



metro®

ÚTERÝ 8. PROSINCE 2020 Č. 227 • WWW.METRO.CZ

NEKAŠLETE NA ZIMU!

STOPKAŠEL® - MEDICAL SIRUP -

Jediný multibylinný přípravek s unikátní kombinací **5 bylinných extraktů** (jitrocel, boswellie, mateřídouška, bazalka, eukalyptus), který:

- ✓ ulevuje při suchém a vlhkém kašli
- ✓ zklidňuje podrážděný krk
- ✓ snižuje bolest v krku
- ✓ ulevuje při škrábání v krku

VHODNÝ PRO DĚTI OD 1 ROKU

Oba přípravky jsou vhodné pro diabetiky i těhotné a kojící ženy.

K dostání v lékárně.
www.drweiss.cz

doplněk stravy



zdravotnický prostředek



DARUJTE KRÁSNÉ A ZDRAVÉ VLASY



DonnaHAIR® FORTE obsahuje jedinečnou kombinaci pivovarských kvasnic, biotinu a tří aminokyselin – metionin, cystein a tyrosin, které jsou klíčové pro strukturu a zdraví vlasu. Složení tohoto doplňku stravy je navíc obohaceno o extrakt kopřivy dvoudomé, který podporuje tvorbu keratinu - základního stavebního prvku vlasu.

- ★ **Pomáhá při zvýšeném vypadávání vlasů.**^{1,2,4}
- ★ **Podporuje přirozenou kvalitu vlasů a jejich pevnost.**^{1,2,4,5}
- ★ **Pečuje o kvalitu pokožky hlavy.**^{2,3,4}

Složení přípravku je speciálně přizpůsobeno také pro potřeby těhotných a kojících žen.

K dostání v lékárně.

www.DonnaHAIR.cz

¹biotin, ²zinek, ³vitamin A, ⁴extrakt přesličky rolní, ⁵extrakt kopřivy dvoudomé

ESTER LEDECKOU BUDE NOVĚ TRÉNOVAT I ITAL

LYŽAŘSKÝ TÝM OLYMPIJSKÉ VÍTĚZKY ROZŠÍŘIL FRANZ GAMPER STRANA 17



metro



PRAHA

Úterý, 8. prosince 2020

Č. 227, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Květoslava

mojemetro | denikmetro

Od ledna jsme přibrali v průměru až šest kilo

Podivná doba. Větší přísun tuku má na svědomí třeba home office. **Blížící se Vánoce.** Omezení fyzických aktivit a přísun cukroví můžou vést k závažným zdravotním problémům. **Sladké.** Ovoce místo cukru STRANA 7



Muzeum škodovek. Prototypy závodních i vládních vozů

Připravované automuzeum Svět škodovek bude plné unikátních prototypů závodních, užitkových či vládních vozů značky Škoda, které nejsou takto pohromadě vystaveny v žádném jiném muzeu. Muzeem, které vzniká v Čerčanech u Prahy, kromě aut nabídne i starou učebnu autoškoly s kompletním simulátorovým vybavením. Součástí bude také expozice věnovaná historii dopravního značení v Československu. V areálu bude také kavárna s dětským koutkem a venkovní retro hřiště. Veřejnosti se otevře na jaře 2021, vstupenky se dají v předprodeji koupit už nyní.

ČTK

Břežanské údolí. Ridiči ztrácejí nervy

O víkendu v Břežanském údolí komplikoval provoz aut spadlý kus skály. Ridiči tu museli čekat na semaforech. Je to přitom už několikátý problém v řadě. Cesta, kterou lemují potok, prochází chráněnou oblastí a ta si žije vlastním životem. Pády stromů i kusů skal jsou zde časté. STRANA 5

Restaurace od zítra do 20.00. Vakcín bude 6,9 milionu

Bary, restaurace a další stravovací zařízení včetně výdejních okének budou muset od zítra zavírat ve 20 hodin. Zakázána bude po celý den konzumace alkoholu na veřejnosti a na trzích se nebude smět prodávat občerstvení a alkohol. Vláda tak rozhodla v důsledku rostoucího množství případů koronaviru. Česko má také objednanou vakcínu pro 6,9 milionu obyvatel. Očkování bude hrazené ze zdravotního pojištění a dobrovolné. STRANA 6





Jak zhodnotit nasporené peníze?

Investujte bezpečně se zajištěním nemovitostmi

Bonus 500 Kč + výnos až 6 % p.a.

Olivova 2096/4, Bredovský dvůr - 1.patro, Praha 1

Volejte zdarma: 800 023 099

www.rondainvest.cz

Krátké

Na Malovance

Nedokončené multifunkční dopravní středisko na Malovance hodlá město dostavět. Nyní vypíše zakázku na dokončení centra v odhadované hodnotě 601 milionů korun. Projekt zastavilo v roce 2016 tehdejší vedení města.

Diagnostika mostu

Mánesův most čeká diagnostika jeho stavu. Technická správa komunikací nyní hledá v tendru firmu, která most prohlédne. Maximální hodnota zakázky má být 19,3 mi-

lionu korun. Praha má se stavem mostů dlouhodobé problémy a diagnostika byla nařízena u řady z nich.

Průmyslový palác se dočká dozoru

Magistrát vypíše veřejnou zakázku na správce stavby a technický dozor do stavby vyhořelého křídla Průmyslového paláce. Odhadovaná maximální cena zakázky je 84,3 milionu korun. Magistrát již vypsal tendr na samotnou dostavbu, vítěze ale zatím nevybral. **ČTK**

Zvětšení letiště opět odmítla rada

O ranveji budou ještě jednat zastupitelé.

Vypustit z Politiky územního rozvoje a prověřit zvýšení kapacity regionálních letišť navrhuje vládě schválené usnesení rady města, která včera opět odmítla plán výstavby nové přistávací dráhy na ruzyňském letišti. Radní už na minulém jednání nedoporučili schválit pořízení změny územního plánu, která je pro stavbu nové ranveje nutná a o které by měli 17. prosince rozhodovat zastupitelé.

Nová ranvej má doplnit stávající, a tím navýšit kapacitu na 30 milionů cestujících ročně. Loni jich terminály na Ruzyňi odbavily rekordních 17,8 milionu, což bylo podle zástupců letiště na hraně kapacity. Letos kvůli koronaviru provoz klesl na minimum. Podle dřívějších plánů by letiště chtělo získat stavební povolení ke stavbě v roce 2025 a stavbu dokončit o tři roky později.

Při povolovacích řízeních by se podle usnesení radních měly pražské instituce spadáající pod samosprávu, jako je Institut plánování a rozvoje (IPR), vyjadřovat v souladu s nesouhlasným názorem vedení města. Samosprávy nicméně o povolování staveb nerozhodují a mohou jen vydávat stanoviska.

IPR dostal také za úkol při plánované aktualizaci státní Politiky územního rozvoje připravit vyjádření požadující vypuštění projektu. Přijaté usnesení zahrnuje celou řadu dalších požadavků vůči vládě. Podle radních by měla co nejrychleji zprovoznit plánovanou rychlodráhu na letišti. Případná rozšíření menších regionálních letišť by pak podle vedení Prahy mohla mít pozitivní dopad na regionální rozvoj. Kvůli paralelní dráze rada požaduje nové posouzení vlivu na životní prostředí EIA včetně aktualizace hlukové a rozptylové studie. Vláda by měla podle usnesení také zhodnotit ekonomické a společenské dopady projektu v širším kontextu, včetně turismu v metropoli a jeho nežádoucích důsledků. Zhodnotit by se měl i vliv plánované vysokorychlostní železnice, míní radní.

„Vláda chce investovat 30 miliard korun do Letiště Václava Havla v situaci, kdy se již proinvestovaly miliardy do rozvoje regionálních letišť, která jsou ve ztrátách a jejich provoz je dotován z veřejných financí. Toto ukazuje na absenci vládní strategie v oblasti veřejné letecké dopravy,“ uvedl náměstek Petr Hlubuček (STAN). Pražské letiště se podle něj může rozvíjet i bez paralelní dráhy. V otázce se Hlubuček neshodne s TOP 09, se kterou STAN tvoří uskupení Spojené síly pro Prahu.

O změnu je zažádáno

Otázka se na nejbližším zastupitelstvu s největší pravděpodobností stejně bude řešit při schvalování pořízení změny územního plánu pro ranveji.

- Letiště už zažádalo o územní rozhodnutí ke stavbě, to je však nyní přerušeno kvůli tomu, že soud na návrh městských částí Nebušice a Suchdol zrušil aktualizaci zásad územního rozvoje Středočeského kraje, v nichž se vymezovala plocha pro stavbu. Letiště podalo spolu s Ředitelstvem silnic a dálnic proti rozhodnutí kasační stížnost k Nejvyššímu správnímu soudu, o které zatím nebylo rozhodnuto.

Zástupci TOP 09 stavbu nové ranveje neodmítají a včera Hlubučkovo usnesení v radě nepodpořili. Předseda klubu Spojených sil Jiří Pospíšil (TOP 09) navíc kritizoval fakt, že při hlasování neprošlo zařazení otázky i na prosincové jednání zastupitelstva. „Při jednání zastupitelstva budu žádat, aby se k tomuto tisku vedla řádná diskuse. Jsou zde zcela zřejmé ekonomické a ekologické důvody, proč by druhá dráha měla, za určitých podmínek, v Praze vzniknout, a je třeba s nimi pracovat, a ne se populisticky schovávat za libivé kroky,“ sdělil. **ČTK**



Průvod i protesty za klima

Desítky členů ekologických a dalších neziskových organizací včera na demonstraci před budovou Úřadu vlády vyzvaly premiéra Andreje Babiše, aby na zasedání Evropské rady v tomto týdnu podpořil vyšší cíle v ochraně klimatu. Asi 40 aktivistů tam přišlo v průvodu od Rudolfiny. Průvod byl vyvrcholením ranní série demonstrací a happeningů před budovami ministerstev. **ČTK**

MEGA SALE

AŽ

-50%

NA VYBRANÉ ZBOŽÍ*



*Sleva platí na vybrané zboží ve všech prodejnách C&A v České republice. Není možné kombinovat s jinou nabídkou nebo akcí.
Neplatí na nákup dárkové karty. Nelze vyplatit v hotovosti.

Pionýr mezi tramvajemi. Pomeranč slouží přes 30 let



Měřicí tramvaj v Ústředních dílnách DP

MICHAL REŽNÝ



Panel řidiče

PETR JELÍNEK

Měřicí vůz vyráží do ulic po každé větší opravě kolejí.

Nemá tolik fanoušků jako Mazačka, avšak pozornost si rozhodně zaslouží. V ulicích ji potkáte jen několikrát za rok. Jeden z jejích úkolů je dokonce možné plnit jen v noci. Ostatní tramvaje jí mohou závidět. Je totiž vždy první, která vyzkouší novou trať. Pionýr mezi vozy nese označení 5521, ale v dopravním podniku mu říkají Pomeranč. O oranžové měřicí tramvaji jsme si povídali s jejím řidičem Michalem Režným.

Tramvaj už něco pamatuje. Vůz jako takový je z roku 1963, koncem 80. let proběhla jeho přestavba a od roku 1989 je v provozu jako měřicí. Jeho elektrická výzbroj je speciálně upravena na mož-

nost pomalé jízdy. „To je žádoucí zejména u nově otevíraných úseků při první zkušební jízdě. Klasická výzbroj pomalou jízdou příliš neumožňuje, přesněji dochází při ní k zvýšenému opotřebení a tepelnému namáhání zrychlovače,“ říká „kápo“ vozu. Sám si uvědomuje, že má mezi tramvajáky velké štěstí. „Je to hezký pocit, projíždět jako první v místech, kde nikdy předtím žádná tramvaj nejezdila. Jízdu na Barrandov jsem si vyloženě vychutnával,“ vzpomíná Režný na rok 2003.

V kabině Pomeranče sedává už 20 let. „Jízda s měřicím vozem je úplně něco jiného než na běžné lince. Nemám jízdní řád, nemám třeba ani stanovenou trasu, kudy mám na konkrétní místo dojet. Zkrátka odpadají tady obyčejné problémy běžného provozu,“ libuje si Režný, který do dopravního podniku nastoupil hned po studiích v roce 1977. Nemoh-

lo to ani být jinak. Však pochází z tramvajácké rodiny. Jeho otec tramvaje řídil, stejně tak i jeho matka, která dělala i průvodčí.

**Fotografie najdete na
WWW.METRO.CZ**

Jízda měřicím vozem není jen radost. „Při zahajovacích jízdách nějakého úseku nastupuje poněkud větší zodpovědnost. Přece jen projíždím tam jako první a nikdo neví, jak se tramvaj zachová, navíc mnohdy se projíždí staveništěm v plném provozu, jsou zde dlaždičky, asfaltěři, čističi,“ ví Režný. Mimo chodem, jeho samotného potkáte na kolejích o něco častěji než měřicí vůz. Byť je jeho hlavním zaměstnáním práce na přípravné dílně Vrchního vedení, do ulic vyráží i jako řidič běžných tramvajů. „Splnil jsem si dětský sen a od

roku 1984 jezdím s tramvají na vedlejšáku,“ vysvětluje.

Dost ale o řidiči, seznámte se blíže i s jeho strojem. Hlavním úkolem měřicího vozu je kontrola trolejového vedení. Přeměřuje se jeho výška a hodnoty takzvané klikatosti. Trolej je zavěšena střídavě zleva a zprava, a je nutno dodržet maximální povolené hodnoty tohoto rozptylu. Vůz také dokáže zaznamenat případné nerovnosti na troleji, třeba špatné napojení, špatně nainstalované trolejové křížení, zkrátka veškeré „zuby“. Vůz se také používá ke kontrole ochranných kabelů elektrických stožárů, kdy se prověřuje správné elektrické propojení mezi stožárem a kolejnicí.

Tramvaj vyráží do světa prakticky po každé větší opravě nebo rekonstrukci tratě. Nedávno jste ji mohli potkat v Nádražní ulici. A jak již bylo zmíněno, Pomeranč se

také „vrhá do neznáma“ při otevírání nových tratí. Byl tak vůbec první tramvají, která v listopadu projela obnovenou trať na Pankráci.

Její úkolem jsou ale i kontrolní jízdy po opravě trolejí v podjezdech nebo zkouška nového typu výhybky. Další, pravidelné jízdy se pak konají v rámci preventivních prohlídek v celé kolejové síti, kdy se s odstupem měsíce až dvou projíždí a kontroluje postupně celá síť. „V neposlední řadě probíhá čtyřikrát do roka kontrola ukolejnění stožárů, to ovšem provádíme výhradně v nočních hodinách, abychom popojížděním od stožáru ke stožáru nebrzdili běžný provoz,“ dodává Režný. Ten má jako správný fanoušek dopravy i svůj web. Pěkné fotky, více zajímavosti o tramvaji i informace o tom, kdy Pomeranč vyráží do terénu, najdete na webu 5521.webnode.cz. **MAREK HÝŘ**

INZERCE

DĚTSKÉ ČLENSTVÍ

JEŠTĚ BLÍŽ KLUBU
A ZÁŽITKŮM SE SPARTOU

Darujte členství s uvítacím balíčkem a vánočním překvapením jako dárek pod stromeček.

Registrace na www.sparta.cz



„To údolí je prokleté“

Břežanské údolí uzavřel pád skály. Problémů je tam ale více. Místní lidé volají po otevření nájezdu na okruh.

Kdo se v neděli později odpoledne vydal Břežanským údolím spojujícím Dolní Břežany a Zbraslav, zastavila ho brzdoavá světla aut. Vlivem počasí se zde na silnici vysypal kus skály a nebylo možné projet.

Cestáři ještě do večera údolí uzavřeli. Je to přitom už několikátý problém v řadě. Cesta, kterou lemují stejnojmenný potok, prochází chráněnou oblastí a ta si žije vlastním životem. Pády stromů i kusů skal jsou zde časté.

„Ta skála je jedna věc. Povalila se nám tu i opěrná zeď pod silnicí, problémy jsou i s dalšími kameny i jedním mostkem přes potok,“ řekl deníku Metro starosta Dolních Břežan Věslav Michalík. Podle něj bude zatím provoz

v problémovém úseku řídit semafor, přičemž se zprůjezdí jeden pruh. Podle Heleny Frintové z krajského úřadu je skála ve špatném stavu v délce až padesát metrů.

Teď záleží na vyjádření geologa, který si včera odpoledne místo prohlédl. Nejbližší dny ukážou, zda se údolí podaří pro auta otevřít, nebo přijdou na řadu stále více hrozící opravy, které jsou velmi finančně náročné. Zajištění a oprava celého úseku mají vyjít na zhruba 250 milionů korun. Celý průtah vyžaduje generální rekonstrukci, byť je zde asfalt v dobré kondici, což hojně využívají i milovníci rychlých aut a motorek.

Na facebookovské stránce věnující se životu v Dolních Břežanech a okolí se včera objevil i dotaz, zda se sesuvem úniku plynu v okolních domech. Skalní masivy jsou však podle starosty v havarijním stavu už dlouho.

„Tak to je tedy pěkný vánoční dárek, to údolí je snad prokleté. Může mi proboha někdo vysvětlit, proč se ko-



Sesuv odklízěl bagr. DB

nečně neotevře napojení na Pražský okruh, které je už deset let vybudované, ale uzavřené?“ rozčiluje se stejně jako mnozí další břežanská obyvatelka Marie Černá.

Názory, že by nadměrné dopravě v údolí, a přímo tedy i havarijnímu stavu mostu a opěrných zdí, ulevila možnost najet na okruh, se to na Facebooku jen hemží.

Uzavřené dálniční sjezdy mezi Břežany a Písnicí jsou nekonečný příběh.

„Tohle není dotaz na nás. Zeptejte se radnice Libuše, kam Písnice spadá, proč už od otevření okruhu nájezdy blokuje. Vymínila si, že na ně kývne, pokud bude vybudovaný silniční obchvat Písnice,“

krčí rameny starosta Dolních Břežan.

Jenže starosta Libuše Jiří Koubek stojí za názorem, že po otevření sjezdu zahltní jedinou tepnu protínající Písnicí osobní auta a nákladní doprava. „Mí předchůdci zakomponovali do územního rozhodnutí, že podmínkou otevření nájezdů je obchvat. Takhle to bylo odsouhlaseno, nemůžu a nechci to měnit. Až otevrou v Písnici konečnou metra, bude ten obchvat nutný. A naváže na obchvat Kunratic. Pak bude určitě možné sjezdy na Pražský okruh využívat a já budu nejšťastnější Pražan,“ řekl deníku Metro.

V oblasti přitom došlo ke zlepšení dopravy v Jesenici. V září tam byl otevřen obchvat, díky kterému se řidiči jedoucí od Dolních Břežan mohou vyhnout centru Jesenice a najet na okruh.

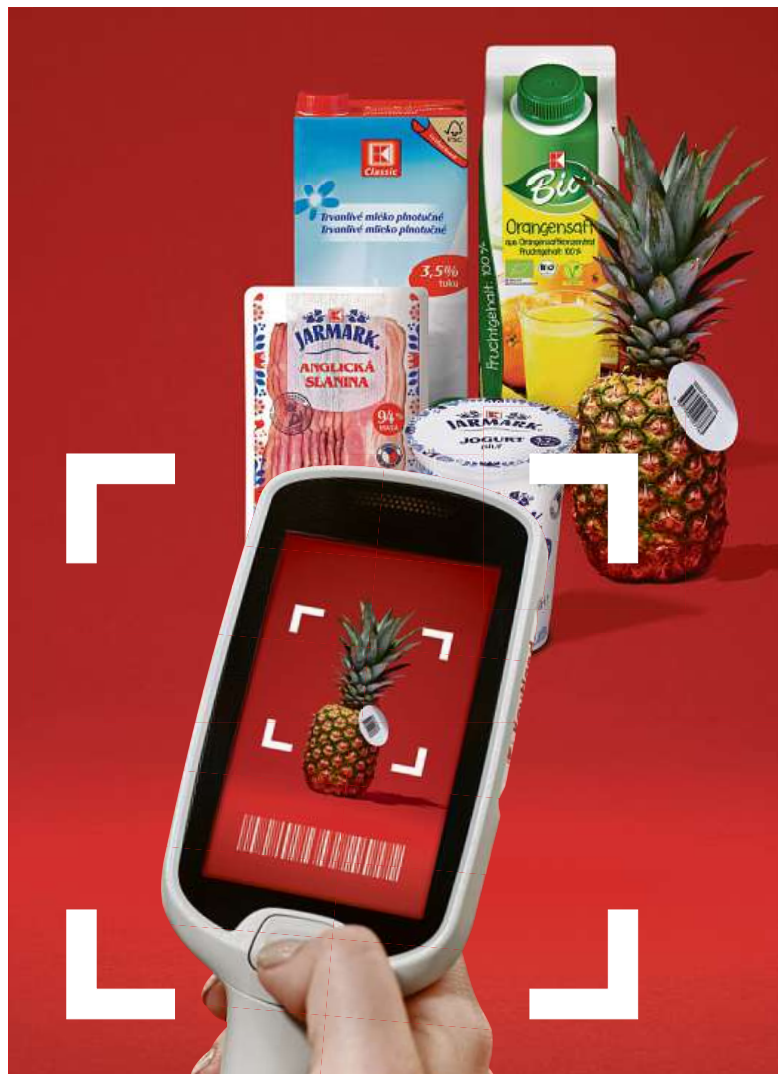
Druhá etapa obchvatu má propojit kruhový objezd u supermarketu Lidl s Kocandou, hotovo by mělo být do konce příštího roku. Tento projekt spolyká téměř 128 milionů korun. **PETR HOLEČEK**



Přijedou Slipknot

Ve čtvrtek 29. července 2021 zažije Praha děs a hrůzu. Tuzemští příznivci metalové formace Slipknot z americké lowy budou moci vidět své oblíbence na koncertě v O2 areně. **MAFRA**

INZERCE



I V PRAZE UŠETŘÍTE ČAS S K-SCAN!

- Zboží si sami skenujete ručním skenerem nebo pomocí aplikace Kaufland ve svém mobilním telefonu.
- Nákup ukládáte po naskenování rovnou do své tašky.
- Zaplatíte jednoduše na samoobslužné pokladně.

Více info na www.kaufland.cz/k-scan



Moje první volba

Vakcína je objednaná. Vrací se venkovní zákaz pití alkoholu

Od zítřka mají restaurace, bary i výdejní okénka otevřeno do osmi. Po nárůstu počtu případů se zpřísní opatření.

Česko má objednanou prostřednictvím společných smluv Evropské unie vakcínu proti covidu-19 pro 6,9 milionu obyvatel. Očkování bude hrazené z veřejného zdravotního pojištění a dobrovolné, vyplývá ze strategie očkování. Návrh doplňuje, že strategie bude dále upřesňována a aktualizována.

První budou podle strategie očkování lidé nad 65 let a nemocní s vážnými chorobami, například s chronickou plicní obstrukční nemocí, plicními fibrózami, vysokým krevním tlakem nebo vážnými nemocemi srdce, ledvin, jater, lidé obézní či diabetici. Jako další se budou očkovat vybraní zdravotníci, nejdříve z oddělení ARO a JIP a urgentních příjmů, poté pracovníci zdravotnické záchranné služby nebo infekčních oddělení. Ze začátku se bude očkovat jen v nemocnicích a očkovacích centrech, budou i mobilní očkovací týmy. Praktičtí a další lékaři se přidají, až bude očkovací látka dostatek. Strategie počítá s nutností dvou dávek, které se budou podávat po 28 až 30 dnech. **ČTK**

Od zítřka bary a restaurace do 20 hodin

Bary, restaurace a další stravovací zařízení včetně výdejních okének budou muset od zítřka zavírat ve 20 hodin místo 22 hodin. Zakázána bude po celý den konzumace alkoholu na veřejnosti a na trzích se nebude smět prodávat občerstvení a alkohol.

- Vláda zpřísněním reagovala na častá porušování protiepidemických opatření. Přechod Česka do přísnějšího čtvrtého stupně systému PES ale zatím ministr zdravotnictví Jan Blatný nenavrhuje, byť skóre už dva dny čtvrtému stupni odpovídá a podle pravidel by měl ministr zpřísnění po třech dnech horšího skóre zvažovat.

- K výsledkům v boji proti covidu-19 je důležitý Index protiepidemického systému (PES). Skóre 64 odpovídá čtvrtému stupni rizika. PES jasně říká, že pokud koeficient je tři dny ve vyšším stupni, vláda rozhodne a přijme opatření. Nikde ale není specifikováno, že to musí být čtvrtý den.

- Kraj od kraje se hodnoty PES liší. V Moravskoslezském kraji byla k víkendu opět hodnota 66, která se drží od soboty. Nejhorší je podle PES situace v okrese Ostrava-město, kde byla hodnota indexu 76.

- V neděli měl Liberecký kraj hodnotu indexu PES 71 bodů.

- V Ústeckém kraji v neděli přibýlo 156 potvrzených případů nákazy koronavirem, druhý den se tak kraj držel na 76 bodech, což odpovídá pátému, nejvyššímu stupni rizika.

- V Královéhradeckém kraji PES několik dní stagnuje na 62 bodech. Karlovarskému kraji ke včerejšku hodnota mírně klesla na 68 bodů.

- Ve středních Čechách přibýlo za víkend 571 nových případů nákazy koronavirem. Ide o vyšší číslo než za předchozí víkend, kdy přibýlo 453 nakažených. Rizikové skóre PES zůstává druhým dnem na 62 bodech.

- Laboratoře v Praze odhalily v neděli 144 případů koronaviru, o čtyři více než před týdnem. Přestože je to nepatrný rozdíl, denní přírůstky se v hlavním městě podobně jako v celé zemi v mezitýdenním srovnání už čtyři dny zvyšují. Podle údajů ministerstva zdravotnictví je rizikové skóre v protiepidemickém systému v Praze čtvrtým dnem na hodnotě 49 bodů, což je nejméně ze všech krajů.

- S poklesem stupňů PES si nejlépe vede Olomoucký kraj. Ten včera snížil ze 73 na 68 bodů.

- Údaje vyplývají z informací ministerstva zdravotnictví.

Mrtví

8902

S covidem-19 dosud zemřelo 8902 lidí, počty obětí ale v posledních dnech klesají. V úterý bylo zemřelých 94, ve čtvrtek ministerstvo eviduje 90 úmrtí, v pátek 78, v sobotu 79 a na neděli zatím připadá 40 úmrtí. Po dalších aktualizacích ale tyto údaje ještě pravděpodobně vzrostou.

Mírně roste

64

Kvůli vysokému podílu pozitivních případů a zvýšení reprodukčního čísla nad jedna se skóre protiepidemického systému k neděli zvýšilo o sedm bodů na 64, což by odpovídalo čtvrtému stupni. Index PES byl 13 dní na 57 bodech, v neděli ale o sedm bodů stoupl.

Dufek. Barmani musejí do továren

Nedávno prohlásil, že Česko nepotřebuje polovinu restauračních podniků a nevádí, když zkrachují. Nyní předseda Asociace samostatných odborů Bohumír Dufek svůj výrok doplnil tím, že zaměstnanci služeb se mají přeskočit na jiné profese. Podle něj český trh potřebuje hlavně dělnické a technické profese.

Dufek odhaduje, že nezaměstnanost v prvním čtvrtletí příštího roku může vyrůst až na šest procent. Propouštění se má týkat hlavně služeb, hotelnictví, restaurací a cestovního ruchu. „Úřady práce nabízejí volná místa především v dělnických a technických profesích. Proto by tady měly sehrát svoji roli organizování rekvalifikačních kurzů,“ uvedl. Podle něj to

však úřady nevykonávají dostatečně a nabídka rekvalifikačních kurzů je nedostatečná.

„Návrat hostů do restaurací již nebude v takovém množství, jako tomu bylo před pandemií. Proto také logicky řada z nich ukončí svůj provoz,“ odhaduje Dufek. „Tady je tolik problémů, a my pořád řešíme jenom restaurace,“ dodal k tématu v rozhovoru pro XTV. Předseda odborů vidí také problém v tom, že živnostníci nejsou dostatečně ochotní adaptovat se na nové podmínky trhu. „Pro živnostníky a pro OSVČ je to nová životní situace, se kterou se řada z nich zatím neumí myšlenkově srovnat,“ tvrdí Dufek. **IDNES.cz**

Krátce

Mladí vaří pro důchodce

Návrat studentů na teoretickou výuku do Střední školy stravování a služeb v Karlových Varech byl bez problémů. Část žáků kvůli opatřením zůstala na distanční výuce. Kvůli zavřeným hotelům a jejich restauracím je praxe studentů dosti omezená. Část studentů z pětihvězdičkového hotelu přestoupila na výpomoc do domova důchodců. **ČTK**

Lidé v obchodech

Návštěvnost obchodních center se o víkendu dosta-

la na 75 až 80 procent loňských čísel. Prodejci i zákazníci se dobře vyrovnali s opatřeními, fronty u obchodů se tvořily pouze minimálně. S blížícími se Vánoce se předpokládá růst zájmu o nákupy.

Nával balíků

Doručovatelské firmy nestíhají, Češi ve velkém využívali jejich služeb. Například Česká pošta pokořila rekord – ve své přepravní síti měla v jednu chvíli více než 1,1 milionu balíků, což je nejvíce v historii. Dostává se na hranu svých kapacit a některé zásilky se mohou o pár dní zpoždit. **IDNES.cz**



Zemřel Vadim Petrov

Ve věku 88 let včera zemřel po dlouhé nemoci skladatel, klavírista a hudební pedagog Vadim Petrov. Jeho dílo čítá asi 1400 titulů, od symfonií přes soubory písní až po hudbu k večerníčkům a filmům. Jeho skladby tak mohli slyšet lidé v koncertních sálech i několik generací dětí, sledujících v televizi Pohádky o krtkovi, Krkonošské pohádky nebo příběhy Spejbla a Hurvínka. Působil také na generace hudebníků jako učitel. V 60. letech založil Lidovou konzervatoř, dnešní Konzervatoř Jaroslava Ježka, kde působil jako její první ředitel. **ČTK**

Linecké a vanilkové rohlíčky, nejlepší cesta k obezitologovi

Zíráte a baštíte vánoční cukroví. Při vánočních televizních pohádkách zřejmě přibíráme nejvíc.

Letošní prapodivná doba nám vedle intenzivní výuky všemožných on-line systémů práce a home office přinesla i větší přísun tuku. Přesto, že například ve městech přibýlo cyklistů a městské lesoparky jsou plné běžců, Češi odhadem přibrali v letošním epidemickém období v průměru šest kilogramů váhy navíc nad počáteční stav v lednu tohoto roku.

Blížící se Vánoce se ve značné části českých domácností nesou ve znamení konzumace tučného i sladkého jídla a přejídání se. Zároveň v této

době mnoho lidí omezuje fyzické i sportovní aktivity. To může vést nejen k akutním žaludečním potížím, ale také k závažnějším problémům, jako je zvýšený cholesterol. Ten je „vstupní branou“ k závažným kardiovaskulárním onemocněním, jako je infarkt či mrtvice. Jen pro ilustraci. Pouhých deset kousků vanilkových rohlíčků a lineckého cukroví s marmeládou a k tomu voňavý vánoční punč při odpoledním televizním vánočním filmu vpraví do spokojeného těla téměř devět set kilokalorií. Což odpovídá hodně náročnému pohybu, třeba intenzivnímu hodinovému plavání v bazénu (viz box). Jedna štedrovečerní porce kapra s bramborovým salátem, polévkou a sklenkou sektu na přípitek se blíží k 1600 kilokaloriím.

Odborníci proto už s předstihem varují. „Jakákoliv dlouhodobá nevyrovnanost

ve stravovacím režimu s sebou přináší riziko. Velká část dospělé české populace si nadbytečným příjmem kalorií způsobuje vysoký krevní tlak. Z toho pak pramení obezita, cukrovka,“ vypočítává Eva Kociánová z I. interní kliniky Fakultní nemocnice Olomouc.

Přesto není nutné vyhýbat se přes svátky i „nezdravým“ radovánkám. I vánoční cukroví lze vylepšit surovinami, které obsahují méně kalorické živiny. Doslazovat ho lze místo klasického cukru ovocem, nemusíte se odříkat ani štedrovečerního kapra, místo obalu ze strouhanky vám i jemu víc prospěje pečení v troubě. Přesto největším vánočním benefitem je pohyb. Absolvovat denně několik tisíc kroků doporučují nejen kardiologové. „Předpokladem ovšem je, abychom žádný den neklesali pod šest tisíc kroků a alespoň část týdne se

Punčová vánoční chůze

65

Jeden vánoční punč u stánku či doma vpraví do těla zhruba 65 kcal. Tohle množství energie dostanete z těla ven asi po půlhodině chůze rychlostí čtyř kilometrů v hodině. Hodinová procházka tak „vypotí“ z těla dva punče. Na jednoho panáka rumu (pravého) ale potřebujete k jeho vypálení z těla asi 1,5 hodiny chození. Nebo si můžete středně rychle zaplavat. Za hodinu spálíte asi 520 kcal.

Obezita a výrobci

Na jeden rok věku deset kilogramů. Výjimkou v ordinacích už nejsou desetileté děti vážící celý metrák.

- Osobní váhy jsou v posledních letech schopné měřit hmotnost až do 160 kilogramů, dříve se vyráběly do 120 kilogramů.
- Moderní zdravotnická lůžka pro nemocnice se v současnosti konstruuji kvůli vyšší váze pacientů pro zatížení 200 a více kilogramů.

snažili tento počet kroků nachodit jako souvislou hodinovou procházku,“ doporučuje Aleš Linhart, primář kardiologie Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Někteří doporučují ještě vyšší dávky. „Ujít za den svěží chůzí osm

až deset tisíc kroků je prospěšné,“ říká internistka Kociánová.

Během vánočních svátků přibírají lidé na váze jeden až dva kilogramy, velcí jedlíci si ovšem v průměru „polepší“ až o pět kilo. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

MARCO POLO

**KNIHA O VELKÉ CESTĚ
PLNĚ TURBULENTNÍCH JÍZD
A DOJEMNÝCH SETKÁNÍ**

NIC JORDAN
**CESTA
přijí**

Jak jsem neměla co říct
a vydala se na cestu stopem
z Londýna do Austrálie

využijte speciální
nabídku -20%
na našem e-shopu

www.marcopolo-club.cz | Marco Polo CZ | marcopolo_cz

VŽDY NĚCO NAVÍC

**JSME TRADIČNÍ
ČESKÝ DODAVATEL
ENERGIÍ A SLUŽEB
PO CELÉ ČR**

Férové jednání a moderní služby pro nové i stávající
zákazníky. Podporujeme nové, ekologické a efektivní
technologie využívání energie.

800 134 134
www.ppas.cz

**PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ**

Pekarová. Na test půjde celá její rodina

Předsedkyně TOP 09 chce mít před Vánocemi otestovanou celou rodinu. Markéta Pekarová Adamová v pořadu Rádia Impuls Benešovský advent vysvětlila, že tím sníží riziko přenosu koronaviru mezi svými příbuznými. Podobně se celá její rodina zachovala už dřív při plánované společné oslavě. „Nikdy bych si nevzala na svědomí, že do své rodiny přinesu koronavirus, který pak někomu způsobí problémy. Přece jenom mám i starší členy rodiny, kteří mají třeba nějaké další zdravotní komplikace. Ale svátky spolu chceme strávit.“ Šéfka TOP 09 zároveň vyzývá všechny občany k tomu, aby byli před vánočním setkáváním obezřetní.

Rádio Impuls vyhlásilo dva týdny politického příměří. Nepolitické rozhovory s předsedy parlamentních stran si poslechněte vždy ve 12 hodin v pořadu Benešovský advent. MET

Čapí hnízdo. Policisté chtějí další prodloužení lhůty

Policisté požádají o další prodloužení lhůty pro vyšetřování kauzy Čapí hnízdo, uvedl Seznam Zprávy. Dosud je stanovena do poloviny prosince. V kauze je obviněn premiér Andrej Babiš (ANO) a jeho někdejší poradkyně Jana Mayerová.

Premiér dlouhodobě odmítá, že by se kolem farmy dělo cokoliv nezákonného. Mayerová v minulosti uvedla, že je přesvědčena, že zákon porušen nebyl.

„Kriminalista požádá o prodloužení lhůty. O tom, do kdy bude lhůta prodloužena, rozhodne státní zástupce,“ řekla serveru mluvčí pražské policie Eva Kropáčová. Mluvčí pražského městského státního zastupitelství Aleš Cimbal už dříve avizoval, že lhůta se zřejmě protáhne do příštího roku.

Podstatou případu je to, že farma Čapí hnízdo původně



Premiér Andrej Babiš

MAFRA

patřila Babišovu holdingu Agrofert, v prosinci 2007 se přeměnila na akciovou společnost s akciemi na majitele a později získala padesátimilionovou evropskou dotaci v programu pro malé a střední podniky. Na tu byl jako součást Agrofertu neměla nárok. Po několika letech se společnost pod Agrofert vrátila. Babiš vlastnil holding do února 2017, pak jej vložil do svěren-

ských fondů. Původně policisté obvinili více lidí včetně Babišovy rodiny a tehdejšího místopředsedy ANO Jaroslava Faltyňka. Stíhání Faltyňka a dalších tří lidí zrušil dozorcující státní zástupce Jaroslav Šaroch v květnu 2018. Loni zastavil stíhání všech zbylých obviněných včetně Babiše, přestože policie navrhovala podání obžaloby. Nejvyšší státní zástupce Pavel Zeman

loni 4. prosince po přezkumu obnovil stíhání Babiše a Mayerové, podle něj bylo řízení v jejich případě zastaveno nezákonně a předčasně. Zároveň potvrdil, že stíhání Babišových blízkých definitivně skončilo.

Při zdůvodnění svého verdiktu Zeman uvedl, že je nutné důkladněji vyhodnotit evropskou legislativu a navazující judikaturu, stejně jako otázku zavinění Babiše a Mayerové, která žádost o dotaci pro farmu Čapí hnízdo podepsala.

Podle serveru Seznam Zprávy je nutné pro skončení vyšetřování dokončit analýzu vztahů koncernu Agrofert. Má zjistit, zda v době získání evropské dotace na výstavbu rekreačního a konferenčního areálu Čapí hnízdo byl ve skupině Agrofert nějaký jiný podnik, který takzvaně působil na stejném trhu. IDNES.cz

Krátce

STAN a Piráti ladí svůj program

Transparentnost, digitalizace či školství. To jsou hlavní cíle společného programu STAN a Pirátů do sněmovních voleb, které se uskuteční příští rok. Pro vyjednávání o koalici se STAN pro volby v roce 2021 byla většina členů pirátské strany. V internetovém hlasování podpořilo spojení 695 z 858 hlasujících. Teď obě strany čeká měsíc plný vyjednávání. Jako lídr koalice se STAN má boj o křesla ve Strakově akademii vést předseda Pirátů Ivan Bartoš, který bude i kandidátem na premiéra. Lídrem samotného hnutí bude jeho předseda Vít Rakušan. Strany na společné tiskové konferenci také

řekly, že vláda si nouzovým stavem kupuje čas, ale nevyužívá ho. Prodloužení neohodlají podpořit. IDNES.cz

Zásilky v Česku. Celníci našli drogy i padělky

S ohledem na vývoj epidemiologické situace měli celníci podezření, že dojde k nárůstu využívání alternativních způsobů dopravy nezákonných komodit, a to právě v expresních přepravních službách. Celníci proto v listopadu nonstop kontrolovali několik set zásilek v přepravních společnostech. Odhalili zásilky obsahující například drogy, padělky značkového zboží či chráněné rostliny. ČTK

Vědci sledují, jak chytrý vlk loví

Podal se jim husarský kousek. Po několika měsících vědci odchytili zvíře, které dokáže snadno objevit skrytou past a systematicky se jí vyhýbat.



Vlčí samice ze Šumavy dostala obojek a byla vypuštěna. ČTK

Vědci mohou sledovat život samice vlka divokého na Šumavě. Šelmě kvůli tomu nasadili telemetrický obojek. Jde o prvního přesně monitorovaného vlka na území České republiky. „Je to opravdu veliký úspěch. Odchytili divokého vlka v žádném případě není jednoduchý úkol. Je to velmi inteligentní zvíře, které dokáže snadno objevit skrytou past a systematicky se jí vyhýbat,“ uvedl vedoucí výzkumného projektu Aleš Vorel z České zemědělské univerzity. Odchyt trval několik měsíců.

Vědci a pracovníci šumavského parku rozmístili v terénu několik pastí. Do jedné z nich se samice chytila. Věd-

ci ji pak uspali a nasadili jí na krk obojek. Po probuzení ji pustili do volné přírody. „Aktuálně se vlčice podle velkého množství prvních záznamů z obojku a dalšího průzkumu pohybuje opět spolu s dalšími členy smečky,“ uvedl Jan Mokřý z Národního parku Šumava.

Projekt má ukázat, jak přesně vlk žije a kde se pohybuje. Vědci budou mít i přesná data o tom, kde například loví. „Uvidíme, jaký podíl času vlci věnují návštěvám farem s hospodářskými zvířaty ve srovnání s lovem volně žijící kořisti. Návrat vlka zároveň doprovází značné množství fám a fake news.

Přesná telemetrická data jasně ukážou, co je skutečná pravda a co jsou pouze legendy, které si s sebou nese lidská společnost po staletí,“ uvedl Vorel.

Podle Dvořáka není možné přesně říct, kolik vlků na Šumavě žije. „Víme určitě o sedmi, které se podařilo zaznamenat na fotopasti. Ale pravděpodobně jich bude ještě více,“ řekl mluvčí šumavského parku. Divocí vlci, kteří se do České republiky přirozeně šíří z okolních států, se na Šumavě objevují už více než tři desetiletí. Trvale zde žijí od roku 2015. Přestože občas vlka spatří i lidé, jde o velmi sporadický jev. ČTK



Šéfové STAN a Pirátů – Vít Rakušan a Ivan Bartoš

ČTK



**Hledáme
šikovné
kolegy**

Na pozici

HASIČ A HASIČ – STROJNÍK

?

Máte:

- platný ŘP sk. C
- praxi v řízení nákladních vozidel
- dobrou fyzickou kondici

?

Chcete mít:

- zázemí stabilní společnosti
- zaměstnanecké benefity
- pracovní smlouvu na dobu neurčitou
- zaměstnanecké jízdné i pro rodinné příslušníky (Lítačka)



725 368 140

Více na: dpp.jobs.cz



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

Obviněný: Špičky policie pracovaly pro vládní stranu

Skupina se podle vysoce postaveného policisty snažila zdiskreditovat také exprezidenta Kisku.



Ludovít Makó PROFIMEDIA.CZ

Bývalí členové vedení slovenské policie, kteří po obvinění z několika trestných činů skončili ve vazbě, se podle svědka podíleli na diskreditaci politických oponentů někdejší vládní strany Směr – sociální demokracie (Směr-SD), včetně exprezidenta Andreje Kisky a nyníšního premiéra Igora Matoviče, a také na vydírání podnikatelů. Napsal to slovenský list s odvoláním na výpověď bývalého šefa krimi-

nálního úřadu slovenské finanční správy Ludovíta Makóa, který byl původně mezi zadrženými a který spolupracuje s policií.

Šéf Směru-SD a expremiér Robert Fico po vlně zatýkání funkcionářů z dob vládnutí jeho strany tvrdil, že policie

pracuje na politickou objednávku.

„Z mého pohledu měla skupina tři cíle. Prvním bylo udržet politickou moc strany Směr, zejména eliminovat politické soupeře, respektive opozici. Druhým bylo obsadit všechny důležité nejvyšší pozice ve všech bezpečnostních složkách státu. A tím demonstrovat moc a sílu a následně využívat tyto vymoženosti,“ uvedl podle listu Sme Makó. Třetím cílem skupiny bylo podle něj vydělat na vydírání podnikatelů a na rozhodnutích vyšetřovatelů, kteří za úplatky konkrétní kauzy zametli pod koberec.

Skupina v čele s již stíhaným podnikatelem Norbertem Bödörem a jeho vzdáleným příbuzným, tehdejším šéfem policie Tiborem Gašpa-

rem, se podle Makóa napříklád dohodla na opětovném otevření daňové kauzy rodinné firmy KTAG exprezidenta Kisky s cílem vytvořit tlak na tehdejší hlavu státu. Kiska se jako prezident opakovaně dostal do křížku s Ficem a odmítl také ambice expremiéra stát se šéfem ústavního soudu. V kauze KTAG policie Kiska loni obvinila.

List Sme s odvoláním na výpověď Makóa také napsal, že skupina měla i vlastní sledovací komando, které se před pěti lety zaměřilo na současného předsedu vlády Matoviče. Ten jako opoziční politik dlouhodobě vystupoval proti Směru-SD. „Během tohoto období jsme zpracovali denní rámcem Igora Matoviče – kde bydlí, kde se zdržuje, s kým se stýká,“ uvedl Makó.

Generála Tibora Gašpara, který byl v minulosti poradcem českého ministra vnitra Jana Hamáčka, a další někdejší ředitele elitních policejních složek slovenské kriminalistické zadrželi začátkem listopadu v rámci akce Očistec. Obvinění byli kromě jiného ze založení zločinecké skupiny. Vlna zatýkání představitelů slovenské justice, včetně soudců, dále bývalých vedoucích představitelů policie, úřadů a institucí či podnikatelů začala po letošních volbách, po kterých skončil v opozici po dlouholetém vládnutí Směr-SD.

Politici nyníšší vládní koalice premiéra Matoviče již před letošními volbami prosazovali, aby policie měla volné ruce při vyšetřování různých kauz. **ČTK a MET**

Krátko

Sofistikovaný útok na fyzika

Listopadový atentát na iránského prominentního jaderného fyzika byl proveden na dálku pomocí umělé inteligence a kuloletu s chytrým systémem ovládaným ze satelitu. Uvedla to iránská agentura Tasnim. „Kulolet ovládaný satelitem vypálil na mučedníka Fachrízádeha asi třináct ran. Při operaci byla použita umělá inteligence a technologie rozpoznávání tváře,“ uvedl Alí Fadáví, zástupce velitele iránských revolučních gard.

Přednost dává své manželce

Spoluředitel německého internetového obchodu s módou Zalando Rubin Ritter odstoupí, aby poskytl prostor kariéře své ženy. V čele firmy stál od roku 2010. „S mojí ženou jsme se dohodli, že v příštích letech by její profesionální ambice měly mít přednost,“ uvedl. „Chci věnovat více času své rozrůstající se rodině. Po více než 11 úžasných letech, kdy bylo mou prioritou Zalando, mám pocit, že je čas dát životu nový směr,“ dodal. **ČTK**

Bob Dylan prodal písně

Kompletní katalog svých více než 600 písní prodal písničkář Bob Dylan (na snímku z roku 2012) vydavatelské větvi společnosti Universal Music Group. Podle magazínu Variety dosud Dylanovu tvorbu spravovala skupina Sony/ATV Music Publishing. Zpěvák, jenž v květnu oslavil 79. narozeniny, je stále aktivní a letos mu vyšla deska s názvem *Rough and Rowdy Ways*. Bylo to už jeho 39. studiové album. Po celém světě se prodalo více než 125 milionů jeho desek. **AP**



Jednička

Nejvlivnější osobnosti Evropy se letos podle bruselského webu Politico stala německá kancléřka Angela Merkelová. Mezi osmadvacitkou vybraných osobností vyčnívala mimo jiné aktivní snahou provést EU koronavirovou krizi. **AP**

Obamacare. Jeho obhájce povede zdravotnictví v USA

Nastupující prezident USA Joe Biden zřejmě nominuje jako ministra zdravotnictví kalifornského generálního prokurátora Xaviera Becerra. Ten je horlivým zastáncem zdravotního pojištění zvaného Obamacare a jako generální prokurátor proslul několika žalobami vůči krokům prezidenta Donalda Trumpa.

Hlavním úkolem nového ministra zdravotnictví bude zejména řešení následků pandemie, v níž jsou USA nej-



Xavier Becerra AP

hůře zasaženou zemí co do absolutního počtu dosud potvrzených nálezů i úmrtí spojených s touto nemocí.

Pokud nominaci dvašedesátiletého Becerry schválí Senát, stane se prvním ministrem zdravotnictví USA latinskoamerického původu. Narodil se v Kalifornii mexickým imigrantům. Generálním prokurátorem je od ledna 2017, kdy ve funkci vystřídal Kamalu Harrisovou poté, co byla zvolena do Senátu. Harrisová se v lednu stane viceprezidentkou USA. Becerra je přes dvacet let členem Sněmovny reprezentantů. **ČTK**

Číslo dne

40

Tolik let uplynulo od smrti britského zpěváka, skladatele, výtvarníka a člena někdejší skupiny Beatles Johna Lennona. Když se 8. prosince 1980 vracel do bytu v New Yorku, oslovil jej u vchodu muž. Lennon se otočil a psychicky narušený Mark David Chapman, jemuž několik hodin předtím podepsal své album, na něj vystřelil čtyři smrtelné rány z revolveru. Muž byl odsouzen k doživotí. Letos opět nespěl se žádostí o podmínečné propuštění.

Byty - nabídka

• Prodej 3+1/L, P-5, OV, 78 m2, cena 5.300.000 Kč. Prodej 3+1/L, P-9, DR., 76 m2, cena 2.225.000 Kč. Volejte 777060126

Knihy a časopisy

KNIHY!
odkoupím velkou
KNIŽNÍ POZŮSTALOST
solidní ceny za Vaše knihy.
Tel.: 603 478 873

Práce - nabídka

• Získejte náhradu 1.400 Kč na ruku za dvě hodiny. Staň se hrdým dárcem krevní plazmy v Amber Plasma. Více na www.amberplasma.com tel: 220513160

• ZŠ Hornoměřcholupská Praha 10 Hostivař přijme od začátku roku 2021/2022 učitele s aprobací matematika - fyzika nebo chemie. Možnost ubytování. Tel. 274016523, 603436284, e-mail: reditel@hornomep.cz

• Automechanika s praxí přijme servis v Praze 10, solidní ohodnocení, podíl na zisku dle výkonu. Mimopražským za jistě ubytování. Tel. 721014610

m2c
Až 160 Kč/hod
Možnost záloh mzdy
Dobrá dostupnost
Velitel směny Praha
Volejte zdarma: 800 111 112

HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE:
RECEPCE A OSTRAHA
Požadujeme invalidní důchod.
Mzda od 100 Kč/hod.
Nabízíme náborový příspěvek 10.000 Kč, vyplácíme denně.
Tel.: 800 888 440
(bezplatná linka)

• Slévárna v Praze 5 přijme Slévárenské dělníky, zámečníky. Dobrý plat, 7,5 h. prac. doba, benefity. Životopis: personal@praguecast.cz. T. 222531704.

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce referenta SPECIÁLNÍCH STAVEB (Stavební úřad) v 10. platové třídě dle nařízení vlády č. 341/2017 Sb., tj. od 21 260 do 31 240 Kč, osobní příspěvek může být poskytnut až do výše 31 240 Kč. Bližší informace k Oznámení o vyhlášení výběrovém řízení jsou zveřejněny na úřední desce Úřadu MČ Praha 6 a na webových stránkách www.praha6.cz v rubrice Potřebuji řešit - Volná pracovní místa nebo Úřední deska - oblast Volná pracovní místa. Přihlášku s požadovanými doložkami je nutno doručit v uzavřené obálce tak, aby ji vyhlášovatel obdržel nejpozději dne 30.12.2020. Kontakt :Ing. Emrová, tel. 220 189 709.

• KOMWAG přijme prac. na úklid ulic, HPP 16000 + 13., 14. plat, stravenky, příspěj na dovolenou aj. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme obsl. sběrného dvora (Opatov, Perucká) HPP 15500-18000 + příspěj na dov., 13., 14. plat, strav. Perucká 10, Praha 2. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme prac. údržby zeleně, HPP 16000 + 13., 14. plat, strav. aj. DPP 600/den čís., výpl. 1x týdně. Vol. zdarma 800566924

• Do malého call centra na Praze 7 přijmeme pracovníka na zkrácený úvazek Pracovní doba 10hod/ týdně. Pro osoby částečně či plně invalidní. 602625905 monika.spilkova@autovars.cz

• Přijmeme automechanika, autoklempíře s praxí Praha 7 osob. vozů, vyučení v oboru, RP B, spolehlivost, nabízíme mzdu od 30000 Kč. kontakt 602625905 monika.spilkova@autovars.cz

• Přijmeme technika na výstupní kontrolu vozů po servise Praha 7 na zkrácený úvazek Pracovní doba 10hod/ týdně. Pro osoby částečně či plně invalidní. 602625905 monika.spilkova@autovars.cz

• KOMWAG přijme závozníky, HPP 19000 + 13, 14 plat, strav., příspěj. na dovolenou aj. Vol. zdarma 800566924

• Přijmeme osoby částečně či plně invalidní na roznos letádků pro Prahu 7 a 8 práce na 10hod týdně, mzda 4000 Kč Kontakt 602625905 monika.spilkova@autovars.cz

• Přijmeme osoby částečně či plně invalidní na roznos letádků pro Prahu 7 a 8 práce na 10hod týdně, mzda 4000 Kč Kontakt 602625905 monika.spilkova@autovars.cz

• Přijmeme osoby částečně či plně invalidní na pozice uklízečky Praha 7, práce na 10hod týdně, mzda 4000 Kč Kontakt 602625905 monika.spilkova@autovars.cz

• Bezpečnostní agentura hledá pracovníky ostrahy na HPP/DPP. Vhodné i pro OZP/OZZ. Místo: Praha 1. Mzda: 100 - 110 Kč/h. Tel.: 731974056.

• Hledáme pracovníky ostrahy byt. domů v Praze 9 a 4. Jedná se o obchůzkovou strážní službu. Zálohy možné po týdnu. T. 777077611, volat jen 8-16h po-pá.

• Domov seniorů v Praze 2 hledá pracovníky přímé péče do pracovního poměru nebo na DPP. Praxe v oboru podmínkou. Směnný provoz. Více na www.cssp2.cz, T: 725015318.

Ostatní

• Starožit. nábytek a velkou KNIŽNÍ POZŮSTALOST koupím za solidní cenu. Knihovnu, křesla, stolek, lampu, zajím. obraz aj. pro styl. čítárnu. T: 603478873

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU
Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel.: 725 911 070

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK
v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

Chata - poptávka
Koupím chatu nebo chalupu ve středních Čechách. stav nerozhoduje, spíše místo. Telefon: 773 117 381

• PENIZE IHNEDE za nemovitost v Praze pro firmy z Evropské unie. Tel: 602212121

Pronájmy - poptávka

• HLEDÁM PRO naše solventní ZAMĚSTNANCE z kanceláře byty k dlouhodobému pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Tel: 274784428

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. - menší do 15 tis, větší do 19 tis. Potřebuji: centrum do 30 min., čisto, dobrý stav. RK nevolat. 605845088.

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE
jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Realitní kanceláře prosím nevolat. Tel.: 601 522 292

Koupím byt
Koupím byt v Praze, nebo s dobrou dostupností do Prahy. Osobní či družstevní vlastnictví. Na stavu nezáleží. 773 117 381

• PENIZE IHNEDE za byty v Praze pro firmy z Evropské unie. Tel: 602212121

• Koupím byt kdekoliv v Praze, dám okamžitou zálohu, platba hotově, právní záležitosti vyřídím. Stav nerozhoduje. RK nevolat. tel. 234095720, 720539665

Starožitnosti

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

KNIHY!
odkoupím velkou
KNIŽNÍ POZŮSTALOST
solidní ceny za Vaše knihy.
Tel.: 603 478 873

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL
real estate
JURIS REAL, spol. s r.o.
Chcete prodat svou nemovitost dříve než padnou ceny? Využijte speciální nabídky a přijměte bezúročnou zálohu ve výši 100.000Kč nebo měsíční rentu do doby prodeje Vaší nemovitosti. EXEKUCE NEJSOU PŘEKÁŽKOU.
Tel: 777306102

metro

POZNEJTE PRAHU ZE SEDLA!
KOLOBLOG
VÁS ZAVEZE NA NEJZAJÍMAVĚJŠÍ MÍSTA.
ČTĚTE NA METRO.CZ

Portmonka
Věrnostní karty a kupóny v mobilu
DEJTE PLASTU SBOHEM
KARTU SI PŘIDÁTE ZA 10 VTEŘIN
UŠETŘÍTE SE STOVKAMI SLEV A KUPONŮ

Download on the App Store
GET IT ON Google Play

JAN ŠTĚPÁNEK

ŠÉFREDAKTOR ČASOPISU NOVÝ PROSTOR



Sloupek

RYCHLOKURZ

Máte pocit, že uchovávat si v těchto časech naději je nemožné? Popovídejte si s našimi prodejci. Jsou to lidé v nouzi, někteří bez domova, někteří bezprostředně ohrožení ztrátou bydlení třeba na ubytovně. A přesto to nevzdávají, každý den vyrazí do města a věří, že se najdou lidé, kteří sobě i jim koupí časopisu zlepší den.

Když jsme připravovali vánoční číslo, obrátili jsme se na prodejce s dotazem, kde berou a jak uchovávají naději. Tak třeba pan Jarda z pražského náměstí Republiky říká: „Letos mě vlastně potkalo hodně dobrého, hlavně díky pomoci od lidí, díky kterým jsem přežil nejen krizi kolem viru, ale i třeba požár naší chatky a výpadek příjmu z brigády. A pak se mi také uzdravila maminka, která se dostala z nemocnice a zase krásně chodí.“

Citát

Věří, že se najdou lidé, kteří sobě i jim koupí časopisu zlepší den.

„Nebo paní Alena z pražského Muzea: „Na jaře přišla pandemie a já jsem si myslela, že je se vším konec. Zase na druhou stranu, jaro pro mě bylo to nejlepší za několik let zpátky, vrátilo mi moji dceru Kláru, která vyrůstala v dětském domově a v dubnu přijela na víkend za mnou do Prahy, aby tu zůstala natrvalo.“

A do třetice, pan Jaroslav z brněnského Makovského náměstí: „Každé ráno přichází dobrý pocit – jsem ve svém bytě, a ne na ubytovně, kde jsem strávil v nelidských podmínkách posledních osmnáct let. Jsem rád, že mne čeká další den, který strávím prodejem NP. Za toto jsem vděčný všem svým přátelům a zákazníkům, kteří mi pomohli být nejen získat, ale i vybavit.“

Tolik rychlokurz naděje z NP. Tiskneme časopis, který prodejci prodávají a vy jej kupujete a čtete, protože všichni sdílíme naději, že má smysl se o něco snažit. A sdílíme víru, že pozitivním náhledem na svět jdeme lepšímu světu naproti.

Anketa

f Necháte se očkovat proti covidu?



Michal Moučka
Když mi to doktoři dovolí, tak naprosto bez problémů.



Zdeněk Řezníček
Ano, chceme letat na dovolenou.



Martina Prokopová
Až se naočkuje celá vláda.

@mojemetro



Prosíme o aplaus pro našeho instagramového nováčka **@klarka_poduskova**. Klára svou premiéru pojala od lesa, kterým provítá covidové téma. Ale jak originálně! Kláro, děkujeme a těšíme se na další instagramové sourozence. Naše tagy jsou notoricky známé: **#metrotag** a **#mojemetro**.

#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. Váš výtvar dáme do novin!

Dopisy a vzkazy

Pozdrav z Prahy do Štátu

Na Zelňáko, na Zelňáko mají dobré svařák, v zemi e gde je pařák. Na Špilas se chodí na špacir e gde furt řadí ten korovir. Kdebe Kocórek Franta žel, ten be se s ním nemazle! Chetil be ho za fligr a rozšklóbal be ho jak tygr.

PAVEL KYSELÁK

Slovičkaření

PES se svými nastavenými parametry je třeba přepracovat, jinak se budou otevírat a zavírat hospody a obchody téměř každý týden. Ministr Havlíček může tvrdit, že jsme krůček od opětovného zavření hospod. Nejde jen o krůček – zavření je jisté, pokud se mají dodržet pravidla... Ministr Blatný se zase zařekl, že nebude používat termín „přitvrzení“ používaný Prymulou. Synonym má k dispozici dost. Slovičkaření nás ale nezachrání.

J. VLACH

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

BABA JAGA

Komiks

Stripoff.....Hrabě S.



honza-smolik.com

Když jídlo ohrožuje mozek

Umíte si představit, že byste nesměli jíst nic než ovoce, zeleninu a pár speciálních potravin, navíc jen v přesně odváženém množství? Tak vypadá celoživotní dieta pacientů s fenylketonurií. Trpí jí také 18měsíční Beník z Prahy. Co nemoc obnáší, vysvětluje jeho matka Eva Bláhová.

Co to je fenylketonurie?

Fenylketonurie, zkráceně PKU, je vzácné dědičné metabolické onemocnění. Nemocným nefunguje enzym, který u zdravých lidí odbourává část bílkovin – aminokyselinu fenylalanin. Bez léčby se fenylalanin hromadí v těle a nevratně poškozuje mozek. Fenylketonurie proto pacientům nedovoluje jíst normálně, kdykoliv a v jakémkoli množství.

Kolik lidí jí v Česku trpí?

Rodí se s ní přibližně jedno z 9000 dětí. Proto se označuje jako takzvané vzácné onemocnění. V současnosti je v Česku s fenylketonurií asi 800 pacientů.

Vašemu synovi, který tuto nemoc má, je rok a půl. Jak jste na problém přišli?

Fenylketonurii u syna odhalil novorozenecký screening. Když nám jeho výsledek volali, byl to velký šok. Netušili jsme, že jsme s manželem takzvaní zdraví přenašeči nemoci, která se projeví až u syna. Půl hodiny po telefonátu nás s šestidenním



Beník s maminkou Evou

ARCHIV

miminkem přijímali v nemocnici. Pokud by se fenylketonurie včas nezachytila, došlo by k těžké mentální retardaci.

Je tato nemoc léčitelná?

Fenylketonurii vyléčit nelze. Jedinou možnou léčbou je striktní celoživotní nízkobílkovinná dieta, doplněná o speciální aminokyselinové přípravky.

Jak dieta v praxi vypadá?

Pod slovem dieta si běžně představíte, že se člověk v něčem omezí. Dieta fenylketonuriků je ale jiná liga: lidé nesmějí většinu běžných potravin, jako je pečivo, mouka, mléko, maso, sýry, těstoviny, vejce či luštěniny. A to málo, co smějí, tedy jen ovoce, zeleninu, speciální nízkobílkovinné

potraviny a náhražky, musí na gram přesně zvážit a započítat. Například náš Beník teď smí sníst čtyři gramy bílkovin denně. Toto množství nesmíme překročit, ale ani nevyčerpát. Takže každý den propočítáváme každé jeho sousto, abychom byli na přesně daném čísle. Bez omezení může jen olej, cukr a sůl.

A když něco nedojí?

Všechny zbytky musíme zvážit, odečíst a upravit jídelníček pro zbývající část dne. Uf!

Co pro vás znamená žít s touto diagnózou?

Napnuli jsme všechny síly a zdá se, že úspěšně – Beník se vyvíjí normálně a je to veselý a šikovný chlapeček. Má také skvělou lékařskou péči.

Je ale náročné plánovat každé jídlo, dostávat do něj aminokyselinové přípravky, jezdit na kontroly a píchat ho do prstíku, aby se zkontrolovala hladina fenylalaninu. A také je potřeba hlídat, aby neujedl něco, co nesmí. Je to nekonečný kolotoč s digitální váhou, kalkulačkou a termotaškou.

Pokud se dieta poruší, co se může stát?

Každé uklouznutí je nebezpečné – hladina fenylalaninu vyletí mimo dané hranice a ohrožuje mozek a zdravý vývoj. U dospělých bez diety hrozí deprese, epileptické záchvaty, úzkosti a další potíže.

Jak to bude se synem a jeho dietou, až bude chodit do školy?

Věřím, že Beníka naučíme říct ne zakázaným potravinám a že jeho specifické jídlo nebude terčem šikany a vyčleňování z kolektivu. Pro dodržování diety bude nezbytná součinnost školy – aby si měl kde ohrát vlastní jídlo, aby na něj někdo dohlédl, pohlídal vrácení zbytků k převážení. A není to jen škola. Představte si návštěvu restaurace, letní tábor, jakoukoli oslavu.

Přispívají na léčbu pojišťovny?

Zdravotní pojišťovny hradí bohužel jen polovinu léčby, a to jsou aminokyselinové přípravky. Druhou polovinu léčby, nízkobílkovinné potraviny, nehradí, ty musíme platit

sami. Nově na ně sice v různé míře pojišťovny přispívají z fondů prevence, to ale absolutně nestačí.

Je tedy léčba finančně nákladná?

Určitě – kilo PKU mouky vyjde kolem 140 korun, půl kilo PKU rýže stojí kolem 190 korun, litr PKU mléka přes 100 korun. Protože tyhle speciální potraviny jsou jedinou možnou léčbou, bylo by po vzoru řady zahraničních zemí vhodné, aby pojišťovny základní nízkobílkovinné potraviny hradily. Pro většinu rodin není legrace to utáhnout. I proto za tyto úhrady bojuje Národní sdružení PKU a jiných dědičných metabolických poruch, neziskový spolek, do jehož výboru jsem se nedávno přidal. Jednání s pojišťovnami i ministerstvem zdravotnictví trvají už několik let, ale věřím, že pacienti vyslyší. Vždyť to není fér!

Jaké jsou další aktivity tohoto sdružení? Je možné ho nějak podpořit?

Kromě toho, že hájí zájmy pacientů, jim celkově pomáhá žít co nejvyšší život. Také zajišťuje nákladné analýzy fenylalaninu v potravinách, organizuje semináře či kurzy vaření. Za jakoukoli podporu budeme vděční, třeba finančním darem na účet sdružení 27799369/0800, anebo jinou formou – více najdete na www.nspku.cz. Děkuje-me! **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Stop padání vlasů s minerální kosmetikou Thermal

Padání vlasů je nepříjemný kosmetický problém, ale většinou je projevem, respektive důsledkem nějakého jiného onemocnění. Proto by člověk měl především nejdříve zajít k odbornému lékaři, který mu provede nebo doporučí potřebné vyšetření, aby se zjistily skutečné příčiny padání vlasů. Existují však také přípravky, které podporují následnou obnovu, tedy růst vlasů. Přípravky, které podporují růst vlasů, má ve své nabídce také kosmetika australsko-maďarské firmy se značkou TH. Všechny její přípravky prošly klinickou atestací a léta používání prokázala jejich účinnost. Nejmodernější technologie výroby přípravku kombinuje léčebné účinky termální vody a vína se speciální patentovanou recepturou. Účinnými látkami jsou biosyntetické metalproteiny, které mají v buněkách důležitou regenerační úlohu. Svými hydratačními a regeneračními vlastnostmi dosahují rozsáhlých účinků a mají široké uplatnění.

Přípravky musí mít také optimální PH

Celá kúra proti padání a na podporu růstu vlasů se skládá ze dvou kusů

TH krému a jednoho kusu TH šampónu.“ Thermal krém je speciálně vyroben jako stimulátor vlasového růstu. Jeho účinné látky pronikají hluboko ke kořínkům vlasů, regenerují vlasové cibulky a vyživují vlas po celé jeho délce. Thermal šampón doporučují lékaři na základě klinických zkoušek při nadměrném vypadávání a lámání vlasů,

při tvorbě koutů a pleše, při opakované tvorbě lupů i na silně poškozené vlasy. Podporuje růst vlasů a má optimální PH.“ Informuje spolumajitel kyjovské společnosti SENS, která u nás distribuuje kosmetiku značky TH. Krém se pečlivě vetře do pokožky hlavy a do vlhkých vlasů a nechá se 20 – 30 minut působit. Poté co se účinné

látky krému vstřebají, se vlasy umyjí Thermal šamponem, který obsahuje stejné bioaktivní látky.

Transplantace vlastních vlasů je možná

U těžších případů je doporučováno kúru i několikrát opakovat – to pokud někomu rapidně a velmi rychle řídnou vlasy a vlasové kořínky je natolik ochablý, že vlas již vůbec nevyrostá nebo se na poškozených místech tvoří již pouze chmýří. Obtížnější situace nastává pro ty, jejichž vlasové kořínky jsou zcela uhybnulé, tedy pro lidi s pleší. „Pokud má někdo již dlouhodobě pleš, má šanci v transplantaci. To je ovšem finančně náročné a ne všichni jsou ochotni tento úkon podstoupit. Jiná otázka je, pokud vlasový kořínky není zcela uhybnulé, ale jen oslabené natolik, že se tvoří pleš. Tady bych viděl šanci v přípravcích na podporu růstu vlasů, neboť ty obsahují účinné látky, aktivující vlasové cibulky a obnovující růst vlasů na místech, kde jsme se s pleší smířili.“ – radí společnost SENS. Více info na: www.thermal-sens.cz

STOP PADÁNÍ VLASŮ

THERMAL
minerální kosmetika

- při nadměrném vypadávání a lámání vlasů
- při tvorbě koutů a pleše
- při opakované tvorbě lupů

Jedna kúra se skládá
ze 2 ks krému THERMAL (1 ks 330 Kč)
a šampónu THERMAL (330 Kč)
Jedna kompletní kúra za 990 Kč

U těžších stavů se doporučuje absolvovat za sebou dvě tyto kúry. Přípravky si můžete přímo zakoupit nebo objednat na dobírku, s přesným návodem.

SENS, 697 01 Kyjov
Komenského 606, Tel.: 518 615 091

Zavřete bránu infekcím

Vstupní branou pro infekci jsou dýchací cesty. Orální mikrobiom obsahuje více jak 700 druhů bakterií, plísní, kvasinek a i virů. Náš imunitní systém udržuje v ústech mezi mikroorganismy rovnováhu, jinak by propukla infekce. Infekce může podporovat systémová onemocnění, jako jsou zápal plic, onemocnění srdce a další, které pak imunitní systém plně zaměstnají. Ten se pak nemůže soustředit na nové virózy.

Významným bezpečným pomocníkem v udržování mikrobiální rovnováhy v dutině ústní je celosvětově patentovaný mikroorganismus *Pythium oligandrum* lidově nazývaný chytrá houba.

„*Pythium oligandrum* potlačuje bez vedlejších účinků růst plísní, kvasinek a tlumí propagaci bakterií. K tomu rozbourává biofilm například na zubech, tím se omezuje tvorba zubního kamene, takže se mikroorganismy nemají kde schovat“, říká výzkumný pracovník Radim Klimeš.

Přípravky s *Pythium oligandrum* prodávají lékárny. Bio Plus a Chytrá houba Pythie Bio Plus jsou ústní vody v suchém stavu, které se rozdělávají do vody.

„**V současnosti** podrobujeme *Pythium oligandrum* testy na potlačení virů. Výsledky očekáváme v nejbližších dnech“ říká výzkumný pracovník Radim Klimeš.

„**Na jaře ale i v současnosti podporujeme domovy pro seniory a zaměstnance nemocnic i na vytížených pracovištích, kam zdarma**

posíláme formou daru přípravky ústní hygieny. Pomáháme tím našim rodičům, prarodičům, pracovníkům, kteří se o ně starají, lékařům a nemocničnímu personálu, aby ve zdraví překonali dnešní vypjatou dobu“ potvrzuje Radim Klimeš.

Celý čas pracujeme z domova a pro ušetření energií i méně větráme. Nyní před nastupujícími svátky, kdy čekáme návštěvy rodiny, bychom měli přemýšlet, co vlastně dýcháme.

Zvýšený výskyt kontaminace vzduchu může vyvolat mnoho nežádoucích účinků na zdraví od nevolností, k alergiím, zánětům, až po dýchací potíže. Tím přetěžuje náš organismus a oslabuje imunitní systém, který pak nemusí mít dostatečnou sílu na závažnější onemocnění, zvláště nyní v období nadcházejících chřipek.

Hygienickým limitem znečištěného ovzduší vnitřního prostředí dle EUR 14988 je **kontaminace do 500 KTJ** (kolonie tvořících jednotek) / m³. Větší kontaminace může ovlivnit zdraví zásadním způsobem.

Jedním z testů biologického biocidního přípravku **BIOREPEL®** bylo snížení kontaminace ovzduší. Před aplikací přípravku jsme odebrali vzorky spadů a následně jsme **BIOREPEL** ve spreji preventivně aplikovali formou postřiku na všechny zdi v místnostech.

Laboratorní výsledky měření před aplikací stanovily rozmezí **kontaminace 629 až 4718 mikroorganismů na m³**.

Laboratorní měření spadů v ošetřených místnostech po sedmi dnech od aplikace, kdy místnosti byly běžné v provozu, stanovily rozmezí **kontaminace 31 až 236 mikroorganismů na m³** a po dvanácti týdnech od aplikace stanovily rozmezí **kontaminace 8 až 47 mikroorganismů na m³**.

BIOREPEL® můžeme používat v místnostech, kde aktivně bydlíme, pracujeme a nemusíme odcházet.



Bio Plus - výplachová ústní voda obsahující unikátní složení mikroflóry s mikroorganismem *Pythium oligandrum*, která příznivě působí v ústní dutině při sklonu k zánětům dásní. Je vhodným doplňkem při péči o chrup a dásně, osvěžuje dech.



BIOREPEL – Biologický přípravek proti plísním na zdech a omítkách. Používá se k odstranění plísní a preventivnímu ošetření ve vnitřních prostorách.

Přípravky s *Pythium oligandrum* prodávají lékárny pro orální použití pod názvy **Bio Plus** a **Chytrá houba Pythie Bio Plus** ve formě ústní vody. Jsou to přípravky v suchém stavu, které se rozdělávají do vody.

Biocidní přípravek **BIOREPEL** koupíte v prodejnách barev, v drogeriích a v obchodních řetězcích, kde prodávají barvy. Používejte biocidy bezpečným způsobem. Před použitím si vždy přečtěte označení a informace o přípravku.

Více informací na www.chytrahouba.cz, www.biorepel.cz. Pište na klimes@biopreparaty.eu. Infolinka 728 814 202

Skauti a velká komiksová kniha

Na publikaci se podílelo hned několik významných českých komiksových autorů.

7+1 komiksových příběhů inspirovaných skautskou historií – tak zní podtitul nové komiksově knihy *Odvaha* je volba, která vyšla na začátku prosince.

Hlavní iniciátoři vzniku knihy – kreslíř Tomáš Vovsíř a scenárista Marek Steininger – tím plní slib, který dali před rokem svým podporovatelům ve finanční internetové sbírce na jedné crowdfundingové platformě. „Čtenáři se mohou těšit na povídkovou knihu, která je provede nejdůležitějšími okamžiky českých dějin a historií českého skautingu a na přední komiksově autory,“ uvádí Steininger.

Vovsíř, který s nápadem přišel, vidí v knize velký přelom. „Český skauting je s komiksem spojený od nepaměti. V minulosti to byly ale



Pelmeň z výtisků knihy

hlavně krátké komiksově formáty, jako byly nejrůznější stripy nebo seriály na pokračování, které vycházely časopisecky,“ vysvětluje. „*Odvaha* je volba je tedy vůbec první velkou komiksovou knihou, kterou skauti mají.“ Na knize navíc podle něj spolupracovali špičkoví čeští komiksově kreslíři a kreslířky, z nichž každý se ujal jedné z povídek. Čtenáři se mohou těšit na Kateřinu Čupovou, držitelku ceny Muriel Štěpánku Jislovou, kreslířku komiksu o Miladě Horákové, nebo na Vladimíra Strejčka, zakladatele ilustrátorského studia Drawetc. Dále na Jana

Grumla alias Slakinglizarda, Vojtěcha Velického, Tomáš Chluda, Evu Bartošovou. Jednu z povídek maloval i samotný Tomáš Vovsíř.

Silný příběh pro všechny generace

Podle autora námětů a scénáře celé knihy Marka Steininger komiks zachycuje obyčejné lidské příběhy ve zlomových dějinných okamžicích naší země od začátku dvacátého století. „I když jsou příběhy inspirované skautskou historií, kniha rozhodně není historická. Chtěli jsme naopak ukázat, že vždy, kterým v životě čelíme,



Kateřina Čupová, jedna z autorek

2x ARCHIV

jsou podobné bez ohledu na dobu. Hlavním tématem knihy je pak otázka, co obnáší hrdinství a jakou má cenu,“ vysvětluje Steininger. Dodává, že kniha je určena jak pro děti, tak i pro dospělé a na své si přijdou i ti, kteří se skautingem nemají nic společného. Dospívající, ať už jsou skauti, nebo ne, se díky ní dozvědí něco o historii Československa, dospělí pak ocení především poutavý příběh a neotřelý humor.

Úspěch již přes internet

Knihy vznikala téměř šest let a vychází i díky podpoře více než 300 přispěvatelů z in-

ternetové sbírky. Ti prostřednictvím předkoupení knihy a zakoupením dalších souvisejících odměn na přípravu komiksu věnovali více než 230 tisíc korun. „Sbírku jsme spustili ještě v době, kdy kniha byla teprve zhruba ze třetiny hotová. Měl to být tedy částečně takový test, který dokáže, zda má vůbec vyjít,“ vysvětluje Steininger. „Ze si nápad získá tolik čtenářů, jsme opravdu nečekali. I proto kniha nakonec vzniká v poměrně vysokém nákladu, a to celkem čtyři tisíce kusů.“ K zakoupení je jak na internetu, tak i přímo v kamenných knihkupectvích.

Nový videoklip. Vnitřní zrak



Honza Jareš P. HARTMANOVÁ

Nevidomý zpěvák a klavírista Honza Jareš má nový videoklip k písni *Vnitřní zrak* z alba *Doktor duší*. Natáčení probíhalo v klubu Jazz Dock a v centru metropole.

Plešouni

Rakovina je vnímána jako mýty opředený strašák. S cílem vnést do ryze negativního tématu naději a pozitivní energii přicházejí *Plešouni*. Iniciátorkou zajímavého audiovizuálního projektu je výtvarnice Eliška Podzimeková (autorka připojené kresby), která před lety sama prošla úspěšnou onkologickou léčbou. *Plešouny* můžete podpořit i prostřednictvím sbírky na platformě Donio.



Fortuna. Postup pro Real Madrid, Inter Milano i Manchester United?

Tento týden končí základní skupiny Ligy mistrů, položili jsme tři otázky expertovi Fortuny Romanovi Kovaříkovi.



V Lize mistrů zbývá zodpovědět ještě sedm otázek, kdo si zajistí účast v jarní fázi Ligy mistrů?

Ve skupinách C, E a G je lidově řečeno hotovo, z áčka má jistotu Bayern. Atlético Madrid stačí remíza v Salzburku, kterou Špa-

něle uhrají. Běčko je mimořádně zamotané, o postup hrají všechny čtyři týmy, a nakonec mohou jít dál oba favorité jak Real, tak Inter Milano, pokud tedy doma zvítězí. Real musí porazit Mönchengladbach (kurz 1,77), Inter je velkým favoritem v duelu se Šachtarem (kurz 1,32).

Ve skupině C si to rozdají v přímém souboji Ajax a Bergamo, hostům stačí bod, který získají. Další, kdo z koho, bude k vidění v „efku“, Lazio si doma poradí s Brugami (kurz 1,77). Skupina H je pak oříšek, tři týmy mají

shodně devět bodů, PSG ale doma Basaksehir zaručeně porazí (kurz 1,13), rozhodne se tak v duelu Lipsko – Manchester United.

Který z obou movitých celků nakonec postoupí?

Těžká otázka, oba celky v poslední době stílily mraky branek, zároveň nemají úplně pevnou defenzivu, utkání je tak hodně otevřené. O něco lepší výchozí pozici drží každopádně hosté, Manchester má lepší vzájemný zápas (5:0) a směrem k postupu mužstvu stačí remíza. V Lize mistrů nastřílel anglický klub už 13 branek, kanonýr Rash-

ford patří se 6 góly mezi nejlepší střelce soutěže. Domácí prostředí vzhledem k omezeným kapacitám není takovou výhodou jako v minulosti, Lipsko je navíc pod tlakem, že musí hrát na vítězství. Domácím bude chybět vykartovaný Upamecano, jsou tam i další zdravotní absence. Manchester postoupí, a možná v Lipsku i vyhraje (kurz 2,61), domácí budou muset hru přeci jen otevřít.

Co by si dal expert Fortuny na tiket?

Určitě bych se vyhnul mužstvům (Liverpool, Dortmund, Sevilla

atd.), které už mají postup jistý. U nich je velká pravděpodobnost, že nastoupí v kombinované sestavě, top hráče budou šetřit na vítězství. Další týmy navíc bojují v LM o třetí příčku, která znamená pokračování v Evropské lize. Pokud už se objeví na tiketu, tak zkusit překvapení na jejich úkor. Zajímavý tip je výhra Dynama Kyjev nad Ferencvárosem (kurz 1,85), Olympiakos by mohl doma porazit Porto v kurzu 1,83, kterému už o nic nejde. Osobně si myslím, že postoupí i Real a Inter, přestože se přiznám, že ani jednomu z celků to moc nepřejí.

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! Zákaz účasti osob mladších 18 let na hazardní hře.

Číslo dne

3

Fotbalová Liga mistrů dnes pozná další tři osmifinalisty. Ve skupině H usilují o dvě postupová místa Paris St. Germain, Manchester United a Lipsko, ve skupině F půjde dál jeden z dvojice Lazio Řím a Bruggy.

-20

Poslední turnaj PGA Tour v roce 2020 vyhrál 23letý Viktor Hovland. Norský golfista podnik v mexickém letovisku Playa del Carmen ovládl se skóre 20 ran pod par.

Ledecká. Na lyžích jí pomůže také Ital

Novým členem sjezdařského týmu Ester Ledecké se stal Franz Gamper. Uznávaný italský trenér stál za úspěchy krajanek Deborah Compagnoniové nebo norského lyžaře Aksela Lunda Svindala.

Olympijská vítězka v superobřím slalomu Ledecká sháněla k Tomáši Bankovi nového člena do sjezdařského týmu po odchodu Ondřeje Banka. „Franz je zkušený trenér. Má za sebou ohromné zkušenosti a za těch čtrnáct dní, co s námi je, tak přinesl i nové pohledy pro Ester, co se techniky týče,“ řekl Tomáš



Ester Ledecká MAFRA

Bank Radiožurnálu. „V podstatě jí dává klid, protože na spoustu věcí máme podobné názory. Poslední týden poradil Ester něco jiného, než jí radím já, a zafungovalo to,“ uvedl kouč dvojnásobné olympijské vítězky. Ta kombinuje lyže se snowboardingem. **ČTK**

Krátko

Podruhé bez boje

Házenkáři Zubří podruhé postoupili v Evropském poháru bez boje a budou hrát rovnou osmifinále. V říjnu ze soutěže odstoupil St. Gallen kvůli koronavirovým nařízením ve Švýcarsku, nyní Zubří oznámilo, že se odhlásil i jejich islandský soupeř pro třetí kolo Hafnarfjörður.

nělkám 24:27, i když vedly až o šest branek.

Remíza na severu

Fotbalisté Slovanu Liberec remizovali ve včerejší dohrávce 10. kola první ligy se Slováckem 1:1.

Proti youtuberovi

Bývalý profesionální mistr světa v boxu Floyd Mayweather se 20. února vrátí do ringu. Třiačtyřicetiletý Američan, který vyhrál všech svých 50 zápasů, se v exhibičním souboji utká s hvězdou kanálu YouTube a internetu Loganem Paulem. **ČTK**

Závěr nezvládl

České házenkářky prohrály na ME v Dánsku i třetí zápas ve skupině a turnaj pro ně skončil. V přímém souboji o postup podlehly vicemistrynám světa Špa-

MS 2022. V cestě do Kataru stojí i Belgie

Účast minimálně v baráži je pro fotbalisty reálná.

Čeští fotbaloví reprezentanti se v kvalifikaci o postup na mistrovství světa 2022 v Kataru utkají v pětičlenné skupině E s lídrem žebříčku FIFA Belgií, Walesem, Běloruskem a Estonskem. Rozhodl o tom los v Curychu, který se kvůli pandemii koronaviru uskutečnil pouze virtuálně, bez účasti zástupců jednotlivých zemí.

Kvalifikace odstartuje v březnu, přímý postup na MS si zajistí pouze vítěz skupiny. Týmy z druhých míst čeká play-off. V něm se představí ještě dva nejlepší vítězové skupin Ligy národů, kteří v kvalifikaci neuspějí.

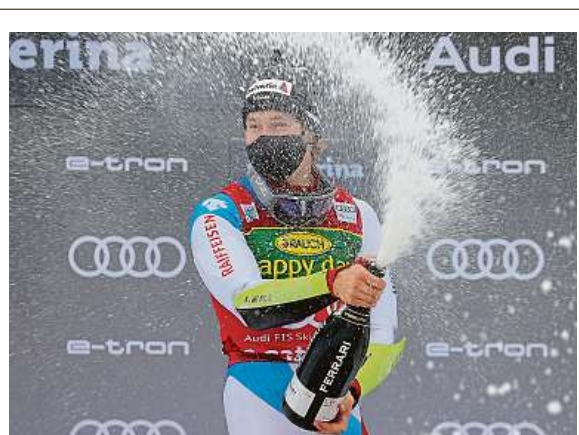
„Belgii považují za asi největšího kandidáta na vítězství celého šampionátu, takže velký favorit a hodně těžký soupeř. Co se týče Walesu a dalších týmů, tak věřím tomu, že o druhé místo, které znamená baráž, se popereme,“ řekl trenér národního týmu Jaroslav Šilhavý v nahrávce pro média. **ČTK**



Citát

Určitě nepodceňujeme týmy jako Estonsko a Bělorusko, ale věřím, že minimálně tyto dva soupeře zvládneme.

JAROSLAV ŠILHAVÝ
TRENÉR FOTBALOVÉ REPREZENTACE ČR



Zvítězil a dělí se o vedení

Švýcar Marco Odermatt (na snímku) vyhrál obřím slalom v Santa Caterině a po 2. a 3. místě v sezoně zkompletoval sbírku pódiových umístění. Třiačtyřicetiletý lyžař se díky triumfu dostal do čela Světového poháru. O vedení se dělí s Francouzem Alexisem Pinturaultem, který včera skončil pátý. Kryštof Krýzl nepostoupil do 2. kola. **AP**

INZERCE

FORTUNA



45 %

7 %
remíza

48 %



JAK TO VIDÍ EXPERT FORTUNY
ROMAN KOVAŘÍK
RB LEIPZIG - MANCHESTER UTD.:
DVOJITÁ ŠANCE 2-2

KURZ
2,05

JAK TO VIDÍ
BOOKMAKERŮ

1 2,55

x 3,75

2 2,61

- První vzájemný duel pro United (5:0)
- Lipsko má v nohách těžký duel s Bayernem
- Domácí musí hrát nutně na vítězství
- Manchester nastřílel v 5 duelech LM 13 branek

Výše kurzů je platná k 7. 12. 2020.
Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost!
Zákaz účasti osob mladších 18 let na hazardní hře.

Všechny dárky vyřešíte na alza.cz



Ten má pořádnou výdrž

 xiaomi



Xiaomi Redmi Note 9 Pro LTE 128 GB

6,67" IPS Full HD+ displej s tvrzeným sklem
8jádrový procesor, paměť 6 / 128 GB
Fotoaparát 64 + 8 + 5 + 2 Mpx, 16Mpx selfie
5 020mAh baterie s rychlonabíjením

7 999,-

obj. kód: XI210c3

Ohromte videem v 8K

 xiaomi



Xiaomi Mi 10T 6 + 128 GB

6,67" IPS Full HD+ displej s podporou HDR10
8jádrový procesor, paměť 6 / 128 GB
3 objektivy 64 + 13 + 5 Mpx, podpora 8K videa
5 000mAh baterie, Android 10, podpora 5G

~~12 999,-~~
11 990,-

obj. kód: XI219b1

To bude u stromečku radosti!



FurReal Friends Klokance Josefinka

Interaktivní plyšák pro děti od 4 let
Roztomilá klokance se třemi mládětky
Umí více než 70 zvuků, hýbe se a tancuje
Smoothie lahvička a 3 doplňky pro mládětka

~~2 499,-~~
1 349,-

obj. kód: HRAbz02746

-46 %

Řidič musí mít pohodlíčko

 COMPASS



COMPASS Vyhřívavý potah 12 V Teddy

Vyhřívavý potah do auta s termostatem
Univerzální velikost na každé sedadlo
Ovládací panel přímo na přívodním kabelu
Měkký plyšový materiál pro vysoký komfort

~~469,-~~
333,-

obj. kód: AUPR048

-29 %

Chytré řešení do domácnosti

 amazon



Amazon Echo Dot 3. generace Heather Gray

Hlasový asistent Amazon Alexa 3. generace
Vylepšený reproduktor pro bohatší zvuk
Kompatibilní s více než 6 000 zařízeními
Snadné nastavení pomocí mobilní aplikace

~~1 619,-~~
1 199,-

obj. kód: AME1018f

-26 %

Krásná podívaná ze všech úhlů

 alza ergo



AlzaErgo M220B Convey kloubový 32"-70"

Kloubový nástěnný držák na televizi
Nosnost až 50 kg, náklon -20° až 20°, 180° rotace
Montážní sada s podložkami a hmoždinkami
Vhodný pro televize s úhlopříčkou 32"-70"

~~990,-~~
899,-

obj. kód: AEY0961

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 8. 12. 2020 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.