

metro

Fotbalová reprezentace odehraje první utkání po nástupu trenéra Ivana Haška 22. března v Norsku. **STRANA 8**



Na arabském písku dominují české posádky

PROFIMEDIA



Aleš Loprais vyhrál třetí etapu Rallye Dakar, **celkově už dvanáctou** na slavné soutěži, a dostal se do čela kategorie kamionů. Druhý byl včera **Martin Macík**, průběžně je třetí.

INZERCE

SVĚTOVÝ TENIS S ČESKÝMI ESY

OD 10. LEDNA

SPORT 1

SPORT 2



15 TURNAJŮ WTA

Droga sedmkrát silnější než sex. Začínají Zkratky

Peněz málo, účtů hodně. Než rodiče zjistí, že dítě, na které nemají kvůli práci čas, má ve školní brašně fet, je už většinou pozdě.

Obrazovky České televize, Novy, iVysílání i další kanály od dneška vyplní během celého roku filmařská i reklamní kampaň pod společným názvem Zkratky. Směřuje k tomu, aby si lidé přestali myslet, že drogy nejsou záležitost jen narkomanů a policie, a pochopili, že jejich tolerance je cestou do pekel.

Narkoman nemusí být na první pohled troska

Pocit libosti navodí člověku třeba delší úsilí něco dokázat. Ale je to práce a trvá to. „Dro-

ga to dá hned,“ říká Ivo Bystřičan, autor dokumentárního cyklu Česko na drogách. Jako příklad uvádí dopamin, látku, která v mozku iniciuje aktivitu a uspokojení. Je nezbytná pro motivaci k výkonům.

„Sex nám jí dodá dvojnásobně víc, než je normál, droga třináctinásobně. Je těžké se pak k droze nevrátit,“ argumentuje režisér Bystřičan. V cyklu dokumentů vystoupí zhruba třicet odborníků, ale žádný narkoman. Ani minulý, ani současný.

Seriál prošel cenzurou

„Celé devadesátky to byla obvyklá praxe, po školách vodili na besedy bývalé konzumenty drog, kteří se z toho nějak vyhrabali, ale efekt strašení na děti a mládež neplatil. Mladí většinou znají lidi, kteří něco berou, ale nejsou to zoufalci, nevypadají na první pohled jako trosky, proto podobným besedám ne-

věřili,“ argumentuje Ivo Bystřičan.

Jeho dokumentární cyklus doplňuje hlavní pilíř Zkratek – seriál Adikts Adama Sedláka. Ten je k vidění už dnes na iVysílání České televize, koncem ledna se objeví i na jejích obrazovkách. Konečná verze byla kvůli příliš realistickému ztvárnění například pohlavních orgánů nakonec mírně „cenzurovaná“.

Důvod, proč se Česká asociace pojišťoven (ČAP) jako hlavní producent kampaně pro Zkratky rozhodla, naznačuje třeba také průzkum, který pro ni zpracovala agentura STEM/MARK. „Rádi bychom změnili postoj Čechů k drogám, jejich tolerance je v obecném vnímání u nás velká,“ říká Jan Matoušek, generální ředitel ČAP. Třetina české populace totiž podle průzkumu rekreační užívání návykových látek, tedy i alkoholu, schvaluje. **PAVEL HRABICA**

DROGA JE ZKRATKA

Na preventivní kampani Zkratky se podílela jako hlavní organizátor Česká asociace pojišťoven spolu s Policií ČR.

- Kampaň má svým názvem upozornit na to, že droga je jen rychlou, zkratkovitou cestou k cíli, ale často s tragickým výsledkem.
- Kreativní část kampaně měla na starost Česká televize a Shore Point.
- Reklamní část poběží jak v České televizi, tak ve vysílání TV Nova.
- Cílovými skupinami kampaně jsou mladí lidé ve věku 15 až 29 let a dospělí v rodičovském věku 30 až 50 let. **PH**

INZERCE



SPA HOTEL DĚVÍN & MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

SVĚTOZNÁMÉ LÁZNĚ NABÍZEJÍCÍ NEJČISTŠÍ OVZDUŠÍ A POLOHU UPROSTŘED SLAVKOVSKÉHO LESA

Relaxujte v lázních, které jsou zapsané na seznamu UNESCO a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Vyzkoušejte např. náš program „Senior 60+“, díky kterému získáte všestrannou péči o uvolnění zatíženého organismu a o jeho regeneraci se postará odborný personál. Budete se cítit odpočatí díky relaxačním wellness procedurám, které Vám dodají novou energii a optimismus. **Uvedené ceny jsou s 15% slevou.**

MARIÁNSKOLÁZEŇSKÁ KÚRA LIGHT & BONUS SAUNA PO DOBU POBYTU

5 dní / 4 noci | **od 5.920 Kč / osoba***
5 dní / 4 noci | **od 7.760 Kč / osoba****

Nabízíme jedinečnou kombinaci krátkého léčebného pobytu v Mariánských Lázních se zaměřením na prevenci, regeneraci a obnovu vitality. Balíček nabízí ubytování v komfortním pokoji, polopenzi, konzultace s lékařem, 2 léčebné procedury denně (dle rozpisu lékaře), 1× za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu.

SENIOR 60+ (AKCE – SUPERIOR POKOJ ZA CENU STANDARDNÍHO POKOJE)

5 dní / 4 noci | **od 6.280 Kč/osoba***
5 dní / 4 noci | **od 7.870 Kč/osoba****

Je čas na zasloužený odpočinek! Relaxujte v lázních a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Program obsahuje ubytování v komfortním pokoji s přípitkem, polopenzi, perličkovou koupel, parafinový zábal, klasickou částečnou masáž, plynovou obálku, 2× inhalaci, privátní saunu, 1× za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu, 1× zapůjčení Nordic Walking holí na 2 hod.

*ve dvoulůžkovém pokoji (při obsazenosti 2 osob) | **v jednolůžkovém pokoji

ANTI-AGE PROGRAM & BONUS PARKOVNÉ PO DOBU POBYTU

4 dny / 3 noci | **od 5.960 Kč / osoba***
4 dny / 3 noci | **od 8.540 Kč / osoba****

Věnujte se chvíli jen sami sobě a vyzkoušejte náš Anti-age program a nebudete litovat! Ubytování v luxusním pokoji De Luxe s přípitkem, polopenze, 1× anti-age – protivráskové ošetření (liftingové) ošetření GaC (peeling, čištění pleti (ultrazvuk)), masáž, liftingové sérum & maska, 1× aroma masáž, 1× minerální koupel s přísadou „Linala Feit Oilbad“; 1× plynová obálka (suchá plynová lázeň na krevní oběh a imunitu – 20 min.), 1× 2-hodinový vstup do bazénu, vstup do privátní sauny po dobu pobytu.

VALENTÝNSKÝ POBYT „ROMANTIKA PRO DVA“ & BONUS VSTUPENKA MINIATURPARKU

3 dny / 2 noci | **od 4.040 Kč / osoba**

Speciální pobyt pouze pro vás dva nejen v čase sv. Valentýna. Vychutnejte si společné chvíle strávené v romantickém prostředí světoznámého lázeňského města. Procházejte se po kolonádě, která má své kouzlo v každém ročním období a nechte se hýčkat při společných wellness procedurách. Pobyt zahrnuje: ubytování v De Luxe pokoji s přípitkem, polopenzi, láhev vína při příjezdu na pokoj, ovocnou mísu, 1× večeři při svíčkách s láhví vína, aroma masáž pro ni a pro něj, privátní saunu, 15% sleva na dodatečné wellness a léčebné procedury, 1× 2-hodinový vstup do bazénu, parkovné po dobu pobytu.

VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKÁCH: WWW.SPAHOTELDEVIN.CZ/CZ/VOUCHERS/

Příkrá 618/2a, 353 01 Mariánské Lázně | +420 354 470 400 | +420 354 621 692 | info@spahoteldevin.cz



KRÁTCE

Nejchutnější odrůda jablek

Prosincová degustace jablek má svého vítěze. Nejchutnější odrůdou jablek z loňské sklizně je Sirius. Rozhodli degustátoři. Ti posuzovali 40 odrůd jablek z loňské sklizně. Hodnocení jablek má tradici od roku 1958.

Masový vrah Breivik si stěžuje

V Norsku začal proces, který se zabývá novou žalobou vězněného pravocivého extremisty Anderse Behringa Breivika na norský stát.



Breivik je v izolaci, chce více komunikovat s dalšími lidmi. AP

Ten podle Breivika pošlapává jeho lidská práva, když ho drží v izolaci a omezuje jeho korespondenci s vnějším světem. Nyní 44letý Breivik, který při atentátech v červenci 2011 zabil 77 lidí, má podle svého

právníka Øysteina Storrvika sebevražedné sklony a bere antidepresiva. Proces má trvat několik dní, z bezpečnostních důvodů se koná v tělocvičně věznice Ringerike, kde si neonacista odpykává trest.

Zachránili psy v mrazu

Lidé v Krakově o víkendu vyslyšeli prosbu tamního psího útulku a v rámci Akce mrazy si domů odvedli nebyvalý počet jeho svěřenců. Část Polska se vřel mraz. V Mikolajkách na Mazurských jezerech v noci na včerejšek naměřili minus 24 stupňů. ČTK

E-SHOPY A MILIARDY

185

Obrat e-shopů loni v Česku meziročně klesl o šest procent na 185 miliard korun. Snížil se i počet internetových obchodů, a to o 200 na 49 900. To vychází z dat vyhledávače Heureka.cz a Asociace pro elektronickou komerci. Obrat a počet e-shopů klesají druhý rok za sebou. Nejlepšího výsledku loni české e-shopy dosáhly v posledním čtvrtletí, kdy po třech čtvrtletích poklesu jejich obrat meziročně vzrostl o dvě procenta. Nejvíce se na e-shopech prodávala elektronika. ČTK

ČEŠI MILIONÁŘI

382

Sazka loni vyplatila 382 milionových výher, oproti minulému rekordnímu roku o 68 méně. Nejvyšší výhra činila téměř 235 milionů korun. Celkově v loteriích, losích a on-line losích za rok Sazka eviduje rekordních 67 milionů výher v hodnotě 11 miliard korun, tedy o jednu miliardu více než v předšlém roce. Nejvíce se dařilo soutěžícím z Prahy a Jihomoravského kraje. Z internetového losování vzešlo 95 nových milionářů, kteří si mezi sebou rozdělili přes 342 milionů korun. ČTK

Nejlepší je Oppenheimer

Snímek Christophera Nolana o otci atomové bomby obdržel Zlatý glóbus za nejlepší drama. Snímek Oppenheimer získal také ceny za nejlepší režii či mužské herecké výkony v dramatu pro Cillianu Murphyho a Roberta Downeyho Jr. Prestižní filmové ceny se rozdávaly včera večer v Los Angeles. V době, kdy druhá světová válka ještě vypadala nerozhodně, probíhal na dálku dramatický souboj mezi Spojenými státy a Německem o to, komu se dřív podaří zkonstruovat atomovou bombu a získat nad nepřitelem rozhodující převahu. Zlaté glóby odstartovaly hlavní sezonu udílení filmových cen v USA, která vyvrcholí 10. března předáváním Oscarů. ČTK

Úspěšný

Novinky České televize bodovaly ve víkendovém vysílání a obsadily přední příčky sledovanosti. Nadprůměrný zájem zaznamenal první díl seriálu Smysl pro tumor, který si nenechal ujít 1,27 milionu diváků. Sobotní premiéru třetí řady Peče celá země sledovalo v obrazovce 1,13 milionu dospělých. Diváky zaujalo také hudební drama Il Boemo nebo dokument Dalibor Janda – oheň, voda, vítr, věnovaný výrazné osobnosti tuzemské populární hudby. Ten sledovalo 742 tisíc diváků, při podílu na sledovanosti 20,55 procenta. Všechny odvysílané novinky ČT nabízí na iVysílání ČT. MET



ČESKÁ TELEVIZE

Nejstarší dřevěná stavba na světě

Pod budoucí dálnicí na Chrudimsku byla nalezena unikátní studna.

Podle vědeckých analýz se jedná o nejstarší pravěký dřevěný objekt na světě. Řeč je o dřevěné studni, kterou v létě 2018 objevili archeologové během záchranného výzkumu pod budoucí dálnicí D35 u Ostrova na Chrudimsku. Podle datování pomocí

letokruhů byly dubové kmeny, použité na její konstrukci, pokácené mezi lety 5256 až 5255 před naším letopočtem, rohové sloupy ještě o několik let dřív.

Pravěká čtvercová studna je vysoká 140 centimetrů a skládá se ze čtyř rohových sloupků s drážkami, v nichž drží 80 centimetrů dlouhá prkna tvořící strany objektu. Při logisticky a technicky náročném akcí archeologové studnu vyzvedli v jednom bloku a následovaly restaurační práce. Zhruba 100 kusů křehkých

částí bylo nutné převézt s největší opatrností. Následná ochrana čtyřboké dubové studny trvala restaurátorům přes dva roky. Nejdříve kusy dřeva po šetrném odstranění zbytků zeminy a ošetření biocidním prostředkem impregnovali po dobu 16 měsíců v roztoku sacharózy. Cukr měl za úkol dřevo zpevnit a zabránit jeho smršťování. Dřevěné části pak vědci nechali schnout na roštech další rok. Restaurovaná studna pak zamířila do sbírek Východočeského muzea v Pardubicích. ČTK

Problémy pro dezinformátory

Policisté navrhli obžalovat sedm lidí kvůli incidentu z loňského května, kdy u soudu podporovatelé bývalé novinářky Jany Peterkové, souzené kvůli šíření poplašné zprávy během koronavirové pandemie, vysadili dveře do jedné síně a napadli justiční stráž. Na chodbě dav skandoval hesla o gestapu a fašistickém státě. Podle dřívějších informací České televize je mezi nimi mimo jiné další postava české dezinformační scény Pavel Zítka, který je podporovatelem svých „kolegů“ Patrika Tušla nebo Tomáše Čermáka, kteří se začali na sociálních sítích výrazněji projevoval během covidu. Peterková od soudu dostala dvouletou podmínku. ČTK

Po 50 letech zpět na Měsíci

Z Floridy odstartovala raketa Vulcan firmy United Launch Alliance s lunárním modulem od Astrobotic Technology (AT). Jde o první americký modul, který se pokusí přistát na Měsíci za posledních více než 50 let, a rovněž o první lunární modul v soukromém vlastnictví. Že bude AT první soukromou firmou s modulem na Měsíci však zatím není jisté – přistání je v plánu 23. února, mezitím však s raketou od SpaceX odstartuje také modul americké firmy Intuitive Machines, který k Měsíci poletí kratší cestou a podle agentury AP je možné, že přistane dřív. Včera odstartovaná raketa na Měsíc nese vědecká zařízení a také vozítko o velikosti krabice od bot. ČTK

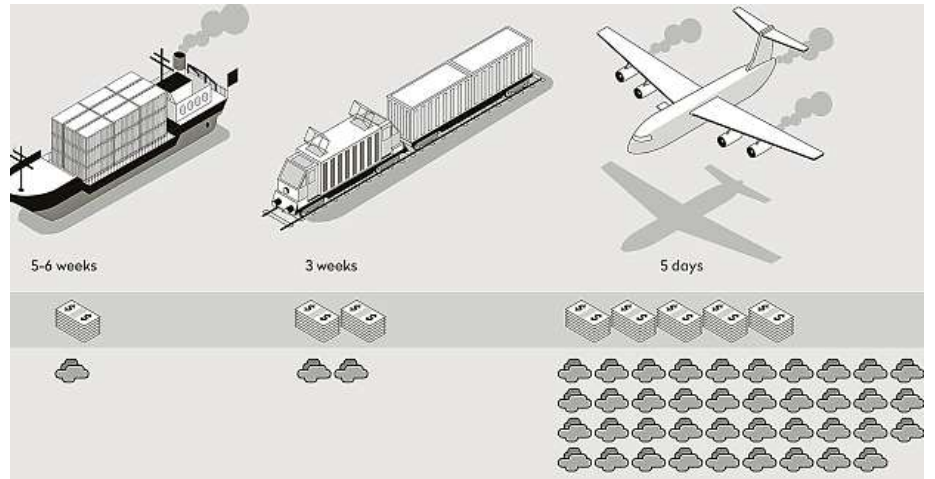
POP CORN

Vzdušná móda, postrach planety a sto tun textilu

Pokud jste si mysleli, že módní průmysl už nemůže vytvářet více emisí, tak jste se mýlili.

Nedávno se začalo hovořit o novém pojmu, takzvaném faster fashion, který má ještě větší dopad na naši planetu. Na fenomén upozornila už na sklonku minulého roku švýcarská nevládní organizace Public Eye na základě vlastní investigace.

Podle jejích zjištění módní giganty, jako je Shein a Zara, pro rychlejší transport textilu po světě využívají letadla. Na palubě místo pasažérů cestuje zhruba sto tun textilií, aby byla přeprava zboží rychlejší a zisk vyšší. Právě tento způsob dopravy může v módním průmyslu zapříčinit vznik ještě více emisí než kdy dříve (viz schematický diagram vpravo nahoře).



Schematický diagram znázorňující operace kontejnerové dopravy z východní Asie do Evropy

PUBLICEYE

SKLÁDKA OBLEČENÍ

6

Tolik generací by podle odborníků oblékla obří skládka v poušti Atacama v Chile. Na tu upozornila společnost SKyFi skrze satelitní snímky. **TES**

ECO SHAMING

Se zvyšujícím se zájmem o ekologii stoupá i nátlak na lidi, aby se chovali udržitelně.

- Nedávno se na internetu objevil výraz sustainability shaming. Jde o zostouzení někoho, kdo se nechová dostatečně udržitelně.
- Často jsou za neekologické chování kritizováni ale i ti, kteří si udržitelnější možnost finančně zkrátka dovolit nemohou.
- Móda od udržitelných značek je totiž drahá, a především mladá generace si ji proto nemůže dovolit. **TES**

ZBÝVÁ ŠEST LET

60

Až o tolik procent vyšší mohou být emise do roku 2030 vlivem vývoje rychlé módy. To bude mít vliv na klimatické změny a oteplování. **TES**

tické neutralitě produktů jsou většinou jen takzvaným greenwashingem, tedy „natíráním na zeleno“. Podle Petry Jačkové ze společnosti Lavrs Market je třeba se na situaci dívat z více stran.

„Dokud se fast fashion průmysl nedostane více do hledáčku státních – evropských – celosvětových institucí a nebudou vznikat zákonná opatření či směrnice, změna bude velmi pomalá. Většina zákazníků, co tento druh zboží na-

kupuje, vůbec netuší, co za špínu se za tímto byznysem skrývá, a není to pouze o klimatu, ale i o podmínkách lidí v zemích, ve kterých vzniká či naopak končí životní cyklus na skládkách,“ podotýká Jačková. Podle studie britské nadace Ellen MacArthur Foundation se výroba textilu v letech 2000 až 2015 celosvětově zdvojnásobila a očekává se, že se do roku 2030 více než zdvojnásobí.

Předloni vytvořila mateřská společnost Zara nový rekord ve výrobě, a to 621 244 tun textilu. Navzdory ztrátě významného obchodu z Ruska se objem prodeje zvýšil o deset procent ve srovnání s předchozím rekordním rokem 2021.

Rychlá móda vyšla z módy

Loni v dubnu Evropský parlament (EP) přijal doporučení týkající se opatření EU, která mají zajistit, aby se textilie vyráběly oběhovým, udržitel-

ným a sociálně spravedlivým způsobem. „V rámci boje proti nadprodukcí a nadměrné spotřebě oděvů a obuvi výbor EP vyzývá Komisi a země EU, aby přijaly opatření, která ukončí rychlou módu, počínaje jasnou definicí termínu založeného na velkých objemech méně kvalitních oděvů v nízkých cenových relacích,“ píše Evropský parlament v tiskové zprávě.

Poté loni v červenci Evropská komise (EK) uvedla, že se v Evropě v současnosti recykluje méně než čtvrtina z 5,2 milionu tun oděvného odpadu. Miliony tun tak každým rokem končí na skládkách. Podle agentury AP je cílem EK do roku 2030 recyklovat 2,5 milionu tun textilního odpadu. Intenzivně pracuje na tom, aby rychlá móda takzvaně vyšla z módy.

Jak z toho ven?

Podle Tomkové půjde zvrátit tento trend jen velmi obtížně, zejména pokud se nezmění spotřebitelské chování konzumentů.

„To však vyžaduje jistou znalost věcí, tedy vzdělávání, investigativní novinářinu a zveřejňování skryté tváře módního průmyslu. Pomoci by mohla také úprava legislativy například směrem k větší transparentnosti výrobních a dodavatelských procesů,“ komentuje a dodává, že právě transparentnost je velkým problémem. „Módní giganty, jako je Zara, Shein, ale třeba i Next, Victoria's Secret a další, již odmítají zveřejňovat informace o svých emisích z transportu. Je tedy namístě, aby se ozývali i jejich zákazníci a sami také tato data vyžadovali,“ vysvětluje Tomková. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

DOPAD RYCHLÉ MÓDY NA ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Mezi lety 2000 a 2014 se produkce oblečení zdvojnásobila, a lidé ho tak začali nakupovat až o šedesát procent více. Jaký má dopad fast fashion na naši planetu?

- Módní průmysl je druhým největším spotřebitelským průmyslem vody, který vyžaduje asi 700 galonů na výrobu jedné bavlněné košile a 2 tisíce galonů vody na výrobu džínů. Barvení textilu je pak druhým největším znečišťovatelem vody na světě. Zbýlá voda z procesu barvení se často vylévá do příkopů, potoků nebo řek.

- Značky používají syntetická vlákna, jako je polyester, nylon a akryl, jejichž biodegradace trvá stovky let. Zpráva Mezinárodní unie pro ochranu přírody (IUCN) z roku 2017 odhaduje, že 35 procent všech mikroplastů v oceánu pochází z praní syntetických textilií, jako je polyester. **TES**

- Výroba plastových vláken do textilií je energeticky náročný proces, který vyžaduje velké množství ropy a uvolňuje též kyseliny, jako je chlorovodík. **TES**

Paní Ivanka (67 let) vypráví, jak díky novému přípravku zastavila postupující ztrátu sluchu a zbavila se hučení v uších za 48 hodin.

„Hučení v uších zmizelo po 2 dnech. Svě blízké opět slyším dokonale.“



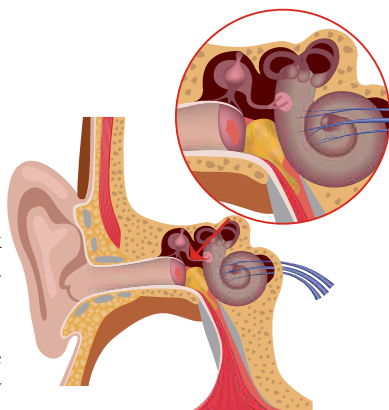
Nemyslela jsem si, že je možné tak rychle a snadno odstranit pískání a hučení v uších a navíc posílit sluch. Nyní slyším všechno: lidskou řeč, zvonek u dveří, zvuk projíždějících aut za oknem a především... žvatlání mého vnuka! Paní Ivanka se vyhnula hluchotě díky neinvazivní léčbě, která odstraňuje hučení v uších z 99,7 % a podporuje regeneraci celého sluchového systému. Navíc získala měsíční zásobu kúry za 0 Kč! Zjistěte, jak můžete i vy získat balení přípravku **ZDARMA**.

„VĚDECKÝ BĚSTSELLER“,
„Pomůže tisícům lidí na celém světě“

To je jen několik z desítek odborných názorů na nový produkt, který regeneruje poškozené sluchové buňky již od 1. dávky. Pokud i vy trpíte šumem, pískáním a praskáním v uších, neslyšíte lidskou řeč a zvyšujete hlasitost televize a rádia na máte na maximum, pak je pro vás tento výrobek ideální. Objevte inovativní výrobek, díky kterému se tinnitus stane minulostí již za 48 hodin.

„Sluch jako za starých časů, a ještě lepší!“

Souhlasil jsem s tímto rozhovorem, protože vím, že ne všichni lidé, kteří se potýkají se ztrátou sluchu, vědí, že je možné sluch velmi rychle napravit, aniž by museli utrácet horentní sumy. Sám jsem byl šokován, ale pravdou je, že tento zázračný výrobek okamžitě zmírňuje tinnitus a zlepšuje kvalitu sluchu. Ulevilo se mi už po dvou dnech, protože zmizel příšerný tinnitus, kvůli kterému jsem byl každý den podrážděný a nedokázal se soustředit ani na jednoduchý rozhovor nebo sledování televizního seriálu. Nyní slyším mnohem lépe, což pozoruji



„HIT 21. století“

Již 77 450 lidí potvrzuje, že díky inovativnímu opatření za 48 h:

Odstranili tinnitus

Zbystřili sluch

Získali lepší soustředění

Snižili opakujících se bolestí hlavy

Zesílili zvuky z okolí. (blízké i vzdálené)

hlavně při rozhovoru s ostatními lidmi, protože už se nemusím ptát a odezírat ze rtů. A největším darem pro mě je, že se teď mohu starat o vnučka, aniž bych se musela bát, že mu kvůli ztrátě sluchu ublížím,” říká nadšená Ivanka.

Hluchota nebo dokonalý sluch? Volba je na vás

Výzkumy ukazují, že až 63 % lidí, kteří se potýkají se ztrátou sluchu, si neuvědomuje, že jejich sluch potřebuje opravu. Nejprve přichází stále nevinnější: „Můžeš to říct ještě jednou?“, pak stále hlasitější ladění oblíbeného televizního seriálu, občasná bolest hlavy způsobená „zvonením“ v uších a nakonec zjištění, že neslyšíte interkom, když se pošťák snaží zabušit na dveře. Nemusíte se smířit s postupující ztrátou sluchu, která vás vyřazuje ze života. Díky revolučnímu opatření můžete během několika málo dní: volně hovořit s lidmi a zřetelně slyšet každé jejich slovo → snadno telefonovat → slyšet

„Tento přípravek nemá konkurenci - je to řešení číslo 1 na tinnitus a ztrátu sluchu.“

Kombinace nejnovějších lékařských objevů a použití nejkvalitnějších ingrediencí vedla k vytvoření inovativního produktu, který snadno tlumí hučení v uších a šelest v uších. Vědecké studie navíc jednoznačně potvrzují, že inovativní specifikum obnovuje normální fungování sluchového systému, snižuje ztrátu sluchu a přecitlivělost.

Kryštof Svěrák, odborník v oboru laryngologie



Můžeme vám zaslat **bezplatný vzorek**, abychom vás osobně přesvědčili o účinnosti inovativního složení?

Pokud ano, volejte prosím:

296 183 051

Podmínky a pravidla: Podmínky:
1 osoba si může odnést
1 balení výrobku



Klinické studie potvrdily, že nová metoda:

- Má 99,7% účinnost
- Zlepšuje schopnost slyšet 2krát lépe u 299/300 testovaných osob
- Žádné vedlejší účinky

zpěv ptáků za oknem, projíždějící auta, zvuk deště dopadajícího na parapet a šumění větru → žít bez hluků, skřípání, šumění a dunění v uších.

„Šum v levém uchu zmizel“.

Ty zvuky v uších mě přiváděly k šílenství. Nemohl jsem se soustředit ani na ty nejjednodušší věci, jako je mluvení nebo sledování filmu. Byl jsem z toho velmi nervózní. Naštěstí mi tento produkt pomohl za pouhé 2 dny. Nyní slyším všechno kromě hluku.

Jonáš, 38 let, Kutná Hora



Zavolejte si pro lepší sluch a příjemnější život!

Musíte vědět, že zhoršující se sluch se sám nespraví. Bude pro vás stále obtížnější normálně fungovat, proto vezměte věci do svých rukou ještě dnes a zavolejte si pro měsíční zásobu přípravku za 0 Kč.

» Výběr specialistů na tinnitus a ztrátu sluchu - vyzkoušejte za 0 Kč «

Prvním 100 lidem, kteří se ozvou do **23.01.2024**, POSKYTNEME 100% REFUNDACI

Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku

ZAVOLEJTE: 296 183 051

PLAY

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

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

Nové začátky

Vánoční čas patří filmové romantice. Hodně romantických filmů má podobný půdorys. On je sám, ona je sama. Krouží kolem sebe, nejdřív to nevypadá, pak to vypadá, pak to zase nevypadá... nakonec ale oba zjistí, že je to to pravé. Když se pak probudí ráno v posteli a zamilovaně se na sebe dívají, jestli-pak jim v hlavě zazní otázka, na co tak dlouho čekali? Aby měl divák o to větší radost?

Jenže romantické snímky jsou takové moderní pohádky. A jak víme, pohádky nám často lžou. Řekněte mi, kde v běžném životě najdete opáleného krasavce pracujícího v autodílně, duchaplného, vtipného a nadmíru libidózního, který po šichtě odejde do své prázdné garsonky, zcvičí si, pomazlí se se psem a jde třeba ještě před spaním malovat obraz? Je absurdní, aby takový chlap žil sám jako kůl v plotě. Anebo tají nějaké velmi temné tajemství, jež nechcete poznat.

„ Je absurdní, aby takový chlap žil sám jako kůl v plotě. „

V reálném životě nikdy nezačínáte s čistým stolem, pokud se nejedná o extrémního asociála. Každý je nějak zapletený s někým jiným. Takže v našem filmu by automechanik nejdřív řešil, jak má nové známosti říct, že má přítelkyni, popřípadě děti z předchozího manželství, pak by řešil, jak přítelkyni říct, že má známost, načež by se obě dámy spojily a usoudily, že není hodný ani jedné z nich. A mezitím by náš automechanik zjistil, že jeho kolega je vlastně velmi přitažlivý... Nikdo z nás není ostrov. Ale filmy o Robinsonech jsou zkrátka plné naděje, kterou všichni potřebujeme.



IVAN ADAMOVIČ
PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTI

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
-7/-3 °C	-5/-1 °C	-3/1 °C	-3/1 °C

Teplotní rekordy: ↓ -27,0 °C (1789) ↑ 12,8 °C (2007) Bio: ❤️❤️❤️

ČT1



20.10 Poslední aristokratka
Rodinná komedie (ČR/SR, 2019). Podle stejnojmenného bestselleru Evžena Bočka. Hrají: H. Čermák, T. Dyková, Y. Stolařová, E. Balzerová. Režie J. Vejdělek

21.55 3 plus 1 s Miroslavem Donutilem
Povídky (ČR, 2004). Hrají: M. Donutil, L. Potměšil, T. Medvecká

23.05 Komisař Moulin
Křehké X. Krimisériál (Fr., 2001). Hrají: Y. Rénier, N. Amalová, R. Anders, B. Rosselli

00.35 AZ-kvíz

ČT2



20.00 Marie Terezie a vyhnání Židů z Prahy
Roku 1744 se Marie Terezie nečekaně rozhodla vyhnat všechny Židy z Prahy. Co k tomu mladičkou panovnici vedlo?

21.00 Civilizace aneb Dobrá zpráva o konci světa
Dokument režiséra P. Horkého a egyptologa M. Bárty

22.35 Mistři šifer
Mafiánský kód

23.30 Agent Hamilton (1/10)
Seriál (Švédsko, 2019)

00.15 Fenomén jeans

NOVA



20.20 Jedna rodina (43)
Na spermie. Komedialní seriál (ČR, 2024). Hrají: T. Kostková, T. Jeřábek, F. Blažek

21.45 Comeback
Snad to vyjde příště. Sitcom (ČR, 2010). Hrají: M. Dejdar, T. Matono, K. Leichtová, D. Batulková

22.20 Comeback
Slepák

22.55 Kriminálka Las Vegas III (11)
Seriál (USA, 2002)

23.50 Dr. House VIII (12, 13)
Seriál (USA, 2011)

PRIMA



20.15 Zoo (163)
Filipovy problémy. Rodinný seriál (ČR, 2023). Pivoňka je vydírán a Sid má podezření. Hrají: M. Pecháčková, Š. Bilina, E. Burešová, T. Klus

21.40 7 pádů Honzy Dědka
Populární talk show 7 pádů Honzy Dědka v nové sezoně ze Švandova divadla

22.50 7 pádů Honzy Dědka

00.00 Ano, šéfe!
Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!

01.05 Policie v akci

ÓČKO



19.00 Party ride
Dance music na každý den

20.00 Óčko hity
Klipy nonstop

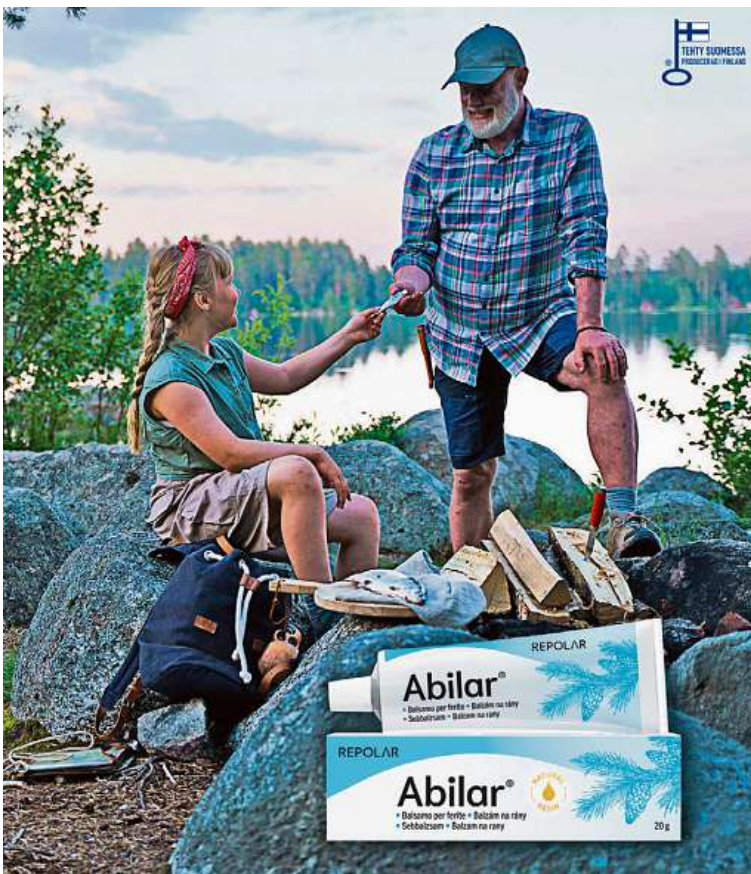
22.00 Naked Attraction
Seznamka na tělo

22.30 Virtuální svět TV
Zavoláním do soutěže získáte voucher pro nákup virtuálního pozemku a registraci do Rychlé hry, více v pravidlech na www.nextearth.cz

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Léčbu ran může urychlit pryskyřice

Stále častěji se i v medicíně vracíme k síle přírody. V severovýchodních zemích, především ve Finsku, se osvědčila k léčbě ran pryskyřice. Její účinnost je potvrzena výzkumy. Proto vznikl produkt pryskyřicové masti, který je schválen jako zdravotnický prostředek. A právě o něm jsme si povídali s Arnem Sipponenem, MD, PhD, konzultantem v oboru ortopedie a traumatologie.



Představte nám mast Abilar® Balzám na rány a jak vznikla?

V roce 2001 jsem začal pracovat jako praktický lékař ve finském Laponsku. Brzy jsem se začal zajímat o to, jak je možné, že místní lidé jsou tak zruční v ošetřování ran domácí pryskyřicovou mastí. V té době byl můj otec vedoucím oddělení klinické patologie v Ústřední nemocnici Helsinské univerzity. Společně jsme založili multidisciplinární výzkumnou skupinu, která se zabývala pryskyřicí jako metodou léčby ran.

Studie ukázaly, že pryskyřicová mast vyrobená moderními metodami bez zahřívání je bezpečná. Později, když jsme prováděli klinické studie, jsme také viděli, jak je klinicky účinná při léčbě různých typů „obtížně se hojících“ ran.

Proč právě pryskyřice?

Když strom utrpí zranění, utrhne se mu větev nebo zimní počasí naruší kůru, strom produkuje pryskyřici, která mu umožní se zahojit. V našem výzkumu jsme komplexně studovali vestavěné obranné mecha-

nismy jehličnanů, které je chrání před bakteriemi, houbami a kvasinami. Strom se musí neustále chránit a pryskyřice je jeho jedinečným obranným prostředkem. Bylo zajímavé to studovat, protože o pryskyřici používané k hojení ran je k dispozici poměrně omezené množství informací. Proto jsem si toto téma vybral pro svou doktorskou akademickou práci.

Jak pryskyřice působí při ošetřování ran?

Existují 4 hlavní vlastnosti pryskyřice smrku ztepilého, které hrají důležitou roli v péči o rány. Za prvé je antimikrobiální a dokáže ničit mikroby v ráně. Pryskyřice ovlivňuje buněčné stěny a zabráňuje mitóze a produkci buněčné energie (ATP) patogenů. Pryskyřice působí antimikrobiálně proti široké škále bakterií a plísní. Mimořádně důležitou vlastností je, že pryskyřičná mast vyrobená moderním způsobem nevyvolává rezistentní kmeny mikroby. Za druhé má pryskyřice také protizánětlivé vlastnosti. Ovlivňuje expresi buněč-

ných cytokinů v testu in vitro, což vede k menšímu podráždění a bolesti.

Za třetí pryskyřice zlepšuje reepitelizaci a snižuje tvorbu jizev díky působení na keloidy. Některé chemické látky, například chlorhexidin, zpomalují hojení ran, pryskyřice vytvořená stromem tyto negativní vlastnosti nemá. Podle klinických studií, publikovaných v odborných lékařských časopisech, pryskyřice účinně hojí i kožní vředy.

A konečně, pryskyřice likviduje a potlačuje tvorbu biofilmů, což je důležité zejména u chronických ran.

K čemu se v nemocnici používá pryskyřicová mast a s jakým úspěchem?

V Ústřední nemocnici v Lahti, kde pracuji na chirurgickém oddělení, používám pryskyřicovou mast Abilar® Balzám na rány především při ošetřování infikovaných operačních ran. Obecně se v nemocnicích pryskyřicová mast používá hlavně na různé druhy chronických ran a infikovaných chirurgických ran. Ve Finsku se pryskyřicová mast (Abilar®) používá kromě centrálních nemocnic a center primární péče také ve všech univerzitních nemocnicích. Výsledky léčby jsou díky biologickým vlastnostem přípravku většinou velmi dobré.

Na jaké další problémy pacientů je pryskyřice účinná?

Kromě obtížně ošetřitelných ran je přípravek Abilar® skvělým přípravkem na různé druhy drobných poškození kůže, která lze ošetřit v domácích podmínkách, jako jsou odřeniny a škrábance. Praskliny na koncích prstů rukou a nohou lze také velmi dobře ošetřit doma pomocí přípravku Abilar®.

Je Abilar® Balzám na rány vhodný i pro domácí léčbu?

Určitě. Je však třeba poznamenat, že malá část lidí je na přírodní pryskyřice alergická. Pokud se v místě použití přípravku Abilar® objeví zarudnutí, svědění nebo jiné příznaky, je třeba používání tohoto přípravku přerušit. Systémové alergické reakce nejsou hlášeny.

V čem spočívá jedinečnost Abilar® Balzám na rány?

Myslím, že je opravdu skvělé, že můžeme k hojení ran tak účinně používat něco, co vytvořila příroda. Také jsem tomu nevěřil před provedením klinických studií na těžko hojitelných lidských ranách. Osobně si myslím, že pryskyřicová mast Abilar® je nejlepší výrobek na trhu, co se týče doby hojení ran a snížení podráždění a bolesti.



Abilar® Šetří místo i peníze

Jeden produkt, široká škála použití

Abilar® léčí:

- rány, škrábance, odřeniny
- kousnutí a bodnutí hmyzem
- popáleniny
- praskliny kůže na rukou, na patě, kolem úst
- bércové vředy
- diabetické rány
- a mnoho dalšího

Vyzkoušejte léčivou sílu pryskyřice!

www.repolar.cz

Zdravotnický prostředek s označením CE, třída IIb (NB 0537).

Haškův první test? Haaland či Ödegaard

Nový trenér se těší na podporu fanoušků.

Česká fotbalová reprezentace odehraje první utkání po nástupu trenéra Ivana Haška 22. března v Norsku. Čtyři dny nato, v dalším přípravném duelu před letním mistrovstvím Evropy, přivítá doma Arménii, místo zatím Fotbalová asociace ČR neoznámila.

Šedesátiletý Hašek převzal národní tým ve čtvrtek. Bývalý hráč i trenér Sparty už českou reprezentaci vedl v pěti zápasech v roce 2009, kdy byl zároveň svazovým předsedou. Smlouvu podepsal do konce kvalifikace mistrovství světa, tedy do listopadu příštího roku, s opcí na baráž, případně závěrečný tur-

naj. Ve funkci nahradil Jaroslava Šilhavého, jenž navzdory postupu na Euro v Německu v listopadu rezignoval.

Hráči se poprvé s koučem Haškem sejdou v pondělí 18. března v Praze, o čtyři dny později se představí v Oslu. „Do příprav a plánování už jsme se sice ponořili naplno, ale to hlavní začne právě v březnu prvními zápasy. Obě utkání nás prověří. Když se řekne Norsko, tak se každému hned vybaví Erling Haaland či Martin Ödegaard, ale dobrých hráčů je v kádru mnohem víc,“ prohlásil Hašek.

Národní tým se dosud v samostatné historii utkal se Seveřany osmkrát a čtyřikrát je porazil. Podlehl jim pouze v srpnu 2011 v přípravném utkání v Oslu (0:3). Naposledy na sebe mužstva narazila v kvalifikaci o mistrovství světa 2018.



Šedesátiletý Ivan Hašek ČTK

Stejně jako Norsko ani Arménie se na letním evropském šampionátu nepředstaví. „Arménie dokáže být nevyzpytatelná a její herní styl se podobá některým soupeřům, na které můžeme narazit na Euru. Moc se na premiéru těším a věřím, že nás doma podpoří i hodně fanoušků,“ řekl

Hašek, který v posledních letech působil v arabských zemích.

Češi s Arménií doposud odehráli pět zápasů a čtyřikrát ji porazili, navíc pokaždé o tři góly. Jediná porážka (1:2) s postsovětskou republikou přišla v Praze v kvalifikaci o mistrovství světa 2014. Naposledy se soupeři potkali v srpnu 2016 v Mladé Boleslavi, kde Česko tehdy při premiéře pod trenérem Karlem Jarolímem zvítězilo v přípravě 3:0.

Před začátkem Eura odehraje reprezentace ještě další dva přípravné zápasy. Závěrečný turnaj odstartují Češi 18. června v Lipsku proti Portugalsku, pak ve skupině F vyzvou v Hamburku březnového vítěze play-off skupiny C (Gruzii, Lucembursko, Řecko, nebo Kazachstán) a Turecko. ČTK

Poslouží Maracaná třeba i skokanům?

Závody ve skocích na lyžích by se mohly v budoucnu konat třeba na slavném fotbalovém stadionu Maracaná nebo v Dubaji. Po skončení Turné čtyř místků to uvedl šéf skokanských závodů FIS Sandro Pertile. Ten hledá cesty, jak skoky na lyžích udržet životaschopné při současných klimatických změnách. „Přemýšlíme o mobilním zařízení. Mohli bychom ho postavit v Riu na stadionu Maracaná a nabídnout tam show,“ uvedl v rakouském Bischofshofenu, kde se v sobotu Japonci Rjoju Kobajaši radoval ze svého třetího triumfu v Turné.

Tradiční závody v Německu a Rakousku se na přelomu roku odehrávaly na zasněžených místcích, které zářily v zelené krajině. Pertile proto nespojuje skoky jen se zimou. „Můžeme skákat na sněhu, můžeme skákat na umělé hmotě, může to být hybridní model. A tak bychom se mohli dostat do Brazílie nebo Číny, kde žije spousta lidí,“ přemítal.

Příkladem možných změn je minulá sezona Světového poháru, která v listopadu 2022 začala ve Wisle na můstku s ledovou stopou s dopadem na umělou hmotu. ČTK

Porazil demony a zase i soupeře

Golfista Chris Kirk vyhrál úvodní turnaj. Američan zvítězil na Havaji s náskokem jedné rány a na okruhu PGA si připsal šestý titul v kariéře. Kirk zaznamenal druhý triumf za posledních 11 měsíců. Naposledy slavil v únoru v Palm Beach Gardens, kde ukončil osmileté čekání na titul. Mezitím mimo jiné v roce 2019 přerušil kariéru kvůli léčbě alkoholismu. ČTK



PROFIMEDIA

Čaroděj se vrací k fotbalu

Už to vypadalo, že zakončí skvělou kariéru. Nakonec si ji ale ještě prodloužil. A udělal dobře. V pražské Slavii se stal legendou. V bráně čaroval, pomohl sešivaným k prvnímu postupu do ligy mistrů i k titulům v české lize. O pár let dřív zase získal Martin Vaniak ocenění Mistr světa v chytání trestných kopů. Po konci kariéry působil jako trenér brankářů. Kromě Slavie například i v Plzni nebo v Olomouci. Před časem se ale rozhodl s fotbalem skončit úplně a pracoval například na stavbě a při renovaci bytů. Nyní se vrací na trávníky, respektive na ty tréninkové. Druholigová Opava včera oznámila, že se Martin Vaniak stal jejím novým trenérem brankářů. „Je to velká osobnost, takže se těšíme na spolupráci,“ uvedl pro klubový web sportovní manažer SFC Opava Jaroslav Kolínek. MAH

KRÁTCE

Chtějí vyhrát

Volejbalisté Jihostroje České Budějovice budou dnes proti Lüneburgu útočit na první výhru v aktuálním ročníku Ligy mistrů. Tým zatím ve skupině D nezískal ani bod. Německému týmu v listopadu na jeho půdě podlehl 0:3. Hru úřadujících českých vicemistrů by měl znovu dirigovat brazilský nahrávač Eduardo Carísio, jenž se v sobotním extraligovém zápase s Kladnem vrátil po měsíční pauze zaviněné zraněním.

Prodloužil

Obránce či záložník Lukáš Mareček prodloužil s fotbalisty Teplíc smlouvu do června 2026. Třiatřicetiletý hráč působí v severočeském mužstvu od ledna 2020. Odchovanec Zbrojovky odešel v 19 letech do bruselského Anderlechtu, poté hostoval v nizozemském Heerenveenu a v létě 2013 přestoupil do Sparty. V lednu 2018 zamířil zpět do Belgie, konkrétně do Lokerenu. ČTK

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

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990.
T. 734843403

Nemovitosti - poptávka

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

737 352 730