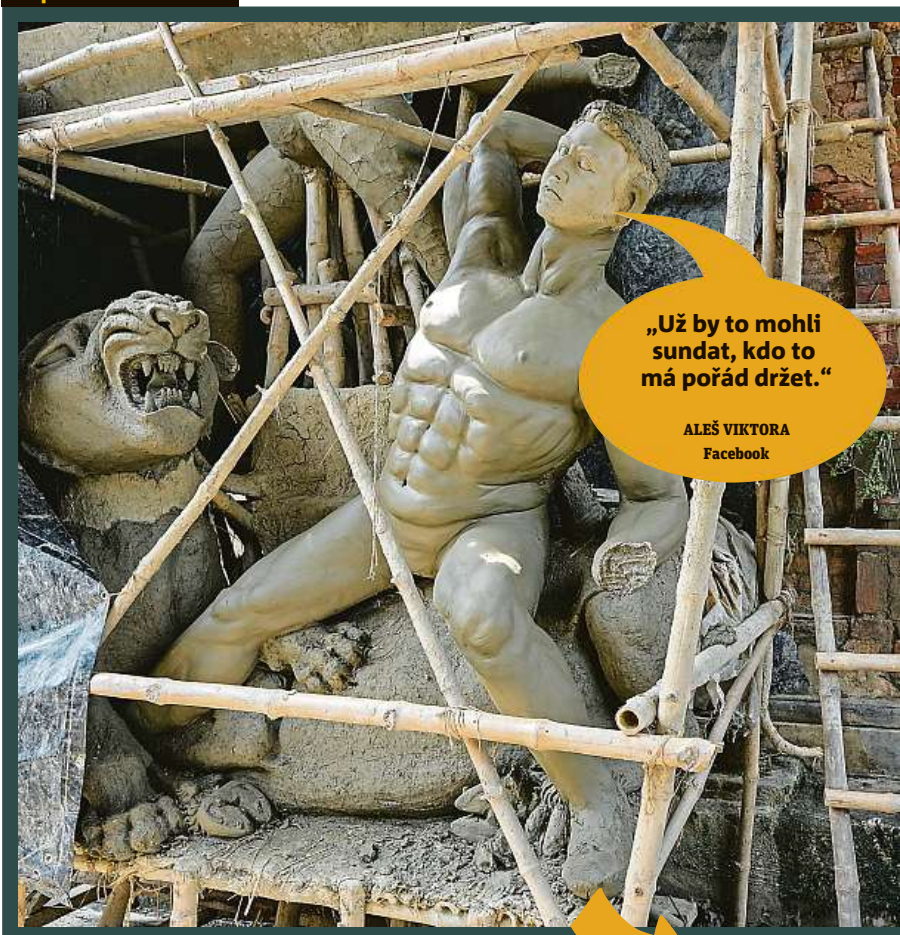
**BILLA**  
PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 5. 10. do úterý 11. 10. 2022.

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**

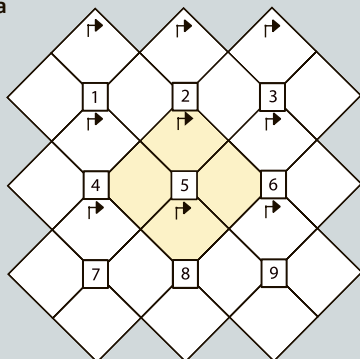


„Už by to mohli sundat, kdo to má pořád držet.“  
ALEŠ VIKTORA  
Facebook

**Luštěnka**

Slova vpišujte okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

- 1. víkendové stavení
- 2. plišňový sýr
- 3. hrdí ptáci
- 4. tajnosti (kniž.)
- 5. tajenka
- 6. pohyb vzduchu
- 7. jm. herečky Bouškové
- 8. střevíc
- 9. lidský trup



**Počasí**

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
18/22 °C	18/22 °C	17/21 °C	16/20 °C

Teplotní rekordy: ↓ -1,9 °C (1912) ↑ 24,8 °C (1983) Bio: ❤️❤️❤️



**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.50 Na krok od nebe III</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</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 Četnické humoresky (31/39)</p> <p>21.40 13. komnata Aleše Cibulky</p> <p>22.10 Já, Mattoni</p> <p>23.10 Maigret a tělo bez hlavy</p> <p>00.40 Kde bydlely princezny</p> <p>01.05 AZ-kvíz</p> <p>01.35 Bolkoviny</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Kluci v akci</p> <p>05.15 Černé ovce</p>	<p>16.00 Klíč</p> <p>16.25 Chůze lesem</p> <p>17.20 8 dní, které stvořily Řím (4/8)</p> <p>18.05 Majáky (5/10)</p> <p>18.15 Tajemství migrace v přírodě</p> <p>19.10 Babylon</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Kamera na cestách. Malé Antily, tepající srdce</p> <p>21.00 Svět na talíři (5/10)</p> <p>21.30 Bedekr VIII</p> <p>22.00 My 2</p> <p>23.30 Balthazar III (3/8)</p> <p>00.25 Dobrodruh (3/12)</p> <p>00.50 Na houby (2/13)</p> <p>01.15 Spartakiádní vrah</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu II</p> <p>18.30 Ulice (4338)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 MasterChef Česko VI (12)</p> <p>21.45 Utajení šéf III</p> <p>23.20 Dr. House V (19) Vězeň ve vlastním těle. Seriál (USA, 2008)</p> <p>00.15 Dr. House V (20) Jednoduché vysvětlení. Seriál (USA, 2008)</p> <p>01.15 Specialisté (110)</p> <p>02.00 Na lovu II</p> <p>02.45 Na lovu II</p> <p>03.45 Pojišťovna štěstí II (24)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>15.50 Policie v akci</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Kriminální zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Hořký svět (6) Pivovarská rodina. Komedijní seriál (ČR, 2022)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.40 Show Jana Krause</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>01.05 Policie v akci</p> <p>02.00 Námořní vyšetřovací služba IX (18) Vyděrač. Krimiseriál (USA, 2011)</p> <p>03.00 Rizzoli &amp; Isles: Vraždy na pítveň IV (7)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Number One</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.30 Smartmania</p> <p>14.35 Óčko hity</p> <p>16.00 Mixer Feed</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>21.30 Tattoo Fixers Extreme Krotitelé extrémně zrušovaných kérek</p> <p>22.00 Naked Attraction Seznamka na tělo</p> <p>22.30 O black list fresh Playlist ze světa rapu a R&amp;B od kolegů z Óčka BLACK</p> <p>O black list party</p> <p>23.30 O black list party</p> <p>0.05 Óčko flirt Proud klipů vs vzácky diváků Óčka</p>



**SLEVOVÉ  
KUPONY  
NAJDETE**

**12. 10.**  
ŽENA A ŽIVOT

**17. 10.**  
ONA DNES

**18. 10.**  
PORTMONKA

**20. 10.**  
MAGAZÍN  
DNES+TV

CHARITATIVNÍ  
PARTNER



PŮRADATEL

**NAKUPY**  
*Ona  
Dnes*

[WWW.NAKUPYONADNES.CZ](http://WWW.NAKUPYONADNES.CZ)

# SLEVN

**NÁKUPY**  
*OnaDnes*  
**17.—23. 10.**  
**2022**

## MARTIN DANEŠ

BRETAŇSKÝ PSAVEC



### Sloupek

# KULATINY

Před čtrnácti dny jsem slavil kulaté narozeniny. Byly tak dokonale zaoblené, že se daly dělit řadou číslic; nebudu vám říkat kolika. Při té příležitosti za mnou do Bretaně přicestovali dva kamarádi z Prahy. Oslava trvala rovný týden; přes den jsme jezdili po výletech, večer jedli a prolévali hrdlo doma, po návštěvách i restauracích (Jitko a Petře, zdravím – už se zas můžete normálně hýbat?).

Týden po odjezdu kamarádů do Prahy mě bylo jenom půl. Teď už je to lepší, přesto jsem se včera ráno lehce předklonil a píchlo mě v pravém boku. Nebudu to pokoušet, pomyslel jsem si a pro jistotu se hned napřimil. O něco později jsem předklon zopakoval a píchlo mě tam zas. Nakonec jsem se

### Citát

**Dodal jsem si kuráže a předklonil se co nehlouběji, to znamená až k zemi.**

předkláněl jen proto, abych se ujistil, že mě pořád píchá v pravém boku, a ihned se zase narovnával. Napadlo mě, zda bych se ve svých pohybech neměl začít krotit – až do chvíle, kdy mi do ruky

vrazí hůlku. To jsou mi nápady! Dodal jsem si kuráže a předklonil se co nehlouběji, to znamená až k zemi. Šlo to jako po másle a pravý bok zůstal zticha. Odteď to takhle budu dělat se vším: kdykoli narazím na nějaký limit, nezaleknou se a půjdu dál (výš, hloub), až na samu hranici možného. Nebezpečí je mým živlem.

PS: Před chvílí jsem si zkusil nový předklon a znovu mě píchlo v pravém boku. Nic se neděje; to se spraví. Problém by nastal v okamžiku, kdy bych se začal předklánět s myšlenkou, že mě v pravém boku píchnout musí. Tak daleko to ale já dojít nenechám.

www.martindanes.com

### Anketa

**f Jak často posíláte klasický dopis?**



**Lucie Urbánková**  
Už vůbec, ale dřív jsem si dopisovala s prababičkou.



**Ondřej Dušek**  
Dopisy moc neposlám, spíš občas pohlednice.



**Michal Václavík**  
Pár let žádný. Jedině e-pohlednice z dovolených.

## @mojemetro



„Miluju pražské tramvaje. Nejvíc ty staré červené kulaťoučké Tatry T3,“ lebedí si **@klara\_has**. „Při všech povoláních, kterými jsem chtěla být – malířka, spisovatelka, kronikářka, novinářka, kominice, balonářka – byla mým hitem tramvajačka, která řídí tramvaj 22,“ usmívá se šotouška.

# #METROTAG

**Tohle je místo na váš vzkaz!** Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na [mms@metro.cz](mailto:mms@metro.cz). Váš výtvar dáme do novin!

### Dopisy a vzkazy

## Něco o novém ministroví

Náměstek brněnské primátorky Petr Hladík neuspěl ve volbách do zastupitelstva, a tak se stává rychle ministrem namísto Anny Hubáčkové. Ten úspěch se udal přes nevidanou kampaň v Brně – obrázů na obřích plakátech i na internetu bylo zaplaveno více, než kolik jich měl kdysi Stalin při svém pompézním pohřbu. Kult osobnosti jako vyšší. K tomu manipulace v několika vlnách pomocí záplavy letádků do schránek celého města. Co v těch letátcích bylo? To, že náš lidovec upřednostňuje brněnskou politiku před tou vládní, že upřednostňuje rodinu před pražskou kariérou. Dlouho mu ty ideály nevydržely. Byly to jen návnady pro omezené voliče. Lidovci, máte pěkné předvolební sliby a ještě pěknější povolební šachy s koryty.

JIŘÍ VLACH

**dopisy@metro.cz,**  
**www.facebook.com/denikmetro**

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

VRBA

### Komiks

**F POHODĚ**  
o=)

Reklama(ce)

A. Židkova



# Disk. Lepší výkon za pár korun

Pokud máte už pár let starý počítač a cítíte, že jeho výkon už není takový, jaký býval, může být na vině hned několik faktorů.

## Disky bez pohyblivé části jsou spolehlivější

Jedním a častým z nich je paměťový disk. Je velká pravděpodobnost, že váš stroj stále běží na starém mechanickém HDD. Tyto disky trpí na opotřebení v průběhu času a zároveň nemají takovou rychlost zápisu a čtení, jako nové, moderní SSD.



SSD Kingston MIRONET

Solid State Drive, zkráceně SSD, postrádají, jak již jistě anglofonní čtenáři tuší, mechanické pohyblivé části, které bývaly standardem každého úložiště minulosti. Právě

ty se svým během postupně vyřadí z provozu a jejich životnost zkrátka není srovnatelná s novou technologií SSD úložišť.

## Čím rychlejší čtení, tím rychlejší chod operace

Dalším faktorem je pak již zmiňovaná rychlost čtení a zápisu. V praxi to znamená, jak rychle dokáže úložiště nahrát, případně uložit, soubory, se kterými pracujete.

Například SSD Kingston A400 čte v rychlosti 500 MB/s a zapisuje rychlostí 450 MB/s,

zatímco starší hard disky mají rychlost přenosu někde mezi 80 až 160 MB/s, tedy výrazně nižší.

Pokud uvažujete o tom, že vdechnete svému starému počítači nový život, může být právě SSD rychlým a relativně levným řešením. Rychlé čtení totiž znamená také rychlejší chod operačního systému a de facto všech úkonů na zařízení.

Moderní SSD Kingston A400 480GB koupíte snadno a rychle v internetovém obchodě Mironet.cz za 938 Kč.



Nový život pro starý počítač



938,-

Kingston A400 480GB SSD

www.mironet.cz

# Dokonalý účes jako ze salonu vytvoříte doma za pár minut

## S kulmofémem Revlon se budete každé ráno cítit jako po návštěvě kadeřníka.

V záplavě přehnaných fotek, videí a reklam s krásnými modelkami se kdekterá z nás může občas cítit nedokonale. A začínat každé všední ráno návštěvou salonu krásy není v ničíh silách.

## Suší a zároveň tvaruje

Nyní si tak ale můžete připadat. Kulmofén od značky

Revlon přináší nástroje profesionálních salonů do vašeho domova. Vytvoříte s ním nadýchaný účes jako od kadeřníka. Vlasy s ním můžete sušit a rovnou tvarovat.

## Studený vzduch zabrání přehřátí vlasů

Mnohé z nás jistě ocení také funkci studeného vzduchu, čímž můžete snadno zabránit přehřátí vlasů a zvláště jej ocení ty s jemnými vlasy. Funkce ionizace je pak dalším krokem k bezpečí vašich vlasů, na kterou se můžete u tohoto zařízení spolehnout.

Kulmofén je statický. To znamená, že se sám netočí

a jeho pohyb máte plně pod kontrolou zápěstím vlastní ruky. Vedle dvou úrovní teplot si na přístroji můžete vybrat také ze tří rychlostí vzduchu.

Techničtější typům jistě napoví o kvalitě nástroje bohatý příkon 1100 W a tři metry dlouhý přívodní kabel ocení každá slečna, paní, i dáma. Pro zvýšenou bezpečnost je kulmofén vybavený funkcí automatického vypnutí, pro případ, že byste jej zapoměla zapnutý.

Kulmofén Revlon RVDR5282UKE koupíte snadno a rychle v internetovém obchodě Mironet.cz za 1014 Kč.



Kulmofén vám pomůže s načebraným účesem.

MIRONET

# DOMÁCÍ SKLIZEŇ NA COOLÍKU

Nový pořady od října na

Prima COOL

(JEDNOU SI DOLE, JEDNOU NAHOŘE)

(BÁBOVKY A PLECHOVKY)

(K.O.MICI)

(MAGIC SHOW)



# Vzkaz nadřazeným. Chvalte podřazené, nebo vám utečou

**Čísla o české nezaměstnanosti, re-spektive zaměstnanosti, jsou stále mimořádně příznivá.**

Přesto, že firmám scházejí v mnoha oborech pracovníci, především specialisté, chuť měnit místo mírně klesá.

Poslední údaje o nezaměstnanosti se pohybují kolem tří a půl procenta. Odpovídá to podzimním údajům za poslední dva roky. Takže zvýšení o jednu desetinu procenta podle odborníků na pracovní trh nesignalizuje nic mimořádného. Přesto si personalisté všimají, že chuť nechat se přetáhnout jinam je nyní menší.

## Pro přestup jsou spíše muži a mladší lidé

Ačkoli firmy v poslední době avizují, že budou nabírat nové zaměstnance, lidé se do změny práce příliš nehrnou. Změnit zaměstnavatele se v nejbližších měsících chystá pouze pět procent zaměstnanců a dalších patnáct procent o tom uvažuje. Mezi těmi, kteří o přestupu uvažují, převažují muži a mladší ročníky. Vyplyvá to z výzkumu, který pro společnost Sodexo realizovala formou dotazníkového šetření agentura Ipsos.

„Je to vcelku pochopitelné, že lidé v tak extrémně rozkolísané době, jako je ta současná, chtějí mít jistotu v práci, a to i v případě, že v ní nejsou tak úplně spokojeni. Každá změna, i ta, kdy jdeme za lep-



Bez dobré mzdy, ale i bez pochvaly to nejde. To radí Martina Machová.

ARCHIV SODEXO

ším, totiž vyvolává stres,“ komentuje výsledky výzkumu Martina Machová, personální ředitelka Sodexo. Z téhož výzkumu totiž vyplývá, že muži či spíše spokojeno je v práci jen 68 procent lidí.

O spokojenosti či nespokojenosti v zaměstnání přitom rozhoduje více faktorů než jen mzda. Dobrý kolektiv je pro nadpoloviční většinu zaměstnanců stejně důležitý jako mzda a férového zacházení si cení více než šedesát procent lidí, kteří v průzkumu odpovídali. „Výrazně mezi nimi převažují ženy, pro ně je well-being, tedy pocit osobní pohody, dlouhodobě stěžejní a v covidu se ještě prohloubil. Z výzkumu také vyplývá, že ženy jsou mnohem citlivější na mezilidské

vztahy na pracovišti. Dobrý kolektiv je pro ně důležitější než pro muže a mnohem častěji jako důvod pro změnu zaměstnání uvádějí špatné mezilidské vztahy,“ komentuje Martina Machová.

## Hybridní není jen válka, ale i pracovní den

„Pro mladší generaci je zase velmi signifikantní požadavek na work life balance a pro všechny, u nichž to povaha zaměstnání umožňuje, pak hybridní model práce, tedy kombinace home office a docházení do kanceláře,“ připomíná Martina Machová s tím, že flexibilní pracovní dobu považuje za důležitou téměř třetina dotazovaných. Dostatek volného času zase preferuje bezmála čtyřicet

procent tázaných. To se týká hlavně lidí do 34 let věku.

## Není všechno zlato. Lidem schází pochvala

A co naopak lidem vadí natolik, že kvůli tomu o změně práce uvažují? Asi nepřekvapí, že na prvním místě je nedostatečný plat (50 procent), přičemž tady výrazně převažují muži (59 procent) nad ženami (35 procent). Nejčastěji tento důvod zmiňovali zaměstnanci mezi 24. a 35. rokem věku (62 procent). V přibližně třetině případů je to možnost kariérního posunu. Něco málo přes třicet procent účastníků výzkumu pak zmínila chybějící uznání práce a 23 procent špatné mezilidské vztahy na pracovišti.

„Minimálně u středních

## Premiant Česko

V míře nezaměstnanosti je Česká republika dlouhodobým evropským šampionem. Mzdy tu sice nedosahují unijních vrcholků, ale úřady práce evidují nejméně zájemců.

- Míra nezaměstnanosti v Evropské unii koncem léta podle sezonně přepočtených údajů činila šest procent, zůstala tak na červencové úrovni.

- Nejnížší je už tradičně v České republice, kde činila v létě 2,4 procenta. Vyplyvá to z údajů evropského statistického úřadu Eurostat.

- V 19 zemích eurozóny, které používají jednotnou evropskou měnu, se míra nezaměstnanosti před podzimem také nezměnila a činila 6,6 procenta. Loni v srpnu byla nezaměstnanost v eurozóně na 7,5 procenta. **ČTK**

a vyšších pozic hraje pocit nedoceníení velkou roli, potřebují vědět, že si firma jejich práce váží a že ví, jakým jsou pro ni přínosem. Výrazně vadí také nekompetentní vedení a nevyhovující podmínky,“ říká Machová.

Nedostatečné ocenění nejméně trápí lidi nad padesát let, kde jde podle výzkumu skutečně o masivní problém. Jako důvod úvah o změně práce to uvedlo alarmujících 75 procent zaměstnanců z této věkové skupiny a z těch, kteří žehrají na uznání ze strany nadřazených. „Myslím, že zaměstnavatelé a jejich HR oddělení by se tím měli zabývat, protože kdo jiný může předávat zkušenosti a zaučovat mladší ročníky,“ varuje Machová. **MET**

## Číslo dne

# 2

Tolik milionů korun vydal sběratel za jednu lahev 78leté skotské single malt whisky Macallan z limitované řady Red Collection. Zakoupená lahev z podobných dražeb nebývá ozdobou obývacího pokoje a ani se z ní neupíjí. Putuje rovnou do bezpečnostní schránky určené právě k těmto účelům. **IDNES.CZ**

## Roboti. Jak vidí? Uvidíte

Pražský Signal Festival není jen pro vizuální umění. Poprvé se ho účastní Fakulta elektrotechnická ČVUT, která otevře dvůr univerzitního kampusu na Karlově náměstí. Představí se instalací Forum Robotum, na jejímž vzniku se podíleli výzkumníci, studenti i externí umělci. Návštěvníci se mohou těšit na unikátní audiovizuální zážitek s interaktivními prvky. Na dvoře fakulty se objeví ro-

botická zoo, která během čtyř večerů přiblíží, jak roboti vnímají své okolí, jak zní jejich magnetické pole a jak v reálném čase reagují na svět kolem sebe. Forum Robotum je příležitost zažít, jak může vypadat společná budoucnost robotů a lidí.

„Uvidíte roboty, kteří se rozsvěčí na základě vašeho pohybu, skrze vizualizaci dat pochopíte, jak roboti naopak vidí vás. Možná poprvé uslyší-

te, jak zní magnetické pole kolem nich,“ láká na instalaci Forum Robotum její kurátor Jiří Zemánek z katedry řídicí techniky Fakulty elektrotechnické ČVUT. „Instalace je na první pohled velmi hravá, ale zároveň jsme lidem chtěli ukázat, že roboti budou kolem nás stále častěji a můžou být naši partáci, ne konkurenti. V populární kultuře se často vykreslují zbytečně negativně,“ dodává Zemánek. **MET**

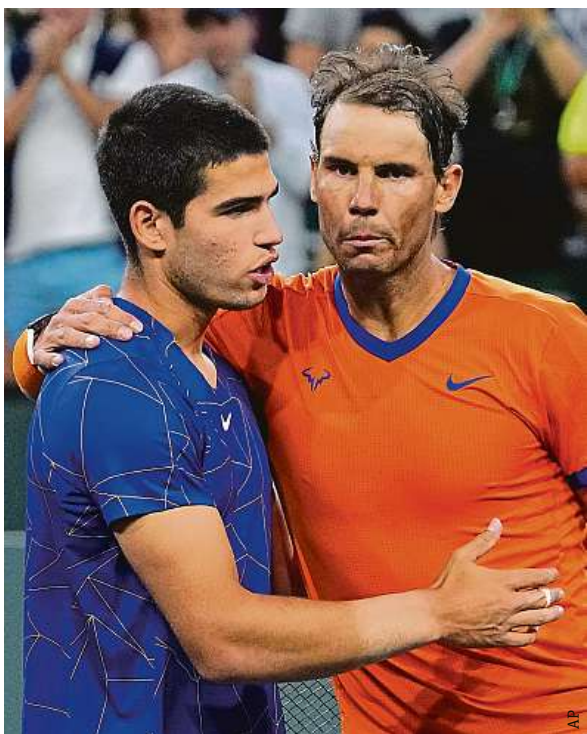
## Krátce

### Dotace na zaměstnanost

Provozovatelé obchodů v malých obcích v Olomouckém kraji mohou letos požádat o dotace v celkové výši sedm milionů korun. Program pomůže zachovat v malých obcích provoz maloobchodních prodejen i pracovní místa. **ČTK**

## Pád jedničky

Španělský tenista Carlos Alcaraz (vlevo s Rafaellem Nadalem) prohrál na turnaji v Astaně svůj první zápas ATP Tour v roli světové jedničky. Devatenáctiletý šampion US Open podlehl v 1. kole 5:7, 3:6 o dvanáct let staršímu Davidu Goffinovi z Belgie, jenž se do hlavní soutěže dostal až jako šťastný poražený z kvalifikace. Alcaraz se po zářijovém triumfu na newyorském grandslamu stal nejmladší mužskou světovou jedničkou v historii a od té doby se představil jen v Davis Cupu, v němž si připsal výhru a porážku. V utkání proti 66. hráči žebříčku Goffinovi měl problémy se správným načasováním úderů, přišel pětkrát o servis a zápas prohrál za hodinu a tři čtvrtě. Goffin si připsal už třetí výhru v kariéře nad aktuální světovou jedničkou. **ČTK**



### Krátce

#### Senzační výhra

Fotbalisté Plzně do 19 let ve třetím utkání skupinové fáze Youth League na hřišti Bayernu Mnichov senzačně zvítězili 2:1 po obratu v závěru. Viktoria získala první body ve skupině C po úvodních dvou prohrách 0:3 v Barceloně a doma s Interem Milán.

#### Rallyeové MS by mohlo být i v ČR

Česká republika by v příštím roce mohla hostit poprvé v historii závod mistrovství světa v automobilových soutěžích. Součástí kalendáře se může stát Středoevropská rallye s centrem v Bavorsku. Konala by se v Německu, Rakousku a Česku. Součástí české účasti má být i slavnostní start v Praze.

#### Česko má 15letou mistryni světa

Patnáctiletá Viktorie Jílková se stala evropskou šampionkou v boxu kadetek. Ve finále kategorie do 57 kg v italském Montesilvanu porazila Řekyni Panajotu Kuziluovou 3:2 na body. Jílková je nezvykle všestranným talentem českého sportu. Úspěšně se věnuje i thajskému boxu, kickboxu a hokeji.

#### Stopka od Egypta

Čeští stolní tenisté na mistrovství světa družstev v Čcheng-tu nepostoupili ze skupiny. V přímém souboji o 2. místo včera podlehl Egyptu 1:3 a mezi postupující z třetí příčky se nedostanou. Jediný český bod získal Tomáš Polanský. **ČTK**

## MS 2030. Bude i na Ukrajině?

Ukrajina touží uspořádat jednu ze skupin fotbalového MS v roce 2030. Země, jež od února čelí ruské vojenské agresi, se hodlá připojit ke společné kandidatuře Španělska a Portugalska. Odvážný plán už podpořili prezident Zelenský i vlády obou pyrenejských zemí. Oficiálně zájem o pořádání šampionátu za osm let už projevilo Maroko a společně i Argentina, Chile, Paraguay a Uruguay. **ČTK**

# Hurá na Petřín. Můžete být v týmu i se Synkem

**Čeští olympionici znovu podpoří děti ve sportování. Pomoci však může každý, i na dálku.**



Andrea Sestini Hlaváčková na festivalu Sportmanie

Tenistku Andreu Sestini Hlaváčkovou, lyžařku Šárku Strachovou a mnoho dalších můžete zítra potkat na pražském petřínském vrchu. Vzhůru k Petřínské rozhledně se vydají v rámci pomoci České olympijské nadaci, která přispívá na sportování dětem z ekonomicky znevýhodněných rodin.

Do virtuálního týmu #pohybemprodeti se však nákupem osobního startovního čísla na webové stránce [www.olympijskanadace.cz](http://www.olympijskanadace.cz) za příspěvek nejméně 100 korun pro Českou olympijskou nadaci, který jde v plné výši na podporu sportování dětí, může přidat úplně každý.

„Podporujeme děti z rodin samoživitelů, z pěstounských rodin i děti s různými hendikepy, kterým sport dělá radost a zároveň je spojuje s ostatními, což je jeho nezastupitelná společenská role. Od roku 2012 jsme podpořili 3712 dětí průměrnou částkou 5771 korun. Rozdělili jsme tak téměř 21 a půl mi-

lionu,“ říká Petr Graclík, generální sekretář Českého olympijského výboru. „Nyní se kvůli složité energetické situaci dostává do finančních problémů stále více rodin. Mnozí rodiče tak stojí před volbou, zda si mohou sportovní kroužek pro své dítě dovolit. Proto přicházíme s touto akcí, díky které může mít každý radost z pohybu, a navíc i z dobrého skutku.“

#### Sport je jen jeden

Na Petřín můžete vystupovat v jednom ze čtyř nadačních týmů. V devět hodin dopoledne se na startu u dolní

stanice lanovky potkáte s trojnásobným olympijským medailistou Ondřejem Synkem nebo bronzovou medailistkou z paralympijských her Annou Luxovou, kterou v minulosti nadace také podporovala. V 11.00 vyrazí do akce sportovkyně-maminky v čele s basketbalistkou Ilonou Burgrovou, tenistkou Andreou Sestini Hlaváčkovou a také lyžařkou Šárkou Strachovou. V jednu po poledni bude na startu připravena skikrosařka Nikol Kučerová. V 15.00 pak v duchu hesla Sport je jen jeden podpoří děti paralympionici Tomáš Mošnička

a Tereza Jakschová. Přijít však zítra můžete také v kterýkoliv jiný čas, individuální výstup je možný kdykoli.

#### Připojte se odkudkoli

Výběh nebo výšlap na Petřín je symbolickým začátkem akce, ke které se může připojit kdokoli a odkudkoli. „Když jsme před dvěma lety při první vlně pandemie covidu organizovali nadační výzvu s bikerem Jaroslavem Kulhavým, mile nás překvapilo, kolik lidí si zakoupilo startovní číslo a zapojilo se na dálku,“ říká Graclík. „Věříme, že i tentokrát spojí vlastní pohybovou aktivitu s dobrým skutkem lidí, kterým není lhostejná situace dětí z ekonomicky znevýhodněných rodin a kteří vnímají sport jako základ zdraví.“

Na dálku se zapojí i další čeští sportovci – například šestinásobný paralympijský vítěz v cyklistice Jiří Ježek nebo moderní pětibojář David Svoboda, který je ambasadorem České olympijské nadace od jejího počátku v roce 2012. „Vždycky se rád do aktivit nadace zapojujím. Pohyb a sport totiž vnímám jako nedílnou součást života a myslím si, že by dětem nemělo ve sportování bránit nedostatek finančních prostředků,“ říká olympijský vítěz z Londýna v roce 2012. **MET**

### Čísla dne

# 2

Sport by měl od státu příští rok dostat asi o dvě miliardy korun více než letos. Peníze navíc jsou určeny především na investice. Na dotace na provoz a údržbu, které jsou pro sportovní kluby zásadní pro úhradu drahých energií, zatím vláda nemyslí. Vyplývá to z vládního návrhu. Národní sportovní agentura o tom bude s ministerstvem financí ještě jednat.

# 2

Hvězdný belgický žokej Christophe Soumillon dostal dvouměsíční zákaz startů za to, že v pátečním dostihu ve francouzském Saint-Cloud loktem srazil z koně Rossu Ryana. Ir vyvázl z děsivě vyhlížejícího pádu bez zranění. **ČTK**

# K vidění budou mluvící budík nebo různé sklářské techniky



## Stovky makerů se představí v Brně.

Vynálezci, kutilové, nadšenci do technologií, řemeslníci, výtvarníci. Moderní technologie i rukodělné výrobky. To bude třetí ročník brněnského festivalu Maker Faire, který se uskuteční v pavilonu A brněnského výstaviště o víkendu 22. a 23. října.

„Maker je inovátor, vynálezce, kutil, designér i nadšenec. Každý, kdo se nespokojuje s dostupnými věcmi, vytváří si nové, ale zároveň si je nenechává pro sebe – sdílí je s ostatními. Makerství je o zvědavosti, tvoření a inovacích,“ říká programový ředitel festivalu Vojtěch Kolařík. Rodiny s dětmi na festivalu mohou strávit dlouhé hodiny vyráběním a tvořením všeho druhu. Kromě mnoha aktivit, které se odehrávají v jednotlivých stáncích, proběhnou i skupinové workshopy.

K vidění a vyzkoušení bude třeba 3D tiskárna vyrobená z volně dostupných dílů. Zájemci si sestaví levný senzor vzduchu, který měří prachové částice, teplotu, tlak a vlhkost, a zapojí se tak do mezinárodní sítě čítající již přes 14 tisíc senzorů. Na své si přijdou fanoušci Star Wars, především droidů. Zjistí, co se skrývá ve funkčním BB-8, a podívají se, jak velký je R2-D2 v životní velikosti. Ani letos nebude chybět stánek „xx0x“, na kterém Václav Mach představí elektronické vychtávky mísící prvky reترا i futurismu, například náušnice na dálkové ovládání, hodinky ukazující čas „lidskou řečí“ či mluvící budík pro fanoušky železnice. Součástí jeho tvorby jsou také elektronické stavebnice sloužící k naučení základů pájení. Některé z těchto staveb

nic si budou moci účastníci Maker Faire pod odborným dohledem na stánku spájet a odnést. Festival však zdaleka nebude jen o technologiích. K vidění bude i ručně malované hedvábné výtvary brněnského ateliéru Z divočin. Ten představí obrazy z lesa, soběstačné mikrosvěty nebo s návštěvníky oživí mech v malých lahvičkách. Kromě produktů ke koupi chystá i malou dílnu, kde si zájemci vyrobí lišeňníkový obrázek nebo stojánky na tilandsie. Další vystavující představí svoje mravenčí farmy. Kdo bude mít chuť, může si vyrobit také obrázek z barevného písku. K vyzkoušení bude rovněž výroba svíček z včelího vosku, a dokonce sklářské foukačské techniky.

A to zdaleka není vše. Aktuální seznam aktivit a informace o festivalu najdete na [makerfaire.cz/brno](http://makerfaire.cz/brno). **BAB**

Maker Faire. Sanci „prosadit se“ mají i děti. JAN HRMÁDKO

INZERCE

## LR LOHMANN & RAUSCHER

Společnost Lohmann & Rauscher, s. r. o. patří mezi přední světové dodavatele zdravotnických a hygienických výrobků

**hledá do svého týmu vhodné kandidáty / kandidátky na pozice**

- laborant/ka pro výzkum a vývoj
- operativní nákupčí /referent/ka nákupu
- projektový manažer
- specialista/specialistka sterilizace
- dělnice ve zdravotnické výrobě
- dělnice ve zdravotnické výrobě – přední dělnice
- dělnice ve zdravotnické výrobě – tisk etiket
- manipulační dělník - balíč
- skladník/skladnice

### Co vám můžeme nabídnout:

- zájem prosperující mezinárodní společnosti
- čisté pracovní prostředí
- pracovní poměr na dobu neurčitou
- možnost osobního rozvoje, jazykové vzdělávání
- dovolená nad rámec Zákoníku práce
- příplatky nad zákonnou výši
- kooperativní prémie
- prémie na letní dovolenou a Vánoce
- věrnostní odměny
- dotované stravování
- vitamínové balíčky
- tábory pro děti zaměstnanců
- firemní akce a benefity

**Bližší informace k pozicím najdete na**

<https://www.lohmann-rauscher.com/cz-cs/kariera/nase-nabidka-volnych-mist/>

**Neváhejte a kontaktujte nás:**

email: [Erika.Fejfusova@cz.LRMed.com](mailto:Erika.Fejfusova@cz.LRMed.com);

tel.: +420 544 425 879; + 420 731 141 123

email: [Radka.Jirkova@cz.LRMed.com](mailto:Radka.Jirkova@cz.LRMed.com); tel. +420 544 425 844

Lohmann & Rauscher, s.r.o., Bučovická 256, 684 01 Slavkov u Brna.



Několik instalací najdete také pod širým nebem.

RADEK BABIČKA

# Tramvaje ke kampusu už jezdí. Zatím ale zkušebně

**Výstavba nejdelšího tramvajového tunelu v Česku vstupuje do finále.**

Během září, 35 měsíců po poklepání základního kamene, začaly jezdit tramvaje na nové trati spojující zastávku Osová a bohunický univerzitní kampus. Stavba za 1,4 miliardy korun s nejdelším tramvajovým tunelem v Česku tak vstupuje do závěrečného ověřovacího režimu. Po odzkoušení trati a všech technologií zde Dopravní podnik města Brna v prosinci spustí ostrý provoz s cestujícími.

„Stavba tramvajové trati spojující zastávku Osová s oblastí univerzitního kampusu je projekt, který se připravoval několik let. Za pouhé dva roky se pak podařilo jej zrealizovat, a to i přes veškeré kom-

plikace spojené s covidem a dodávkami materiálu. Stavba bude obrovským přínosem pro čtyřicet tisíc lidí, kteří do této části Bohunic denně dojíždějí, ať už to jsou studenti, zaměstnanci Masarykovy univerzity, nebo Fakultní nemocnice Brno,“ říká brněnská primátorka Markéta Vaňková, podle níž patří díky zejména obyvatelům Starého Lískovce a Bohunic, kteří zvládli nekomfortní situace spojené se stavbou.

Nová trať s nejdelším tramvajovým tunelem v Česku měří 912 metrů, samotný tunel 602 metry. „Součástí projektu je i nová podzemní zastávka Západní brána. Ta bude v dohledné době sloužit obyvatelům stejnojmenné zástavby s více než tisícovkou nových bytů,“ předestírá radní pro dopravu Petr Kratochvíl. Zcela nový je také terminál před Fakultní nemocnicí Brno, kde mají tramvaje ke



Stavba za téměř jeden a půl miliardy se blíží do finále.

DPMB

nečnou stanicí. U ústí tunelu se nachází i odstavňové koleje a provozní budova, která poslouží jako zázemí pro řidiče a k předprodeji jízdních dokladů.

„V tuto chvíli přecházíme do ověřovacího provozu, což je finální část celého projektu. Během necelých tří měsíců

musíme ověřit, zda trať splňuje všechny provozní, technické i bezpečnostní podmínky, a vyzkoušet všechny možné scénáře, ke kterým může dojít. Těšíme se, že od 10. prosince zahájíme ostrý provoz s cestujícími,“ říká generální ředitel Dopravního podniku města Brna Miloš Havránek. Kro-

mě samotného ověřovacího režimu zbývá do plného zprovoznění trati ještě několik úkonů. Například doplnění chybějících částí komunikací a chodníků před portálem tunelu, terénní úpravy, dokončení provozní budovy, oplocení odstavňových kolejí či montáž vrat do tunelu. **RADEK BABIČKA**

INZERCE

## Vstupte do největšího světa prémiového obsahu

### iDNES Premium



Vyzkoušejte  
pouze za  
**1 Kč**  
na první  
měsíc

- ✔ Prémiový obsah
- ✔ Přednostní vstupenky na akce
- ✔ Filmy a video
- ✔ Noviny a časopisy
- ✔ Knihy a audioknihy
- ✔ Výhody pro zdraví

Automaticky získáte neomezený přístup na

**iDNES.cz** **LIDOVKY.cz** **EXPRES**

**Vstupte na [idnes.cz/premium](https://idnes.cz/premium)**

# Wellness na Kraví hoře nabídne relax i výhled

**V novém areálu je hned sedm saun i vnitřní a venkovní vířivka.**

Rekonstrukce a dostavba moderního wellness provozu v areálu koupaliště a krytého bazénu na Kraví hoře se blíží do finále. Od 17. října si návštěvníci vychutnají relaxaci a odpočinek v jedné ze sedmi saun nebo třeba v parní turecké lázni.

Původní přízemní budovu z počátku 70. let minulého století, která byla z hlediska stavebně-technického i funkčního dlouhodobě nevyhovující, nahradilo nové wellness centrum. „O vybudování wellness provozu na Kraví hoře se začalo uvažovat přibližně před deseti lety. Už tehdy jsme se v Brně-střed, kde jsem po mnoho let působila, zabývali tím, jestli má samotná městská část dostatek financí na takto velkou investici. Jsem ráda, že se jí nakonec s výraznou podporou města Brna podařilo realizovat. Konečně se tak naplňuje původní plán, aby nabídka sportovních a rekreačních služeb byla v nesmírně cenné lokalitě Kraví hory co nejrozmanitější,“ říká primátorka Brna Markéta Vaňková. Brno do stavby investovalo 117,5 milionu korun. Kapacita wellness centra bude 65 osob.

Wellness centrum na Kraví hoře návštěvníkům nabídne sedm saun, z toho pět finského typu, konkrétně klasickou finskou, solnou, ceremoniální a dvě střešní panoramatické. Dále zde bude jedna nízkoteplotní aromasauna a parní turecká lázeň. Vodní část představuje vnitřní a venkovní vířivka, Kneippův chod-



Z wellness bude výhled třeba na Špilberk.

3x MAGISTRÁT MĚSTA BRNA

ník a ochlazovací bazén. Interiéru dominuje dřevo, obklady stěn tvoří skleněné mozaiky, na podlahách převažuje opalovaná žula. Odpočinkové zóně vévodí geometricky členěná mečová stěna doplněná o lounge s křeslem.

Do wellness se návštěvníci dostanou přes hlavní vstup s hygienickým zázemím umístěným do stávajícího podzemního traktu kryté bazénové haly. Prostory se nyní dělí na společenskou, klidovou, vodní a saunovou část, počítá se rovněž s odděleným prostorem pro masáže. Dlouhodobě nevyužívaná původní plocha slunečních teras na střeše se částečně proměnila na venkovní relaxační plochu s lehátky, dvěma panoramatickými saunami a venkovní vířivkou s výhledem

na město. Výstup na střešní terasu přímo z vnitřní části wellness umožní nová prosklená nadstavba.

Z technologického pohledu je zajímavé využití zbytkového tepla pro ohřev provozní vody a vytápění vnitřních prostor. Počítá se i s chytrým hospodařením s dešťovou vodou, a to nejen prostřednictvím zelené střechy, ale také podzemních nádrží.

„Rozšíření areálu plaveckého bazénu a koupaliště o wellness bylo jedním z dlouhodobých záměrů městské části Brno-střed. I díky tomu, že jsme již měli připravenou projektovou dokumentaci, se podařilo záměr realizovat v rekordně krátkém období 21 měsíců,“ dodává starosta městské části Brno-střed Vojtěch Mencl. **RADEK BABIČKA**



Celý wellness se nese ve stylu minimalismu.



Centrum se nachází v rekonstruované kancelářské budově.

INZERCE

**VIKA**  
**Jazyková škola**  
**VIKA**  
**Výuka přímo v centru města**  
 Masarykova 31  
 602 00 Brno  
 ☎ 542 221 578  
 ☎ 603 776 978  
 agentura@vika.cz  
 www.vika.cz

**IB-MET**  
**EKOLOGICKÁ**  
**LIKVIDACE VOZIDEL**  
 přijedeme, naložíme, zaplatíme, odhlásíme  
 608 333 308, 731 566 786 • www.ib-met.cz



# Na Špilberk! Mají také židle, na kterých se dělila republika

**Malá, ale naše. Tak by se dala charakterizovat nová výstava na Špilberku, která prostřednictvím předmětů běžně ukrytých v depozitářích připomíná velké brněnské příběhy.**

Výstava nazvaná Poklady z depozitářů se rozprostírá v šesti místnostech. Depozitáře Muzea města Brna sice čítají přes 200 tisíc exemplářů, na výstavě jich ale najdete jen pár. Autoři výstavy totiž místo na kvantitu vsadili na příběhy, které jsou s předměty spjaty. „V tomto případě nejde o kvantitu vystavovaných předmětů, ale především o kvalitu a o to, co představují. V naší výstavě jsou pokladem nejen samotné předměty, ale především také silné příběhy, které za nimi stojí. To je to, co chceme, aby si návštěvníci po zhlédnutí výstavy odnášeli,“ potvrzuje ředitel Muzea města Brna Zbyněk Šolc.

Výstavou návštěvníci putují proti proudu času. První místnost tak patří roku 1992 a dělení republiky. Depozitáře totiž skrývají předměty, které byly součástí historických událostí, v tomto případě židličky, na nichž pod platanem u vily Tugendhat rokovali Václav Klaus a Vladimír Mečiar o rozdělení Československa. Středobodem další místnosti jsou střepy talířů, na kterých kdysi hodovali návštěvníci Německého domu. Někdejší dominantou současného parku na Moravském náměstí byla místem, kde se od přelomu 19. a 20. století scházela německá menšina. Během druhé světové války se budova stala lokálním centrem fašistické moci a po bombardování a nezvratném poničení byla nakonec srovnána se zemí.

V dalších místnostech můžete obdivovat například skleněnou lampu z 15. století nebo kord, který obdržel od císaře Leopolda I. brněnský poštovník Johann Georg Metzger. Byl to totiž právě on, komu se šikovnou lstí podařilo proniknout přes veškeré hlídky Tatarů a jako první tak informovat císaře o vpádu Turků na Moravu. Posled-

ní místnost patří dřevěné soše světce, který se do sbírky Muzea města Brna dostal s plnovousem jakožto sv. Mikuláš. Záhy se však ukázalo, že vousy soše někdo dodatečně přitesal a ve skutečnosti se jedná o sv. Ludvíka.

„Je nesmírně důležité připomínat si, jak různorodá a obsáhlá je paměť města Brna. Věřím, že výstava bude opravdu velkým přínosem pro celé město a pro každého, kdo ji navštíví,“ komentuje primátorka města Brna Markéta Vaňková. Město Brno svoji sbírku systematicky buduje už 130 let. Její základy položil podnikatel s vlnou a milovník umění Heinrich Gomperz, když ve své závěti odkázal Brnu velmi cenné umělecké předměty. Z původních 373 exponátů se sbírka rozrostla na neuvěřitelných 206 589 kusů. Od roku 1904 je její správou pověřeno právě Muzeum města Brna.



**RADEK  
BABIČKA**  
dopisy@metro.cz



Židle, na kterých se dělila republika.

3x RADEK BABIČKA



Kord brněnského poštovníka, jež dostal darem od císaře



Kus platanu, pod kterým Klaus a Mečiar dělili republiku

# VIDA! Naučte se zachránit lidský život

Ruku na srdce! Víte, jak poskytnout první pomoc? Chcete si pořádně zažít, jak správně postupovat při resuscitaci? Vyzkoušet si práci s automatizovaným externím defibrilátorem AED? Zjistit, jak rozpoznat srdeční zástavu, správně zavolat záchranku a zahájit nepřímou srdeční masáž? Pak určitě navštivte **zábavní vědecký park VIDA! v neděli 16. října**. Profesionálové ze Zdravotnické záchranné služby Jihomoravského kraje vás ve speciálních workshopech naučí vše potřebné. S lektory VIDA! pak můžete prozkoumat, jak funguje srdce i plíce – pitvat se bude srdce vepřové, které je tomu lidskému velmi podobné. Můžete se těšit i na prohlídku sanitky či komentované ukázky poskytnutí resuscitace profesionálními záchranáři přímo v expozici VIDA!

„Oslavte ve VIDA! Světový den záchrany života. A společně s tisíci lidmi



po celé Evropě se naučte správný postup resuscitace. Nečekejte žádné suchopárné přednášky. Na všechno si sáhnete a sami vyzkoušíte. Cílem není napsat správné test, ale opravdu se připravit na situace, kdy je záchrana života ve vašich rukách.“ láká na akci tisková mluvčí VIDA! Hana Laudátová.

Program Ruku na srdce se bude ve VIDA! konat v neděli 16. října od 10 do 18 hodin. Využít můžete zlevněné vstupné 100 Kč za osobu. Online vstupenky jsou již v prodeji na [www.vida.cz/eshop](http://www.vida.cz/eshop). Lekce pod vedením profesionálů budou probíhat několikrát během dne a jsou vhodné pro dospělé a děti od 11 let. Mladší děti si užijí si pravidelný doprovodný program VIDA! – science show, promítání 3D filmů, novou superhrou výstavu Tady bydlí Akčňákoví. Záchranáři pak pro ně mají připravené například ošetřování pejska Defika, projížďku v plyšové sanitce a omalovánky se záchranářskou tematikou.



Hravá výstava

NUDA NEMÁ V TOMTO  
DOMĚ ŠANCI

TADY BYDLÍ

AKČŇÁKOVI

do  
31. 1.  
2023

Zábavní  
vědecký park  
VIDA!

u brněnského  
výstaviště

[www.vida.cz](http://www.vida.cz)



Špilas není zdaleka jedinou planetkou spjatou s Brnem.

RADEK BABIČKA

## Špilas dostala jméno podle dominanty

Malou planetku objevili vědci z jihu Čech.

Špilas, to už není jen místní hovorové označení pro brněnský hrad Špilberk, ale také název malé planetky mezi Marsem a Jupiterem. Jako první si jí všimli astronomové z kletské observatoře. Jméno navrhl pracovník brněnské hvězdárny a Mezinárodní astronomické unie, která je jediným celosvětově uznávaným arbitrem v pojmenování vesmírných těles, žádost vyslyšela. Nynější planetku Špilas objevili z jihočeské Observatoře Kletě Miloš Tichý a Zdeněk Moravec 30. září 1996. Poté byla opakovaně pozorována pod předběžným označením 1996 SP7, až dospěla ke kvalitně spočtené dráze a pořadovému číslu 401820.

„Na Kletě jsme vždy měli vřelý vztah k brněnské astronomii. Jak k významným astronomům z oboru planetek a komet, kteří v Brně vystudovali, tak ke kolegům z Hvězdárny a planetária Brno. Když se objevil úmysl věnovat Brnu a Brňákům kletskou planetku, vybírali jsme mezi několika symboly moravské metropole. Špilberk zvítězil proto, že je nepřehlédnutelný,“ říká ředitelka Hvězdárny a planetária České Budějovice s pobočkou na Kletě Jana Tichá. Trochu překvapivě však Jihočeši zvolili pojmenování v hantecu. „Hovorový hantec je vlastně dalším symbolem Brna. Připomínají-li v posledních letech američtí astronomové ve jménech planetek osudy původních obyvatel – amerických indiánů, připomínáme my specifické brněnské nářečí zrcadlící vývoj města v mluvě jeho obyvatel,“ vysvětluje Tichá. Právě ona společně s jedním z objevitelů Milošem Tichým předala na Špilberku certifikát o pojmenování planet-



Předání certifikátu

MUZEUM MĚSTA BRNA

ky do rukou brněnské primátorky Markéty Vaňkové.

Špilas se pohybuje po výstředné dráze ve vzdálenosti od 280 do 540 milionů kilometrů od Slunce, tedy mezi dráhou Marsu a Jupiteru. Kolem Slunce oběhne jednou za čtyři a půl pozemského roku. Nejspíš se jedná o těleso o průměru jen několik kilometrů, tedy jako z příběhů Malého prince. I ten nejlepším dalekohled planetku nezobrazí jinak než jako světlý bod. Stáří planetky je srovnatelné se stářím Sluneční soustavy.

Špilas se zařadil mezi tři desítky planetek, které nesou jméno související s městem Brnem. „Všechno začalo v roce 1890 planetkou pojmenovanou Brna. Od té chvíle se na nebesích potkáme s dalšími a dalšími brněnskými planetkami. Třeba Janáček, Gödel, Hrabal, Tugendhat nebo Gustavbrno,“ říká ředitel Hvězdárny a planetária Brno Jiří Dušek. Planetkám, jejichž jméno souvisí s Brnem, se věnuje i výstava Brno ve hvězdách. Ještě více než dva týdny je ke zhlédnutí v bývalém lapidáriu na malém nádvoří Špilberku. **BAB**



Hvězdárna  
a planetárium  
Brno



# 3-2-1

# START!

## VESMÍRNÉ DOBRODRUŽSTVÍ KŘEČKA ELONA



[www.hvezdarna.cz](http://www.hvezdarna.cz)

Hvězdárna a planetárium Brno je příspěvkovou organizací zřízenou statutárním městem Brnem.



jihomoravský kraj





# Nejdostupnější vozy s pohonem 4×4

## Nově záruka 5 let na všechny modely Suzuki\*

Dopřejte si pověstnou japonskou spolehlivost vozů Suzuki a bezstarostně si užívejte s pětiletou zárukou. Jezděte bezpečněji za každého počasí díky inteligentnímu pohonu všech kol a úsporněji s novými hybridními motory.

[www.suzuki.cz](http://www.suzuki.cz) [facebook.com/suzukimotorczech](https://facebook.com/suzukimotorczech) [Instagram.com/suzuki\\_czech](https://Instagram.com/suzuki_czech)



Suzuki Vitara 1.5 Dualjet Hybrid: emise CO<sub>2</sub> 119 g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba 5,2-5,3 l/100 km. Suzuki S-Cross 1.4 Boosterjet Hybrid: emise CO<sub>2</sub> 120-126 g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba 5,2-5,3 l/100 km. Suzuki Swift 1.2 Dualjet Hybrid: emise CO<sub>2</sub> 106-107 g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba 4,7-4,8 l/100 km. Suzuki Ignis 1.2 Dualjet Hybrid: emise CO<sub>2</sub> 110-112 g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba 4,9-4,5 l/100 km. Suzuki Across 2.5 Plug-in Hybrid: emise CO<sub>2</sub> 22 g/km (WLTP), kombinovaná spotřeba 1,0 l/100 km. Fotografie jsou pouze ilustrativní.

\* Mimo model Jimny.