

Všechny dárky

vyřešíte na  **alza.cz**



Více na **alza.cz/vanocce**

#nakohaku



**1,6 GB rychlých dat a až
500 Kč kreditu navíc 😁**

Super tip na dárek! 📦

Všechny naše datové balíčky mají nyní dvojnásobné množství dat za stejnou cenu. Akce platí do 15. 1. 2020. Více o předplacené kartě na www.mobil.cz



**MOBIL
.CZ**

DAVID KREJČÍ VSTŘELIL V NHL SVŮJ 200. GÓL

„NENÍ TO NĚCO, CO BYCH NAHÁNĚL,“ ŘEKL ÚTOČNÍK BOSTONU STRANA 17



metro



Čtvrtek, 5. prosince 2019

Č. 229, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Jitka

mojemetro | denikmetro

Čapí hnízdo. Babiš je v kauze opět obviněn

Šéf žalobců. Pavel Zeman zrušil rozhodnutí o zastavení trestního stíhání premiéra, podle něj je nezákonné a předčasné. **Spis.** Zpět k dozorovému státnímu zástupci. **Rodinní příslušníci.** Stíhání definitivně končí STRANA 2



Manželka amerického prezidenta Melania Trumpová včera na ambasádě v Londýně balila vánoční dárky pro Armádu spásy. AP

Zdravá střeva i díky stravě

Česko přichází o prvenství, které mělo před třiceti lety. Tehdy jsme vedli žebříček výskytu rakoviny tlustého střeva. Díky zdravějšímu životnímu stylu nebo prevenci jsme teď na 26. místě. STRANA 4

Zlaté Vánoce

Jak jsme slavili svátky před sametovou revolucí a jak je vnímáme dnes? Čtete průzkum. Máte už dárky? V našem speciálním rádci poradíme, jaké dárkové balíčky, elektronika nebo knihy letí. STRANY 11 AŽ 16

INZERCE

6.-8. 12. 2019

100 Kč ZPĚT
ZA KAŽDÝCH
500 Kč

Více na www.kika.cz



199,-

Povlečení z mikrofáze



DOMOV VAŠEHO ŽIVOTA

Dotace. Vracet nikoli, ale dojde ke krácení

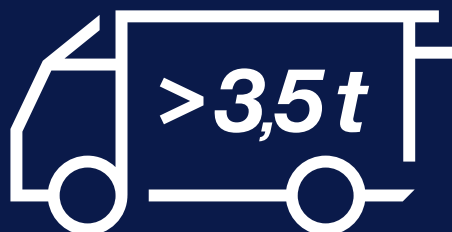
Česko nebude v souvislosti s auditem Evropské komise k údajnému střetu zájmů premiéra Andreje Babiše vracet žádné evropské dotace. Babiš to řekl poslancům v úvodu středeční debaty ke schvalování návrhu státního rozpočtu pro příští rok. V rozhovoru pro středeční vydání Práva také zopakoval, že on sám kvůli auditu k dota-

cím pro Agrofert neodstoupí. Premiér také poslancům sdělil, že by neměl nic proti tomu, kdyby pražský primátor Zdeněk Hřib prověrku zveřejnil. Šéf lidovců Marek Výborný řekl, že Andrej Babiš má pravdu v tom, že Česko vracet dotace nebude, v dalším období ale dojde k jejich krácení právě o ty stamiliony, o kterých se mluví. **IDNES.cz**

INZERCE

MYTO CZ

**POŘIĎTE SI
NOVOU PALUBNÍ
JEDNOTKU VČAS**



Od 1. 12. 2019

povinnost nových palubních jednotek

+420 243 243 243
www.mytocz.eu



Babiš je opět v problémech

Česko se potýká s další politickou krizí. Babiš je dál trestně stíhaný. Premiérova rodina v kauze už nefiguruje.



Citát

Nejvyšší státní zástupce Pavel Zeman zrušil rozhodnutí o zastavení trestního stíhání premiéra Andreje Babiše a jeho expertky na dotace Jany Mayerové v kauze Čapí hnízdo. Původní zastavení trestního stíhání označil za nezákonné a předčasné. Jejich stíhání v případě údajného dotačního podvodu pokračuje a spis se vrací do Prahy k dozorovému státnímu zástupci.

Stíhání dalších čtyř obviněných – Babišových rodinných příslušníků – naopak definitivně končí. „Nepodařilo se prokázat jejich subjektivní stránku zavinění, jejich aktivní zapojení do procesu získání dotace a vědomí o tom, že změna akcionářské struktury měla souviset s dotačním financováním,“ vysvětlil Zeman. Konkrétně se jedná o Moniku Babišovou, Adrianu Bobekovou, Martina Herodese a Josefa Nenádala.

Věc se nyní vrací do Prahy na městské zastupitelství. Pro dozorujícího státního zástupce Jaroslava Šarocha je Zemanův právní názor závazný. Ve věci bude muset provést úkony a doplnění, které mu nejvyšší státní zástupce nařídil. „V současné době není důkazní situace na to, aby mohla být věc obžalována nebo zastavena,“ uvedl žalobce Zeman.

Babiš a Mayerová jsou znovu obviněni z dotačního podvodu a poškozování finančních zájmů Evropské unie. Zeman zdůraznil, že nepředjíhá, jaký má být výsledek vyšetřování, a že u obviněného Babiše i Mayerové je nutné čítit presumpci nevinou.

Server Aktuálně.cz informoval o tom, že kauzou Čapí hnízdo se na

Šlo o nesprávné hodnocení důkazů, otázky propojenosti podniků, neúplné vyhodnocení evropské legislativy a navazující judikatury i hodnocení subjektivní stránky. To znamená míry zavinění některých obviněných.

PAVEL ZEMAN
NEJVYŠŠÍ STÁTNÍ ZÁSTUPCE

Zemanovo odůvodnění

Podle Zemana dozorující státní zástupce špatně posoudil důkazy, které nashromáždila policie.

- Ve svém odůvodnění zmínil také úředníky, kteří dotační žádost Farmy Čapí hnízdo posuzovali. Podle něj je důležité posoudit i tento důkaz. „Mám za to, že tato činnost, zejména v úvodní fázi hodnocení projektu, byla naprosto formální. Předložené údaje nebyly ověřovány, nebyla přezkoumána majetková struktura,“ uvedl Zeman.

NSZ zabýval expert na OLAF i evropské fondy Michal Fiala, který působí na odboru závažné hospodářské a finanční kriminality. Zeman od počátku s Fialou finální verdikt konzultoval. **IDNES.cz**

**REALIŤÁK
ROKU**

**Slavnostní vyhlášení
soutěže Realiták roku**

Více informací a vstupenky získáte na webu
www.realitni-ples.cz

1. Realitní ples, 18.1.2020, Národní dům na Vinohradech

reality
IDNES.cz

ADOL
MONITOR

Hlavní partneři soutěže Realiták roku:

Hypoteční
banka
ZKRAĎTE SI CESTU DOMŮ

CSOB Pojišťovna

ČESKÁ
UNIVERSITA
PRAHA

NH CAR
JEDEME S VÁMI JIŽ 25 LET

Ford Kuga AWD

nyní s pohonem všech kol zdarma!

599 900 Kč



I na úvěr Ford Credit s úrokem jen 0,9 %

Získejte nejprodávanější SUV značky Ford s pohonem všech kol AWD bez příplatku pro naftové verze. Nechejte se přitom rozmazlovat bohatou výbavou včetně navigace, abyste nikdy neztratili správný směr. Zajímavé zvýhodnění získáte i pro verze s benzínovým motorem a pohonem přední nápravy. **Řekněte si o nabídku na ford.cz.**



Kontaktujte autorizovaného partnera Ford ve vašem regionu:

AUTOBOND GROUP a.s.
Koterovská 170
Plzeň
Tel.: 371 651 035
www.ford-autobond.cz

AUTO IN s.r.o.
Plaská 14
Plzeň
Tel.: 377 531 919
www.ford-autoin.cz

Autosprint Max s.r.o.
Plzeňská 576
Toužim
Tel.: 353 312 935
www.fordfiser.cz

BLOHMANN spol. s r.o.
ul. 5. května 687/IV
Klatovy
Tel.: 376 320 320
www.blohmann.cz

Ilustrativní vyobrazení. Cena a nabídka AWD pro verzi Titanium AWD 2.0 TDCi 150 k s manuální převodovkou platná do 31. 12. 2019. Pojem „zdarma“ znamená, že pohon všech kol získáte pro uvedenou verzi bez příplatku. Nabídka financování pro podnikatele do 31. 12. 2019, nejedná se o závaznou nabídku na uzavření smlouvy. Emise CO₂ a spotřeba paliva v kombinovaném režimu: 141–202 g/km a 5,4–8,9 l/100 km. Nejprodávanější model Ford SUV v ČR.

Naše střeva už nejsou taková popelnice jako před 30 lety

Přicházíme o prvenství, na které jsme nebyli hrdí. Žebříčkem výskytu rakoviny střev se propadáme dolů.

Pár pivek, k tomu vepřové koleno. Takový jídelníček si u nás dopřávají hlavně cizinci z daleké Asie. Bedekry jim to totiž doporučují jako každodenní českou stravu. Kdeže loňské sněhy jsou! Češi nejsou dokonalí, ale už si dávají větší pozor na to, co projde jejich žaludkem a střevy.

„Ke znatelnému poklesu nemocí zažívacího ústrojí, a především úmrtí na rakovinu, došlo i kvůli zdravějšímu životnímu stylu,“ potvrzuje Milan Lukáš, místopředseda České gastroenterologické společnosti. Před rokem 1989

jsme totiž vedli žebříček rakoviny tlustého střeva. Teď míříme k třicátému místu. Jíme znatelně zdravěji. „Ne všechno lze svádět na jídlo, něco je zřejmě i genetická záležitost,“ zmiňuje Lukáš. Sousední Bavorsko mělo i v minulosti třetinový výskyt nemoci, pivo a maso tam přitom jedli stejně jako u nás.

K poklesu úmrtí a závažnějším následkům u nás přispěla především dokonalější prevence. Výrazně se rozšířila možnost preventivního vyšetření střev endoskopem, od pětapadesátého roku věku mají lidé vyšetření hrazené pojišťovnou. Momentálně specialisté usilují o to, aby se hranice bezplatného vyšetření posunula o pět let níž, a navíc, aby se věková hranice tohoto screeningu snížila na 45 let. Zvyšuje se totiž výskyt nejrůznějších střevních zánětů u mladších lidí. Například počet lidí trpících Crohno-



Citát

Člověk je všezravec. Proto by měla být jeho strava pestrá. Také by měla být rozdělená do několika porcí denně.

MILAN LUKÁŠ, GASTROENTEROLOG

vou chorobou (*autoimunní onemocnění, kdy organismus napadá vlastní buňky – pozn. redakce*) stoupl ze 14 na 27 tisíc za posledních dvanáct let.

Praktici by také přivítali vyšší úhrady přístrojů ze stra-

Padáme dolů, sláva!

26.

Na tomto místě je Česko v celosvětovém výskytu rakoviny tlustého střeva. Před 30 lety jsme ale byli na první příčce.

7500

Tolik Čechů si ročně vyslechne od lékaře sdělení, že mají karcinom tlustého střeva nebo konečníku. Zhruba polovina z nich ale kvůli pozdnímu zjištění zemře.

Lepší technika

Pro prevenci mají lékaři k dispozici techniku, která před třiceti lety nebyla běžná.

- Ročně vyšetří lékaři endoskopem zhruba půl milionu Čechů.
- Modernější přístroje už zobrazují vyšetření v nejvyšší HD kvalitě.
- Moderní HD zobrazovací technikou je vybaveno asi čtyřicet procent českých ambulancí pro tento typ vyšetření.

ny zdravotních pojišťoven. „Rozdíl mezi starým a novým endoskopem je obdobný jako mezi obyčejným tlačítkovým a chytrým telefonem,“ říká Ondřej Urban, gastroenterolog z Olomouce. Tabulky po-

jišťoven jsou podle něj dvacet let staré. „Cena původních endoskopů se pohybovala kolem čtyř set tisíc korun, nové stojí většinou přes milion korun,“ vysvětluje gastroenterolog. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

Dárek, který těší a pomáhá lék Wobenzym®

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

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

**NEJMÉNĚ
600 TABLET = DÁREK**

**Akce platí
1. 11. 2019 do 19. 1. 2020**



nebo



nebo



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

Více na www.wobenzym.cz

Bureš. Z prezidentské kanceláře na hygienu, teď je podezřelý z korupce

Státní zástupce obžaloval tři lidi z vydírání v Hygienické stanici hlavního města Prahy. Mezi stíhanými je bývalý ředitel stanice Jan Jarolímek i její ekonomický šéf Radim Bureš. Ten dříve vedl právní a legislativní odbor Národního bezpečnostního úřadu a za prezidenta Václava Klause řídil bezpečnostní odbor prezidentské kanceláře. Na případ v minulosti upozornil server Seznam Zprávy. Podle něj je podstatou kauzy podezření, že na pražské hygienické stanici vznikl korupční systém, který mohl jeho aktérům vynášet statisíce korun měsíčně. Bureš po svém zadržení putoval do vazby, později byl propuštěn. Třetím obviněným je někdejší vysoce postavený úředník ministerstva

zdravotnictví Zdeněk Vališ. Médii dříve řekl, že jde o nedorozumění, které se rychle

vysvětlí. Zaměstnanec, kterého podle kriminalistů trojice obviněných vydírala, si své

nadřízené nahrával. Postupně jim údajně přinesl 95 tisíc korun. Všem obviněným hro-

zí dva až osm let vězení. Případem se bude zabývat Obvodní soud pro Prahu 1. **ČTK**

INZERCE

ŠTĚDRÁ PŘEDVÁNOČNÍ NADÍLKA

9990
179,-
-44%

Vepřová krkovička bez kostí – v celku
• chlazená
• 1 kg



2490
39,90
-37%

Mandarinky volné
• 1 kg



3990
54,90
-27%

Jihočeské máslo
• 250 g
• 100 g = 15,96 Kč
• do vyprodání zásob



2690
59,90
-55%

Hellmann's 420 ml
• 100 ml = 6,41 Kč
• vybrané druhy



9990
149,90
-33%

Dolce Gusto
• 12-16 ks
• 1 ks od 6,25 Kč
• 96-256 g
• 100 g od 39,03 Kč
• vybrané druhy



9490
154,-
-38%

Božkov Originál
• 37,5%
• 0,5 l
• 1 l = 189,80 Kč
• v nabídce také další vybrané druhy za 109,90 Kč



Čerti

České dědiny se ocitnou v obležení Mikulášů, čertů, smrtek, koníků a židů či nosičů. Tradice mikulášských obchůzek sahá až do středověku. Lídečkem na Vsetínsku Mikuláš obcházel už večera. Podle lidového zvyku chodí obcí masky sv. Mikuláše, čertů, smrti a koně po tři dny. **ČTK**

Akce platí v prodejnách Albert hypermarket od středy 4. 12. do úterý 10. 12. 2019 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

albert
HYPERMARKET

Krátké

Unikát v muzeu

Podbrdské muzeum v Rožmitále pod Třemšínem na Příbramsku získalo 120 let starý originál takzvané Gangloffovy šindelky. Unikátní stroj na výrobu řezaného a hoblovaného šindele se stane součástí expozice věnované lesmistru a vynálezci Karlu Gangloffovi. **ČTK**

Trhy. V Dobříši jděte na zámek

Adventní atmosféru můžete tuto sobotu od 11 do 19 hodin nasát na zámku Dobříš. Historické nádvoří hostí druhý Vánoční trh pod záštitou paní Livie Colloredo-Mannsfeldové. „Na celý den obsadí zámecké nádvoří dvacet stánků, ve kterých si můžete koupit vánoční dárečky, jmelí, výrobky z keramiky či šperky. Na přání si můžete nechat namalovat vánoční ozdobu,“ říká Kateřina Doušová ze zámku Dobříš. **MET**



Nový burger

Výzkumný a výrobní start-up Heaven Labs, který se specializuje na výrobu funkčních potravin Mana, představil plnohodnotnou rostlinnou alternativu k hovězímu burgeru. Firma včera zahájila předprodej v Česku, Německu i USA. Rostlinný burger bude dostupný i v běžných řetězcích, novinku plánují nabídnout ve spolupráci s vybranými restauracemi a food-delivery službami. **MET**

INZERCE

UŽ ZÍTRA

TEREZA PERGNEROVÁ

„Jsem posedlá dobrými konci. A už si umím na ně počkat.“

TÝDENÍK 5 PLUS 2
každý pátek ZDARMA

Bojují o rozpočet

Babiš si pochvaluje, jak se Česku daří. Schodek kritizují Piráti, rozpočet mají za „myšlenkovou pustinu“.

„Návrh rozpočtu na příští rok je prorůstový, zvyšuje životní úroveň nejen seniorů, ale i rodin pečujících o malé děti,“ řekl hned v úvodu schvalování rozpočtu premiér Andrej Babiš ve Sněmovně. Jeho projev trval asi tři hodiny a svojí délkou překonal i Babišovo vystoupení z loňského července. Tehdy před hlasováním Sněmovny o vyslovení důvěry vládě hovořil asi hodinu a 40 minut. Ke slovu se asi na pět minut dostal ještě předseda Pirátů Ivan Bartoš. Vládní návrh státního rozpočtu na příští rok nemá po-

Schodek

40

Podle opozice se stát v době prosperity zbytečně zadlužuje. Schodek je 40 miliard, tedy stejný jako letos. Sněmovna se rozpočtem zabývala do noci. Do uzávěrky tohoto vydání deníku Metro schválen nebyl.

dle předsedy Pirátů Ivana Bartoše žádnou vizi a jde o „myšlenkovou pustinu“ a o rozpočet setrvačnosti. Bartoš poukázal také na to, že rozpočet vychází i ze zákonů, které dosud nebyly schváleny.

Babiš také prohlásil, že i když se ekonomické vyhlídky zhorší, vláda ekonomiku nezaškrtní, jako to udělaly předchozí pravicové vlády, ale bude do ní pumpovat peníze. „Chtěl bych zdůraznit,

že i když dochází k ochlazení ekonomiky, hlavně světové ekonomiky, naše vláda nikdy nezaškrtní ekonomiku tak, jak to udělala pravicová vláda za minulé krize,“ uvedl Babiš. „Pokud bude hůř, o to víc stát bude pumpovat peníze do lidí, do platů, do důchodů, do ekonomiky a do investic,“ řekl. Česká ekonomika je podle něj jednou z nejvíce stabilních v Evropě. „Naši zemi čeká skvělá budoucnost, my se vracíme tam, kde jsme byli za první republiky,“ dodal premiér Babiš.

Obavy ze schvalování rozpočtu bez platných zákonů má také Národní rozpočtová rada. Ta doporučila schvalování upravit. Sněmovna totiž nyní při schvalování rozpočtu na příští rok totiž počítá s některými příjmy na základě zákonů, které ještě nebyly schváleny. Jde například o zvyšování spotřební daně u alkoholu a tabáku. **ČTK**

Hyperslevy.cz

super dárek

-60%

na lyžování v Alpách





Harrisová bitvu o Bílý dům vzdala

Americká senátorka Kamala Harrisová odstoupila z klání o demokratickou nominaci do amerických prezidentských voleb příští rok. Její kampaň na začátku vypadala nadějně, ale nakonec se senátorce nepodařilo přesvědčivě kandidaturu obhájit ani získat dostatek peněz na financování kampaně. Pětapadesátiletá Harrisová, která je dcerou imigrantů z Jamajky a Indie, byla jedinou ženskou zástupkyní menšin v souboji o nominaci na prezidentskou kandidaturu. AP

Seniora zatkli, stále volal operátorovi

Policie může viní, že svými telefonáty bránil normálnímu fungování podniku.

Senior si podle japonských médií stěžoval, že jeho telefon nezachycuje rozhlasové vysílání a obvinil operátora. Obsluhu zákaznické linky urážel a domáhal se, aby ho zástupce firmy navštívil a omluvil se mu.

Někdy na zákaznickou linku pouze zavolal a po zvednutí zavěsil. Policie ho zadržela v Tokiu za to, že

čtyřicetkrát volal telefonnímu operátorovi se stížností. Jedenasedesátiletý Akimoto čelí obvinění, že v uplynulých osmi dnech stále telefonoval na bezplatnou linku operátora KDDI, aby ho obvinil z porušování smlouvy. Vyšetřovatelé tvrdí, že se jednalo o tisíce telefonátů.

Firma uvedla, že muž volal opakovaně v období dvou a půl let. Původně se s ním soudit nechtěla, telefonáty byly ale tak časté a neúspěšné, že zaměstnanci nestíhali vyřizovat požadavky dalších klientů. Policiejší mluvčí uvedl, že Akimoto byl zatčen pro podezření z toho, že bránil normálnímu fungování podniku. **ČTK a MET**

Krátce

Obchody na internetu

Nejlepší podmínky pro internetové obchodování má podle žebříčku Konference OSN o obchodu a rozvoji Evropa v čele s Nizozem-

skem. Česko je ze 152 zemí pětadvacáté. Polepšilo si o šest míst. V první desítku je osm evropských států – Nizozemsko, Švýcarsko, Finsko, Británie, Dánsko, Norsko, Irsko a Německo. **ČTK**

Prezident. Žádá milost pro demonstranty

Íránci, kteří byli zatčeni při listopadových protestech a nebyli ozbrojeni, by měli být propuštěni. V televizním projevu to včera řekl íránský prezident Hasan Rúhání. Protesty začaly kvůli prudkému zvýšení cen pohonných hmot, které Írán dotuje. Rozšířily se do desítek měst a podle Amnesty International při nich pořádkové síly zabily 208 lidí. To však Teherán popřel, vlastní přesnou bilanci však zatím nevydal. Podle jednoho z íránských poslanců bylo zadrženo asi sedm tisíc lidí, což ale justice nepotvrdila.

„Měla by být použita náboženská a islámská milost. Nevinní lidé, kteří protestovali proti zvýšení cen benzínu a nebyli ozbrojeni, by měli být propuštěni,“ řekl Rúhání. Íránští konzervativní duchovní tvrdí, že protesty byly organizovány oponenty režimu

z exilu a mezi zadržеныmi bylo také několik lidí, kteří spolupracovali s americkou CIA.

Od listopadu se ceny pohonných hmot v zemi zvýšily až o 300 procent. Íránská ekonomika čelí sankcím, které USA obnovily loni, když odstoupily od mezinárodní dohody o íránském jaderném programu.

Rúhání včera řekl, že pokud Američané sankce zruší, jsou Íránci připraveni znovu vyjednávat, a to i na úrovni hlav států skupiny 5+1, což byly země, které v roce 2015 dohodu s Íránem uzavřely. Patří k nim kromě USA také Británie, Francie, Rusko, Čína a Německo. USA mají zájem rozhovory obnovit, avšak jejich podmínkou je, aby Írán ukončil svůj balistický program a účast na regionálních ozbrojených konfliktech. **ČTK**

INZERCE



Nadělte si více místa.

Přezout, naložit, nastartovat a bez starostí vyrazit? To nebude žádný problém. Dříve, než se vydáte na jarní prázdniny, seznáme se s naší výhodnou nabídkou transportních systémů Originálního příslušenství Volkswagen®. Inteligentní transportní systémy jsou vyvíjeny současně s každým modelem Volkswagen. Mají moderní design, jsou dokonale funkční, vysoce bezpečné a snadno se montují. Navštivte svého partnera Volkswagen a vyberte si z pestré zimní sezónní nabídky.



Více informací o aktuální nabídce Originálního příslušenství Volkswagen®



Originální příslušenství Volkswagen®

Krátce

Nintendo míří do Číny

Japonský výrobce herních konzolí a videoher Nintendo včera oznámil, že 10. prosince oficiálně uvede svou herní konzoli na trh v pevninské Číně. Bude se zde prodávat za 2099 jüanů

(6850 korun). Partnerem bude technologická skupina Tencent. Zatímco trh s herními konzolami v Číně léta brzdil odpor regulátorů, země se mezitím stala největším trhem s mobily. Z toho profitoval i Tencent, který vyvíjí také hry pro chytré telefony. **ČTK**

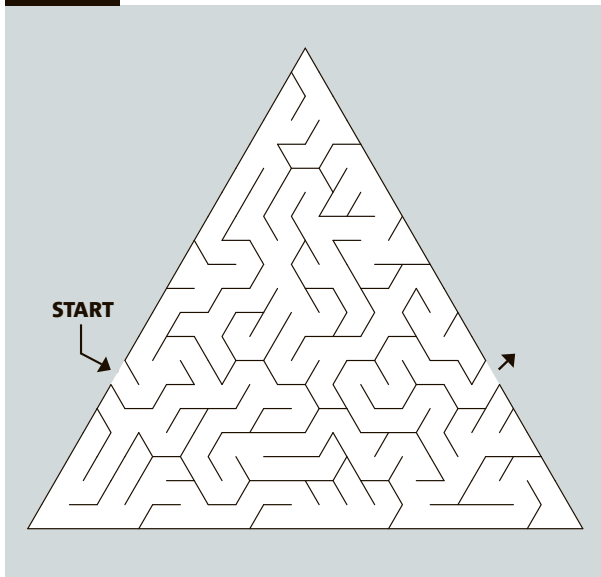
Sudoku

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

Napište svou bublinu



Luštěnka



Počasí

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
-2/2 °C	1/5 °C	4/8 °C	4/8 °C

Teplotní rekordy: ↓ -14,8 °C (1902) ↑ 17,7 °C (1961)



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
16.00 To je vražda, napsala VIII 16.45 Všechno, co mám ráda 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.50 Branky, body, vteřiny 20.10 Vyprávěj 21.05 Rozsudek III 21.30 Máte slovo s M. Jílkovou 22.30 Taggart 23.20 Kriminálnísta 00.20 AZ-kvíz 00.45 Toulavá kamera 01.20 Na stopě 01.45 Banánové rybičky 02.15 Dobré ráno 04.45 Kluci v akci	17.20 Narození 1918 – viděno šesti (1/7) 18.15 Herbář VII 18.45 Večerníček 18.55 Dobrodružství vědy a techniky 19.25 Zeměpis světa: Kaučukové království 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 Modrá krev 21.00 Bedekr VI 22.00 Dítě – kriminální reportážka (8/10) 22.45 Letecké katastrofy: Bomba pod sedadlem 23.40 Queer: Po sametu 00.10 Neumlčené hlasy Beslanu	15.55 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans II 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.25 Co na to Češi 18.25 Ulice (3789) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Ordinace v růžové zahradě 2 (936) 21.35 Život ve hvězdách 22.05 Ex Machina Sci-fi film (VB, 2014) 00.15 Odložené případy VII (10) 01.05 Odložené případy VII (11) 02.00 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans II 02.40 Krok za krokem V (22) 03.15 Co na to Češi	16.30 Odpolední zprávy 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 Velké zprávy 19.40 Divošky 19.55 TOP STAR 20.15 Krejzovi (110) Jede traktor. Komedialní seriál (ČR, 2018) 21.35 Prima Partička 22.45 Ano, šéfe! 23.55 Policie v akci 00.50 Walker, Texas Ranger II (19) Únos. Akční seriál (USA, 1993) 01.50 Námořní vyšetřovací služba (23) 02.50 Jake a Tlustých (4) 03.50 Prostřeno!	15.00 Óčko news 15.05 Óčko Chart 17.10 Óčko news 17.15 Óčko hity 17.30 NaFrajera 17.40 Óčko hity 18.00 Cinema news 18.05 Óčko hity 18.30 Epic Ibiza 19.00 Óčko news 19.05 Moje desítka 20.00 Óčko hity 20.30 Óčko news Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutče 20.35 Óčko hity 21.00 CZ & SK 22.00 Óčko Black 23.00 Óčko flirt

ANGRY BIRDS PŘILÉTLI DO BILLY

SBÍREJTE NÁLEPKY A BBC
BODY ZA NÁKUPY A PŘÍSTANOU
I U VÁS DOMA.

Akce trvá od 18. 9. do 17. 12. 2019
nebo do vyprodání zásob.

ANGRY BIRDS VE FILMU

ZNÁTE Z KINA



Angry Birds™ & ©2019 Rovio Entertainment
Corporation and Rovio Animation Ltd. The Angry
Birds Movie z ©2019 SPK. All Rights Reserved.

BILLA

Nabídka platí od středy 4. 12. do úterý 10. 12. 2019

Znáte
z TV



-32%

Smetanito
150 g, více druhů
dříve 36,90

24⁹⁰

100 g = 16,60 Kč



-24%

**Kunín
Šlehačka
De Luxe 40%**
200 g
dříve 32,90

24⁹⁰

100 g = 12,45 Kč

Znáte
z TV



-42%

**Franz Josef
Tuňák steak**
170/120 g, více druhů
dříve 69,90

39⁹⁰

100 g = 33,25 Kč

Znáte
z TV



-54%

**Rio Mare
Insalatissime**
160 g, více druhů
dříve 109,90

49⁹⁰

100 g = 31,19 Kč



**+1
NÁLEPKA
NAVÍC**

-41%

**Monini
Olivový olej
extra panenský**
500 ml, 2 druhy
dříve 204,90

119⁹⁰

100 ml = 23,98 Kč

**+1
NÁLEPKA
NAVÍC**



-24%

**Excelent
Proteinová
tyčinka**
40 g, více druhů
při koupi 1 ks 32,90

**MULTI
PACK od 2 kusů**

24⁹⁰

1 ks
100 g = 62,25 Kč



-33%

**Relax
100% z ovoce**
220 g, více druhů
dříve 59,90

39⁹⁰

100 g = 18,14 Kč

36

1 ks = 5,55 Kč

**+1
NÁLEPKA
NAVÍC**

Znáte
z TV



-48%

**Finish Quantum
Tablety do myčky**
2 druhy
dříve 389,00

199⁹⁰



**+1
NÁLEPKA
NAVÍC**

-48%

**Nivea
Deodorant**
150 ml, více druhů
při koupi 1 ks 87,90

**MULTI
PACK od 2 kusů**

44⁹⁰

1 ks
100 ml = 29,93 Kč



-42%

**Akinu
Pochoutky pro psy**
75 g, více druhů
dříve 51,90

29⁹⁰

100 g = 39,87 Kč

TROTAMUNDOS

VĚČNÁ CESTOVATELKA
A STUDENTKA POSEDLÁ LA KULTUROU



Sloupek

FIESTA NA AMANTANÍ

O jezeru Titicaca jsem už jednou psala, nachází se na hranici Bolívie a Peru a je to druhé nejnavštěvovanější místo v Peru. Také je to jedno z mých oblíbených míst, a to zejména kvůli jednomu z ostrovů jménem Amantaní, kde žijí kečuánští indiáni, kde jsou nádherné výhledy a nepopsatelné božské ticho. Na ostrově žije celkem 13 komunit, ještě zde není elektřina (jen solární panely) a místní rodiny provozují komunitní turismus – to znamená, že i obyčejný turista má možnost se podívat, jak žijí místní, jak se stravují a jaké mají zvyky (pokud je schopný se s nimi alespoň trochu domluvit).

Citát

Všichni se navzájem smějí tomu, jak kdo vypadá, což má svoje kouzlo.

Turisté připlují lodí a obvykle se rozdělí do skupin dvou až tří osob, místní rodiny si je už v přístavu rozeberou a ubytují u sebe doma. Ubytování je většinou skromné, k jídlu se

podává bezmasá strava z místních surovin jako quinoa, brambory či další zelenina. Odpodlně se podnikne společná procházka na jeden z posvátných vrcholů a večer všechny čeká peruánská fiesta s tradiční muzikou. Všichni turisté jsou převlečení do místních tradičních oděvů, které trochu připomínají moravské kroje, a společně s indiány se sejdou ve společenské místnosti na tancovačce. Je to poměrně veselý pohled, protože indiáni se snaží zapojit do tance dřevěné nohy turistů a ti se ze sebe naopak snaží vydat to nejlepší, aby se neztrapnili. Všichni se navzájem smějí tomu, jak kdo vypadá, což má svoje kouzlo. Celkově je to podle mě skvělý způsob, jak trochu předat svoji kulturu někomu, kdo pochází úplně odjinud.

Anketa

Máte rádi hamburgery? Případně jaké?



Miroslav Routa
Je fajn, když v nich je maso.



Lukáš Větrník
Pouze bio, vegan, domácí, tradiční a hlavně babiččin!

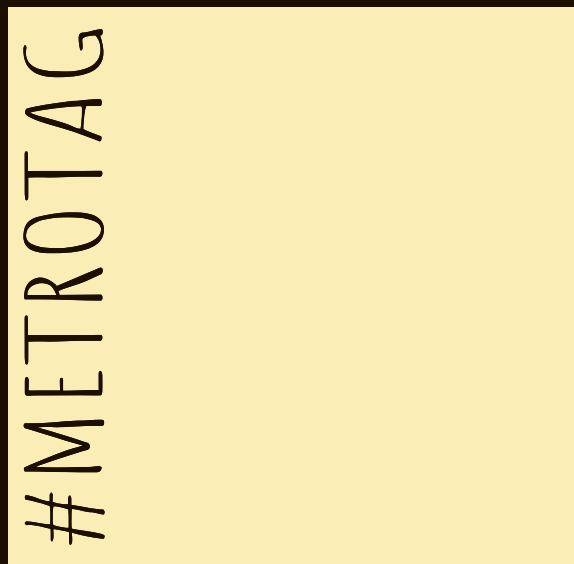


Klímek Lukáš
Hlavně ty, do kterých se zakousnu a omáčka skončí na triku.

@mojemetro



Stihnu metro? Mám schody sejit? Nebo už to nemá cenu? Tyhle otázky se v hlavě honily asi každému, kdo někdy stál na eskalátorech. Aplikace **Metroji**, která funguje i offline, vám dá odpovědi. Nedávno jsme o vychytávce psali. Článek si autor aplikace nasdílel s hashtagy **#metroji #praha #mojemetro**.



Tohle je místo na váš vzkaz pro ostatní čtenáře deníku Metro. Pište, kreslete, přijemněte někomu den. Výtvar vyfotťe a sdílejte na vašem Instagramu, tagujte **#METROTAG**. Otiskneme ho v novinách!

Dopisy a vzkazy

A co my, senioři?

V úterním vydání Metra mě velmi zaujal článek pod názvem Mladí čtenáři nastavují deníku Metro zrcadlo. A co my, dříve narození? Naše názory, stanoviska, komentáře a zkušenosti by se vám nehodily do krámu? Já osobně píši do novin a rozhlasu od svých deseti let. Ve škole jsem byl šéfredaktorem školního časopisu Husí kravata aneb Večerní Jaroměřice, v práci jsem redigoval podnikový Zpravodaj. Vydal jsem i několik publikací a dvě knihy zejména vzpomínkových fejetonů, včetně staří v mé rodné malohanáčtině. Stále jsem amatér. I ve svých 67 letech se průběžně vzdělávám. Nedávno jsem absolvoval kurz v rámci akademie ČTK. Občas i vám do Metra zasilám svůj příspěvek. Pokud mi něco neotisknete, tak se pochopitelně zlobím jakožto správně ješitný autor. Předpokládám, že takových seniorů s podobným zaměřením jako já je mnohem víc. Co kdybyste pro změnu umožnili také nám nastavit zrcadlo?

PAVEL KYSELÁK

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

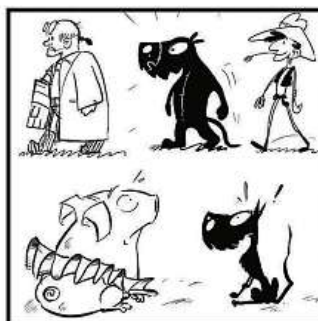
V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Řešení sudoku

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

Komiks

PETR KOPL uvádí: **ŠTĚKY BROKA ŠPINDÍRY** KNÍŽKY BROKA ŠPINDÍRY A DALŠÍ SKVĚLÉ KOMIKSY OD NAKLADATELSTVÍ CREW K DOSTÁNÍ NA WWW.OBCHOD.CREW.CZ A U DOBRÝCH KNIHKUPCŮ.



Vánoce, jak je máme rádi 30 let

Vánoce slaví polovina Čechů stejně intenzivně jako před sametovou revolucí.

Bez ohledu na společenské změny, které přinesla sametová revoluce, Vánoce zůstávají pro Čechy svátky typicky rodinnými i televizními. Maloobchodní řetězec Tesco realizoval ke třicátému výročí svobodných Vánoc průzkum mezi spotřebiteli. Nové vánoční zvyky přijalo za své jen necelých 10 % respondentů, ale lití olava už je spíše raritou.

„Vánoční svátky byly a jsou nejdůležitějšími svátky i z toho důvodu, že historickým vývojem v podstatě nebyly extrémně narušené, naopak oslava Vánoc mohla v době komunismu představovat i jistý vzor – stačilo koly o narození Ježíše zpívat v paneláku, ve kterém bylo vše slyšet. Vánoce tak přešly do určité občanské roviny,“ nastiňuje historický vývoj vánočních svátků v České republice Jana Poláková, kurátorka Etnografického ústavu při Moravském zemském muzeu.

K nižšímu prožívání tradičních svátků se přiznává 34,9 % spotřebitelů. Méně sla-

ví především muži, lidé se základním vzděláním, naopak kladný vztah k oslavě Vánoc mají zejména mladší spotřebitelé do 44 let věku s vysokoškolským vzděláním. Za změnami v prožívání vánočních svátků stojí v případě dvou třetin populace (56,9 %) změny v rodině. Nejčastěji se jedná o přirozenou generační obměnu, tedy dospívání dětí a jejich odchod od rodičů. Druhá nejčastější příčina změny tkví v rozdílných finančních možnostech (23,1 %), které se týkají nejčastěji spotřebitelů střední generace bez rozdílu pohlaví.

Širší nabídka v možnostech trávení vánočního času stojí za změnami ve vnímání Vánoc u mužů – celých 20 % se nechá zlákat k netradičním oslavám.

Ženy obměňují tradice s rozrůstající se nabídkou zboží včetně potravin (17,2 % respondentů). Téměř každý desátý z nás si pak v uplynulých třiceti letech vytvořil nové tradice a zvyky. Zejména muži jsou ochotni přijímat vánoční zvyklosti svých partnerů.

„Ať už se rozhodnete vánoční svátky slavit jakkoliv, v obchodech Tesco připravujeme každoročně sortiment, který umožní strávit Vánoce tak, jak je mají rádi, všem našim zákazníkům,“ uvádí k průzkumu Patrik Dojčinovič, výkonný ředitel z Tesca.

Kdo odpovídal

15 000

Názory zákazníků jsou projektem společnosti Tesco. Jedná se o online panel, v Česku má přibližně 15 000 členů.

Právě rodinné návštěvy, sledování pohádek a vlastnoručně pečené cukroví se udržely mezi nejoblíbenějšími zvyky a tradicemi, které uznává většina Čechů. Za útluky k rodině stojí současná vysoká míra komercializace, která nevyhovuje stále většímu počtu lidí.

Vánoční atmosféru si ale Češi, kterým nechybí smysl pro krásu, užívají. Od sametové revoluce se právě sváteční dekorace a zdobení bytů těší stále rostoucí popularitě. Tradiční živý stromček byl v průběhu let postupně vytlačován nejen tím umělým (ve 25 % domácnostech), ale mnohdy i jen ostatními dekoracemi, kdy Češi namísto stromčeků preferují jen menší větvíčky jehličnanů ve váze.

Klesá počet domácností, které se rozhodnou navštívit tradiční půlnoční mši (zvyk už jen pro necelých 20 % respondentů), o polovinu méně Čechů vyše na vodu svíčku na ložičce ze skořápky a jen 7 % dotazovaných se pustí do vánočního věštění s olovem. **HOP**

INZERCE

PŘINÁŠÍME RADOST PRO KAŽDÉHO

Nevíte si rady s výběrem vhodného dárku? S dm dárkovou kartou nemůžete nikdy šlápnout vedle.

Nechejte si libovolnou částku načíst na pokladně a kartu jednoduše darujte. Karta je platná ve všech prodejnách dm Česká republika na celý sortiment od nabití minimálně 10 let.



www.dm.cz
www.facebook.com/dm_cesko
instagram.com/dm_cesko



Svátky. Stresy byly tehdy, jsou i dnes

Napříč generacemi panuje shoda, že důvody pro stres v období vánočních svátků před sametovou revolucí byly především fronty v obchodech. Davy nakupujících a přeplněné obchody, které komplikovaly Čechům nákup dárků, kazí respondentům Vánoce dodnes. Dnes už se ale neobáváme, že neseženeme to, co právě sháníme. Prázdné regály, specifikum předrevoluční éry, nahradily všudypřítomné vánoční reklamy a pocit, že Vánoce znamenají velký finanční výdaj

spojený se zadlužením (toto citlivě vnímá především generace do 44 let). I po třiceti letech svobody je jedním ze zdrojů prosincového napětí v případě žen vánoční úklid či pečení cukroví, muže znerozvňuje spíše nákup dárků. Přejídání se a přibírání na váze jako třetí nejvýznamnější zdroj stresu shodně uvádějí opětovně všechny generace, kuriózní je, že to platí i při třídění podle dalších sociodemografických parametrů. Zjistil to rovněž průzkum společnosti Tesco. **HOP**

INZERCE

BENU
Vaše zdraví si bereme na starost!

Pod našimi křídly

najdete tu nejlepší sváteční nabídku pro vaše blízké

sleva 200 Kč
vánoční kazeta

Eucerin® HYALURON-FILLER + Elasticity
denní krém, 50 ml
+ noční krém, 50 ml

1499 Kč
1299 Kč

sleva 70 Kč
vánoční balení

Vibovit®
50 + 50 ks
Doplňkové stravy

389 Kč
319 Kč

-20%

GS Extra Strong Multivitamin
60 + 60 tablet
Doplňkové stravy

439 Kč
349 Kč

sleva 150 Kč
vánoční balení

Proenzi® Intensive
120 + 60 tablet
Doplňkové stravy

749 Kč
599 Kč

Běžné ceny se mohou v jednotlivých lékárnách BENU lišit. Produktová nabídka platí od 1. 12. do 31. 12. 2019 nebo do vyprodání zásob. Vždy si pečlivě prostudujte příbalový list, účinky a způsob použití konzultujte s lékárníkem nebo lékařem. Cílem tohoto informačního letáku není podpora zvýšeného užívání léků. Doplňky stravy nenahrazují pestrou stravu ani zdravý životní styl. V některých lékárnách BENU je zboží k dostání pouze na objednávku. Informujte se ve své lékárně o dostupnosti zboží. Platí pouze v kamenných lékárnách BENU. Případné změny a tiskové chyby jsou vyhrazeny.

Vánoce v zahraničí Čechy lákají

Táhne Egypt či Spojené arabské emiráty.

To, co bylo dříve pro mnoho lidí těžko představitelné, v posledních letech získává na oblibě. Mezi Čechy jsou stále populárnější cesty do zahraničí na poslední dny roku. „Je to možnost, jak vyřešit ně-

kolik věcí najednou. Místo bačkor si nadělíte zimní dovolenou, a vyhnete se lezavé zimě, která panuje u nás. Velký zájem o tyto pobyty byl už v minulém roce, kdy prodeje vzrostly o 20 %, nárůst očekáváme také letos,“ uvedla Andrea Řezníčková, tisková mluvčí cestovní agentury Invia. Nejoblíbenějšími jsou osmidenní zájezdy.

Stále nejoblíbenější destinací, kde trávit Štědrý den, je

podle statistik Egypt. Průměrná cena zájezdu do Egypta během období Vánoc je 18 300 korun. Tradičně se oblibě těší Spojené arabské emiráty s průměrnou cenou 29 000 korun. Mezi populární vánoční destinace, kde panuje teplé počasí, se řadí také Kanárské ostrovy se sedmiprocentním prodejním podílem.

„V první šestce se kromě oblíbeného trávení svátků v teple objevují také dvě ly-

žarské destinace, ale letos vycestuje také hodně našich klientů do termálních lázní v Maďarsku,“ prozradila Řezníčková.

Kdo netouží po teple, volí nejčastěji zájezd do Rakouska, který stojí průměrně 10 000 korun. Invia se podílí na prodejkách 7 procenty. Itálie s šestiprocentním prodejním podílem vychází levněji, průměrně na 7000 korun. Maďarsko láká hlavně na termální koupele. Oproti exotickým destinacím vychází levněji, pobyt lze koupit v průměru za 9500 korun.

Mezi vyhledávané způsoby, jak oslavit konec roku a příchod nového, patří pobyty na horách. Rakousko nebo Itálie zůstávají nejvyhledávanějšími destinacemi. Prodané silvestrovské pobyty v Rakousku s průměrnou cenou 7500 korun činí dosud Invia 12 procent prodeje, druhé místo ve statistikách patří Itálii s 11 procenty a průměrnou cenou 9000 korun. Top 5 silvestrovských destinací doplňuje Česká republika či víkendový pobyt v Paříži.



Svátky u moře

ARCHIV

Dovolená na zaoceánské lodi nabízí jedinečnou příležitost zkombinovat pobyt u moře s poznáním světa. Lodě křižují mořské cesty celoročně, ale právě pro vánoční období nabízí netradiční způsob, jak si užít volné dny. „Ideální volba pro cestovatele, kteří chtějí během jedné dovolené poznat mnoho míst a zemí. Navíc lodě jsou luxusně vybavené, což z nich dělá ideální místo, kde můžete trávit vánoční svátky,“ upřesňuje Andrea Řezníčková. **MET**

INZERCE



PIXEL - obrázky, obrazy, nebo jen klíčenky na řetězek motivy pro každý věk moderní výšivka i z vlastní fotky

Plus-Plus stavěnice - 3D kostky

www.pixeluj.eu

MARCO POLO

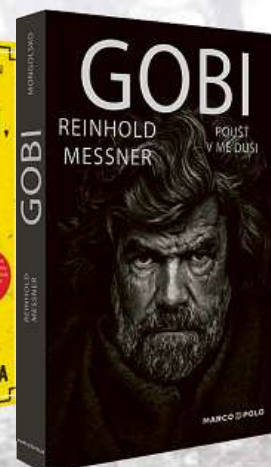
NAŠE BESTSELLERY PRO VAŠE VÁNOCE



novinka



novinka



www.marcopolo-club.cz

zdroj: průzkum Tesco

Vánoční nákupy

Zdá se, že už nemáme stres z nedostatku, nýbrž z nadbytku.

před 1989



dnes

INZERCE



Dárky plné překvapení.

Nakupujte na splátky bez navýšení.
Navíc k iPadu 500 Kč poukázka jako dárek.

Více informací na: www.istores.cz/vanocce

iStores



Jak slavíme Vánoce dnes a jak před 30 lety?

49,5 %
populace slaví Vánoce stejně jako před rokem 1989.

34,9 %
populace prožívá Vánoce méně, než před rokem 1989.

56,9 %
lidí se dotkly generační změny v rodině a slaví Vánoce jiným způsobem.

23,1 %
populace slaví Vánoce jinak z důvodu finančních možností.

20 % mužů
slaví Vánoce netradičními způsoby a nedbají na zvyky.

17,2 % žen
si užívá větší nabídku zboží, včetně potravin.

zdroj: průzkum Tesco

Vánoční dárky, které nezklamou. Pití, vouchery nebo knížky



Box s vínem Gotberg

Bedýnka tekutého štěstí, tak je s nadsázkou označen dárkový box, v němž je šest lahví toho nejlepšího ze sortimentu vinařství Gotberg v dřevěné bedýnce. Obdarovaný se může těšit například na Tramín červený, Ryzlink rýnský, Pálavu či Frankovku.

Cena: 1 599 Kč

Zrnková káva Tchibo Segredo Amarelo

Vánoční limitovaná edice kávy Segredo Amarelo, která pochází z farmy Rio Verde, jež byla založena před 130

lety v jihovýchodní Brazílii v pohoří Serra da Mantiqueira. Segredo Amarelo znamená v portugalské žluté tajemství a v novince propojuje plachého jaguára, který byl údajně na farmě spatřen, a mimořádné žluté zbarvení ušlechtilých kávových třešní odrůd Arabica Yellow Bourbon a Yellow Catuai. Ty mohou, v této na brazilské poměry vysoké poloze 1200 až 1300 metrů nad mořem, pomalu dozrávat a posléze jsou selektivně sklíženy ručně, tedy metodou, s níž se v zemi setkáte jen zřídka. Jako zrnková káva bude v prodeji od 16. prosince.



Cena: 349,90 Kč (s polu s designovou zlatou dózou)



Audiokniha Slepá mapa

Oceňované dílo Aleny Mornštajnové s názvem Slepá mapa vychází jako audiokniha. Knihu popisující osudy rodiny na pozadí obou světových válek namluvila herečka Veronika Gajerová: „Najednou jsem si uvědomila ten paradox, že sice všichni máme problémy, ale vlastně si žijeme dobře, protože tenkrát byl život strašně krutý a těžký. My si furt stěžujeme a říkáme si, jaké máme problémy, ale lidé tenkrát začínali pořád znova a pořád doufali.“

Cena: od 319 Kč

Víno ve sklence a na talíři

Unikátní vinná kuchařka zkušené autorky Kristiny Šemberové obsahuje 76 receptů na pokrmy s vínem a k vínu na každodenní vaření, rodinné sešlosti, romantickou večeři, party pro přátele i snídani do postele. Receptová část je přehledně rozdělena do osmi kapitol podle chodů a nabízí i pokrmy ke grilu.

K jednotlivým receptům doporučuje someliér Tomáš Brůha ideální víno, takže si i doma můžete připravit zážitky jako v luxusní restauraci. Zároveň se dočtete o výrobě i oblíbených odrůdách.

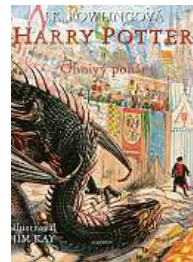


Cena: 395 Kč

Harry Potter a Ohnivý pohár

Čtvrtý díl příběhů známého kouzelnického učně Harryho Pottera vychází v inovovaném vydání s ilustracemi Jima Kaye.

Cena: 549 Kč



Odpočinek v Infnit

Dopřejte svým blízkým relaxaci v jedinečných wellness centrech Infnit v Praze a Brně a vyberte dárkový poukaz na odpočinek ve vyhřívaných bazénech, saunových světech s několika druhy saun či útulných wellness zónách s masážími a privátními koupelny. Více na www.infnitdanky.cz.

Cena: od 255 Kč

INZERCE

NA ♥ JSOU PODĚBRADY

Hubnoucí pobyt s Kateřinou Cajthamlovou

Cítíte, že Váš životní styl není to pravé a nevíte kudy z toho?

PŘIJEĎTE NA POBYT DO PODĚBRAD

3 dny / 2 noci

Termín: 31.1. – 2.2.2020

Stravování: plná penze

Program:

1x uhlíčitá koupel

1x klasická částečná masáž

workshopy, přednášky

a výživové poradenství

od 4 890 Kč



Tel.: 326 530 500

www.lazne-podebrady.cz/hubnouci-vikend

Plány pod kontrolou

Diář, který bude vaším průvodcem?

- Sebemotivační deník – Jsem žena, jsem bohyň – je nadčasový zápisník pro ženy, které chtějí objevovat svůj skrytý potenciál. Průvodcem na cestě jim budou osobnosti jako Lilia Khoussoutdinová, Vanda Hybnerová, Mahulena Bočánová či zpěvačka Patricie Fuxová, která projekt vymyslela. Všechny na uměleckých fotografiích ztělesňují 13 slovanských bohyň. Diář je obohacený o popis tradičních svátků, rituálů, které se k danému měsíci hodí, a nechybí ani sezonní recepty. Část výtěžku z jeho prodeje půjde na pomoc ženám v nouzi.
Cena: 299 Kč



- České papírnictví papelote přináší kromě léty ověřených produktů i obaly, které se vrací na scénu, a to z materiálu nazývaného vegan-skou kůží nebo prateľným papírem. Diáře v elegantním knižním provedení vznikly hned ve třech velikostech, především se ale v novém roce chce papírnictví věnovat plánování. Oblíbený týdenní plánovač je tak nyní k dostání i v menším příručním provedení a vznikla



dokonce i jeho měsíční verze. Obě jsou navíc doplněny celým plánovacím systémem pro podporu produktivity. Všechny diáře, jejichž ceny se různí, jsou k dostání v papelote obchodě ve Vojtěšské ulici v Praze nebo v e-shopu www.papelote.cz.



Voucher do Thomas's Barbershop Praha

Absolutní péče a relax v pánské prostředí, chvíle oddechu při kadeřnických a kosmetických úpravách, doutník, whisky a klidné i fotbal v televizi. O tom sní řada mužů – odtrhnout se na chvíli od okolního světa a užít si svou chvíli na maximum. V nabídce Thomas's Barbershopu, který letos slaví desáté narozeniny, používají svou vlastní kosmetiku. Zakoupit a uplatnit voucher lze na třech pražských pobočkách, více na www.thomasbarbershop.com/vouchery. **IBB**



S tímto nešlápnete vedle!



Lamax Storm1

Reproduktor s Bluetooth 5.0 a extra vysokým výkonem 40 W. Je odolný proti vodě i prachu podle IP67, má tři hudební režimy a výdrž na baterii až 15 hodin.

- Reproduktor, který vydrží i pod vodou, disponuje NFC pro snadné spárování s mobilem jejich pouhým přiblížením. Má vstup AUX pro 3,5mm jack i slot na MicroSD kartu. True Wireless Stereo zase umožní připojit další reproduktor LAMAX Storm1 – a posílit už tak velký výkon. S Li-Ion baterií (6600 mAh), jejíž nabíjení netrvá ani tři hodiny, pak zvládne hrát až 15 hodin. **Cena: 3490 Kč**



Nikon Z50

Jeden z nejočekávanějších foťáků roku Nikon Z50 byl představen na podzim. Je vůbec první bezzrcadlovkou s velkým APS-C čipem od Nikonu.

- Nový systém mirrorless formátu DX, kombinující fotoaparát Z 50 s objektivem NIKKOR Z DX, umožňuje pořizovat ohromující snímky – od širokoúhlých záběrů až po záběry pořízené teleobjektivy. Díky obrazovému snímači formátu DX s 20,9 milionu pixelů nabízí model Z 50 optické výhody systému Nikon mirrorless v pevném a kompaktním těle DX. Foťák má dotykový displej. **Cena těla: 22 900 Kč**



Nokia 7.2

Novinka od Nokie je zajímavý dar pro ty, kteří rádi fotí. V prémiově zpracované konstrukci se ukrývá citlivý 48MP trojitý fotoaparát s optikou Zeiss.

- Zachytit ty nejlepší snímky během toho nejjasnějšího dne i ve špatných světelných podmínkách tak nikdy nebylo snazší. Postará se o to, aby každý snímek přinášel to nejvěrohodnější podání a ultraširoký snímač pak zachytí jak pohlcující scenérie, tak skupinový portrét. Potěší také technologie PureDisplay, která veškerý přehrávaný obsah převádí do HDR, díky čemuž je sledování oblíbených videí opravdová radost. **Cena: 8799 Kč**

INZERCE

Chytré hodinky

Pro sport a zdravý životní styl

Vypadají jako běžné hodinky, pod povrchem ale ukrývají řadu chytrých funkcí. Jednodušší modely umí motivovat ke změně životního stylu, ty dokonalejší změří podrobně širokou škálu sportovních aktivit. Společně pak sluší se sportovním i slavnostnějším oblečením.



Garmin vívoactive3

Elegantní, chytré a sportovní všestranné GPS hodinky s podporou bezkontaktních plateb Garmin Pay. Podrobné vyhodnocení běhu, jízdy na kole, plavání, lyžování, golfu, jógy a řady dalších sportů. Při propojení se smartphonem mají funkce chytrých hodinek. Vhodné na sport, do práce i společnosti. Pánské i dámské modely, výdrž až 7 dní v režimu smartwatch.

Od **4.490 Kč**



Garmin vívomove Optic Sport

Stylové, chytré hodinky s klasickými ručičkami a důmyslně ukrytým, dotykovým displejem. Hodinky nabízejí pohodlné měření tepu přímo na zápěstí, sportovní stopky, měření stresu, počtu ušlých kroků, plnění denního limitu pohybu, monitoring spánku, smart funkce a další. Fungují jako účinná motivace ke zdravějšímu životnímu stylu. Sluší se sportovním i společenským oblečením.

3.990 Kč

Je libo hru, či osušku?



Stolní hra Dixit

Máte rádi pohádky? Vyzíváte se v hádankách? Pak vyzkoušejte Dixit. Tajemné, vtipné i netradičně zpracované ilustrace vás zavedou do míst, kde rozvinete svoji fantazii. Pobavíte se tím, jak jednoduše a zábavně lze danou kartu popsat. Zažijete horké chvíle při zjišťování toho, co vám chtěl vypravěč sdělit. Více na www.hraj.cz.

Cena: 699 Kč

ré mnohdy reagují na aktuální dění, lidové hlášky či sází na slovní hříčky. Tyto kresby přesunula také na osušky. Ručníky jsou dostatečně velké, aby sis na ně mohl/a lehnout, a jsou rychloschnoucí, takže se můžeš utírat třeba do aleluja! Ať už si chceš udělat radost, nebo někoho utířit měkkým dárkem. A pokud chcete někomu zaručit nohy v teple, ideální budou ponožky s nápisy na spodní straně jako „Přines mi víno“ či „Přines mi pivo“.



HTC Vive Cosmos

Společnost HTC je již dlouho tahounem pokroku na poli virtuální reality, nyní přichází s headsetem HTC Vive Cosmos. Nabízí rozlišení 2880 x 1700, takže odhalí i ty nejjemnější detaily virtuálních světů. Nevyžaduje instalaci základnových stanic, a tak je první spuštění dílem okamžiku. Výrobce jej opatřil výměnnými panely, se kterými bude možné headset doplnit o nové funkce. Přívětivá cena je milým překvapením. Více na www.vive.com.

Cena: 21 590 Kč IBE

Dyson Airwrap



Společnost Dyson představuje druhý produkt z řady beauty technologií: nejmmodernější Dyson Airwrap styler. Tento převratný přístroj přináší úplně nový způsob úpravy vlasů – především díky několika naprosto perfektním nástavcům – na natáčení a na zvlnění vlasů – a také kartáčům – na jejich bezkonkurenční vyhlazení nebo zvětšení objemu.

Styler je navržen k úpravě vašich vlasů za vlhka. Kombinací vlhkosti ve vašich vlasech se

silným proudem vzduchu a řízenou teplotou dokáže tvarovat a vysušet vlasy současně, a to bez použití extrémních teplot.

- Je k dostání v elegantním pouzdře vyvinutém přímo Jamesem Dysonem. Chrání a slouží k úhlednému uspořádání. Ve světle hnědém provedení, polstrované měkkou tkaninou a s magnetickým zapínáním.

- Cena: 12 990 Kč

Jako profíci

Tomas Arsov je považován za špičku českého kadeřnictví. Stal se dvorním kadeřníkem mnoha celebrit a modelek u nás i v zahraničí, dokázal během pár let vybudovat ze svého kadeřnictví hlavní centrálu dokonalé péče.

- Jeho produkty získaly v roce 2019 prestižní ocenění Beauty Awards. Obsahují 97 % přírodních látek, bez zatěžujících silikonů a parabenů. Více na shop.tomasarsov.cz



INZERCE

Venušiny kuličky
Dorcel Dual Balls
★★★★★ 100 %
+ kvalita/cena
+ jemný silikon

499,-

sexshopik.cz
více než kapka potěšení

Dorcel Glam Rabbit
21 cm
+ příjemný na dotek
+ na klitoris a G-bod
+ vodotěsný

1 749,-

doručení po Praze
do 3-5 hod.

Vibrátor Dorcel Real M 22 cm
★★★★★ 99 %
+ elegantní design
+ kvalita/cena
+ příjemný na dotek
+ na G-bod

699,-

platí do 8. 12. 2019

e-shop
www.sexshopik.cz

Prodejna
Bystrá 761/10, P9

Po-Pá: 9 -17 h
So: 9-17 h

ihned k odběru
přes 15000 ks

100%
diskrétnost



Procházku vyzve Dollaway

Dalším soupeřem elitního českého bojovníka MMA Jiřího Procházky (na snímku) v organizaci Rizin bude Američan C. B. Dollaway. Souboj, ve kterém bude Procházka obhajovat pás šampiona polotěžké váhy japonské organizace, se uskuteční 31. prosince v Saitamě. Procházka měl v plánu na konci roku nastoupit proti Ryanu Baderovi z USA, který je šampionem konkurenční organizace Bellator. Na tomto souboji se ale všechny strany nedohodly. Dollaway má na kontě 20 zápasů v UFC, nyní však v elitní organizaci nemůže zápasit, neboť má dvouletou distanc za doping. Na Rizin se však jeho trest nevztahuje. **MAFRA**

Krátce

Agenti měli víc

Agenti si letos při přestupech fotbalistů přišli na rekordních 653,9 milionu dolarů (asi 15 miliard korun). Oproti loňskému roku provize narostly o 19,2 procenta. Nejvíce agentům zastupujícím hráče nebo kluby vyplatily celky z Itálie, Anglie, Německa, Španělska, Francie a Portugalska.

Atletika na závěr

Mezinárodní olympijský výbor přesunul pět atletických závodů, jež se budou příští rok místo Tokia konat v Sapporu, do závěrečných čtyř dnů her. Od 6. do 9. srpna se bude o medaile bojovat v obou maratonech a třech závodech v chůzi.

Už netáhnou

Basketbalisté Golden State už netáhnou. Finalisté posledních pěti ročníků NBA jsou i vinou zranění hvězd v krizi a vedení soutěže na to zareagovalo tím, že stáhlo dva zápasy Warriors z vysílání v celostátní televizi. **ČTK**

Krejčí slaví 200. trefu

Vrána dal dva góly, jeho krajana Gudase sestřelili.

Český hokejový útočník David Krejčí vstřelil v NHL jubilejní 200. gól, kterým zpečetil výhru hokejistů Bostonu 2:0 nad Carolinou. U jeho jubilejní trefy si připsal asistent David Pastrňák. „Je to jen číslo. Není to něco, na co bych se zaměřoval a naháněl to. Jsem tu, abych pomáhal týmu. Jsem hlavně rád, že jsme vyhráli,“ řekl Krejčí.

Jakub Vrána se podílel dvěma góly na výhře Washingtonu 5:2 v San Jose a se 14 brankami v sezoně je v tabulce střelců NHL jedenáctý. Obránce Washingtonu Radka Gudase udeřil ve třetí třetině nešetrně do obličeje Evander Kane a český hráč se při pádu ještě praštil hlavou o mantinel. Rozhodčí udělili Kaneovi za faul loktem pětiminutový trest a vyloučili ho do konce zápasu. **ČTK**



David Krejčí (vlevo) **AP**

Zasáhl proti zloději

Obránce Ottawy Mark Borowiecki si zpeřil čekání na zápas ve Vancouveru zásahem proti zloději.

- Třicetiletý Kanadčan zabránil během odpolední procházky krádeži batohu ze zaparkovaného auta. Když viděl Borowiecki na ulici muže, jenž rozbil okénko auta a vybral z něj batoh, snažil se ho zastavit. Zloděj utekl, ale batoh získal hokejista.

Video. Vary a Vítkovice zaplatí za nefunkčnost

Kluby Karlových Varů a Vítkovic zaplatí pokuty za nefunkční videosystém, jenž je zásadní pro uplatnění trenérské výzvy, jež byla v hokejové extralize zavedena od této sezony.

Karlovarští přijdou o 10 tisíc korun, Ostravané zaplatí tisíc korun. Karlovy Vary porušily herní řád soutěže u utkání proti Hradci Králové

29. listopadu, kdy nedostatek odhalil během pravidelné předzápasové kontroly brankový videorozhodčí. Zobrazovací zařízení pro trenérskou výzvu se nepodařilo zprovoznit ani během utkání. V duelu Vítkovic se Spartou 27. listopadu se funkčnost systému povedlo obnovit v úvodních minutách zápasu. **ČTK**



Repríza

Brazilští fotbalisté se utkají příští rok na mistrovství Jižní Ameriky ve skupině B v repríze posledního finále s Peru, Kolumbií, Venezuelou, Ekvádorem i hostem – asijským šampionem Katar. Ve skupině A se představí druhý host Austrálie. Utká se s Uruguayí, Argentinou, Paraguayí, Bolívií a Chile. Na snímku je maskot turnaje při losu. **AP**

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

Práce - nabídka

- Firma INGMAR přijme zámečníka do provozu Psáry u Prahy. Praxe v oboru 5 let. Dobré fin. podmínky. Tel.: 773551755, CV poslat na: ingmar@ingmar.cz



INZERCE

iDNES.cz

mobil ROKU

SOUBOJ SMARTPHONŮ NA iDNES.CZ/MOBILROKU

Hlasujte v čtenářské anketě o nejlepší mobil roku 2019 a vyhraďte dárkový balíček!

Všechny dárky vyřešíte na

a **alza.cz**



U focení dělá scény

ASUS



-10 %

Asus ZenFone Max M2

6,3" IPS displej s rozlišením 1 520 × 720
RAM 4 GB, interní paměť 32 GB
Duální fotoaparát s rozpoznáním až 13 scén
4 000mAh baterie s výdrží až 2 dny

~~4 990,-~~
4 490,-

obj. kód: AST035b1

Má to rád čerstvé

brabantia



-31 %

Brabantia chlebník Fall Front

Úložný box na pečivo a chléb
Vyroben z ušlechtilé oceli, lze přidělat na zeď
Víko drží díky kvalitnímu magnetu
Prodoužená záruka na 10 let

~~1 150,-~~
799,-

obj. kód: BRADO007

Japonská masáž ve vašem obýváku

HOMEDICS



-29 %

Homedics Masáž nohou SHIATSU FM-TS9 - EUEljet Offroad E1 Lightning

Masážní podložka na nohy
18 masážních hlav, možnost vyhřívání
Nastavitelný sklon pro maximální pohodlí
Snadné ovládání, napájení 220 V

~~2 389,-~~
1 690,-

obj. kód: HOMMN003

Příští rok to bude jízda!

Eljet



-22 %

Eljet Offroad E1 Lightning

Samobalanční elektrický hoverboard
Maximální rychlost až 15 km/h, dojezd až 20 km
Robustní kola nezklamou ani v lehčím terénu
Hmotnost 14 kg, taška, Bluetooth reproduktor

~~6 749,-~~
5 290,-

obj. kód: SPTej016

Když ostatní nabíjí, vy se bavíte

uleFone



UleFone Power 6 DS 4 + 64 GB

6,3" IPS displej s rozlišením 2 340 × 1 080
RAM 4 GB, interní paměť 64 GB
Duální fotoaparát s Bokeh efektem
6 350mAh baterie, NFC pro bezkontaktní platby

~~5 190,-~~
4 999,-

obj. kód: ULF033b3

Led bude dole hned

KÄRCHER



Kärcher EDI 4 Akumulátorová škrabka ledu

Elektrická aku škrabka na led do auta
10cm rotující kotouč, ochranný kryt
Výdrž baterie až 15 minut
LED kontrolka indikující potřebu dobít

1 290,-

obj. kód: KASK027j

Více na alza.cz/vanoce

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 5. 12. 2019 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.