

metro

INZERCE

„Dřevo bylo jasná volba“

Tomáš Izaiáš a Tomáš Kruczek, dva kamarádi už od školky, lidem předávají hřejivost dřeva a přirozenou kresbu letokruhů prostřednictvím nejrůznějších výrobků už od svých 18 let. Jak vznikl jejich vztah ke dřevu a které moderní technologie ve firmě používají? **STRANA 5**

Udrží Sparta svůj náskok?

Necelé dva měsíce zimní pauzy jsou pryč, o víkendu začne jarní část první fotbalové ligy. V roli mírného favorita do ní vstoupí obhájce titulu Sparta, která po podzimních 19 kolech vede tabulku o pět bodů před druhou Slavíí, ale odehrála o zápas více než pražský rival. **STRANA 19**



EVERYDAY
love

LÁSKA KVETE V
METROPOLI ZLIČÍN
WWW.METROPOLE.CZ

METROPOLE
ZLIČÍN



Jede traktor, je to... protest!

V Libereckém kraji po úterní první demonstraci **včera znovu protestovali farmáři**, do Liberce se jich s traktory sjelo **kolem sedmdesáti**. Opakovaně žádají, aby jim český stát ani Evropská unie **nebránily hospodařit a omezily byrokracii**.

Proč potřebujeme smutek?

Nikdo ho nemá rád, přesto patří k životu stejně jako radost nebo vztek. Zatímco radost vyhledáváme a důležitost vzteku přinejmenším nezpochybňujeme, protože nás upozorňuje na nepříjemné věci a v ohrožení nám dodává sílu a odvahu, před smutkem utíkáme, či ho dokonce skrýváme. Zbavovat se ho nebo jej

potlačovat je ale podle „odborníka na truchlení“, vysokoškolského pedagoga a psychoterapeuta Jakuba Formánka, doslova nebezpečné. Platí totiž paradox, že když se smutku nevěnuje potřebná pozornost, zvětšuje se. „Všem lidem říkám: hlavně se svého smutku nezbavujte. Jinak ztěžkne a zůstane s námi.

A pak už ho ani radost neutáhne,“ říká Formánek, který coby kaplan pomáhal řadu let nevléčitelně nemocným dětem i dospělým smířit se se smrtí a jejich blízkým pak zvládnout smutek a bolest ze ztráty. K čemu je smutek dobrý? Proč ho potřebujeme prožít? Čtete v novém vydání týdeníku Téma. **MET**



KRÁTCE

Lyžuje se!

Teplé počasí ovlivňuje také provoz skiareálů. Ovšem dál se lyžuje! Otevřeny jsou sjezdovky v Klínech na Mostecku. Na horách napadlo v noci na včerejšek několik centimetrů sněhu. V západní části Krušných hor jsou otevřeny všechny větší lyžařské areály. Lyžuje se také v Krkonoších i Orlických horách, jsou otevřeny desítky kilometrů sjezdovek. Je tam až 120 čísel sněhu. **ČTK**

„Srdeční“ rekord

„Dodnes jsem vděčný,“ říká muž po 40 letech s darovaným srdcem.

Nizozemec Bert Janssen se stal rekordmanem v délce života s darovaným srdcem a byl zapsán do Guinnessovy knihy rekordů. Transplantaci podstoupil jako osmnáctiletý v nemocnici v roce 1984.

U Jansseny se v dospívání objevily příznaky podobné chřipce. Lékaři mu diagnostikovali kardiomyopatii, která

ovlivňuje schopnost srdce pumpovat krev v těle. Jeho kardiolog v Nizozemsku měl kontakty na nemocnici v Harefieldu na severozápadě Londýna, kde pravidelně operoval průkopník transplantací Magdi Yacoub. „Všechno šlo velmi rychle. Pouhý týden poté, co jsem přijel do Harefieldu, byla po velké dopravní nehodě v Londýně k dispozici dvě srdce. S jedním z nich jsem měl shodu a srdce bylo transplantováno. Dodnes jsem vděčný za ten neuvěřitelný dar,“ řekl Janssen. Díky operaci se Janssen mohl

vrátit k běžnému životu, později se oženil a má dva syny.

První úspěšná transplantace lidského srdce byla provedena roku 1967 v Jihoafrické republice. První takovou operaci v nemocnici v Harefieldu provedl v roce 1980 průkopník transplantací Magdi Yacoub, který o čtyři roky později operoval i Jansseny. První transplantaci srdce v tehdejší Československu provedli lékaři v roce 1984. Podle Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM) loni v ČR dostalo nové srdce 84 pacientů. **ČTK**

INZERCE

Měl jsem břicho jako v 9 měsíci těhotenství! A jsem 52 letým chlapem!

„Moje žena mi dala Weight Manager, protože už se na mě nemohla dívat. Za 1,5 měsíce jsem zhubl skoro 40 kilo!“



Zde po 6 týdnech užívání manželčiny kúry. Jsem o 39 kilo hubenější!



Jiří Novák (52 L) z Radhoště:
„Jako profesionální řidič pracuji 30 let. Znát to na cestách – celý den sedíte na zadku, sníte, co si cestou koupíte. Když jsem nebyl na cestě, seděl jsem u televize s pivem. Po padesátce jsem už měl břicho jako těhotná s dvojčaty! Já jsem tloustnul a moje žena se proměnila v opravdovou kočku. A před tím to tu a tam bylo až moc. Řekla mi, že její kamarádka, která pracuje ve Švédsku, jí poslala Weight Manager. Přírodní přípravek na bázi skandinávských bylin, neuvěřitelně zestihlující. Švédské ženy tomu říkají nechirurgický lifting břicha.“

Také jsem začal brát tento Weight Manager. Bylo to neuvěřitelné! Za prvé – přestal jsem se přejídat. Jedl jsem málo a byl jsem stále sytý. A kila letěla dolů jedno za druhým! Po 6 týdnech jsem vysadil Weight Manager, protože jsem už nechtěl hubnout. **Shodil jsem 39,6 kg!** Od té doby uběhly 4 měsíce, nevrátil se ani 1 kilogram!“

Pro ženy i muže „Zabiják“ břišního tuku




Co je to ten Weight Manager?

Jedná se o švédský přípravek, který vás zbaví i toho největšího pivního břicha!

Co pro vás Weight Manager udělá?

- ▶ zablokuje vaši chuť k jídlu (budete jíst mnohem méně než obvykle a stejně budete syti)
- ▶ zrychlí metabolismus (bude to skutečně turbo spalování!)
- ▶ reguluje metabolismus tak, aby se shozené kilogramy nevracely (a zhubnete 12 až 22 kg za 1 měsíc)

POZOR! Pouze teď obdržíte balení kury za akční cenu ~~1599 Kč~~ **570 Kč**. Ale to není všechno! **Švédský distributor nabízí každé evropské zemi 50 balení přípravku ZDARMA!** Stačí zavolat do **12.02.2024**. Rozhoduje pořadí přihlášek.

Kdo dřív přijde ten dřív... HUBNE!

tel. 234 076 029

(Pondělí-pátek 8:00-20:00, sobota-neděle 09:00-18:00 běžný místní hovor)



Produkt doporučený Švédským Institutem Veřejného Zdraví



Covid a válka. Teď se rozprodává

Pardubický pivovar prodává budovy a pozemky, zájem o ně má investiční společnost za 186,2 milionu korun bez DPH. Výroba piva tam skončila loni v březnu. Pivovar chce také prodat ochranné známky za 42 milionů bez DPH, receptury a movitý majetek za zhruba sedm milionů bez DPH. Pivovar vznikl v roce 1871. V době před pandemií vařil kolem 80 tisíc hektolitrů piva ročně. O jeho zavření rozhodl majoritní vlastník, Pivovary Staropramen. Část produkce majitel přesunul do Ostravaru. Jako důvod ukončení produkce uvedl pandemii a vypuknutí války na Ukrajině. Pivovaru se nedařilo uskutečnit výrobní a obchodní plány. **ČTK**

Blíž k horkým potížím

Nedobré zprávy přinesla meteorologická služba Evropské unie Copernicus. Posledních 12 měsíců v řadě bylo poprvé průměrně o více než 1,5 stupně Celsia tepleji než v době před průmyslovou revolucí. Letošní leden byl navíc s průměrnou teplotou 13,14 stupně nejteplejším v ději-

nách měření a zapsal se tak do stále delší řady rekordně teplých měsíců. Hranice 1,5 stupně je podle vědců přitom zlomová, aby se zabránilo nejhorším důsledkům změny klimatu. Světoví lídři se v roce 2015 na klimatické konferenci v Paříži zavázali ke snaze tuto mez nepřekročit. **ČTK**

Porazí hruška buk i olivovník?

První týden hlasování v soutěži o Evropský strom roku 2024 uběhl a první Evropané již odevzdali své hlasy. Ke včerejšímu ránu jich bylo téměř 44 tisíc. Organizátoři z Nadace Partnerství díky novým pravidlům soutěže dvakrát obtajni průběžně pořadí. První je tu. Zatím vede francouzský Buk z Bayeux, následovaný polským bukem Srdce zahrady a Tisíciletým olivovníkem z italského Luras. Česká hruška je prozatím čtvrtá. O vítězích mohou zájemci rozhodovat do 20. února, a to na webu Evropskystromroku.cz. **MET**



Buk z Bayeux FRANCOIS TRINEL



Polský buk BOŽKA PIOTROWSKA



Italský olivovník VALERIO ATZORI



Hruška v Mrákotíně TOM KALOUS

INZERCE

Pá-Ne

super prodloužený víkend

OD 9. 2. DO 11. 2.

AKCE!

MEGGLE Smetana ke šlehání
trvanlivá tuk 30 %
250 ml
(=100 ml 10,76)

26,90

AKCE!

LARU Vepřové sádlo
250 g
(=100 g 7,16)

17,90

AKCE!

EXCELSIOR Přírodní minerální voda
1,5 l PET láhev
(=1 l 9,27)

13,90

AKCE!

Čokoládové tyčinky
různé druhy
50 g/51 g

13,90

AKCE!

Bezvaječně těstoviny
z měkké pšenice
různé druhy
500 g
(=1 kg 31,80)

15,90

AKCE!

EXCELENT 11 Pivo
světlý ležák
0,5 l plech
(=1 l 35,80)

17,90

POKROUCENÉ

Letošní soutěžní stromy jsou výjimečné nejen větrem, ale druhovou rozmanitostí. „To ukazuje Evropu v tom nejlepším světle s jejím regionálním bohatstvím, místními podnebnými rozdíly a rozmanitými ekosystémy,“ říká koordinátorka soutěže Kateřina Bolečková z Nadace Partnerství.

- Buk z Bayeux je vzácná francouzská přírodní památka, která se proslavila podobně jako věhlasná tapiserie z Bayeux v Normandii. Má rozložitou korunu a mohutné pokroucené větve.
- České želízko je hruška v poli v Mrákotíně, vítěz národního kola v soutěži o nejhezčí stromy. Její neobvyklý tvar odráží silný vítr vanoucí nejčastěji ze západu.

PALIVA ZDRAŽUJÍ

38

Paliva v Česku v uplynulém týdnu opět zdražila o desítky haléřů. Cena nejprodávanejšího benzínu Natural 95 vzrostla v průměru o 38 haléřů, na 37,15 koruny za litr, a cena nafty o 41 haléřů – na 37,17 koruny. Vyplyvá to z údajů společnosti CCS, která ceny sleduje. Ceny pohonných hmot jsou tak nyní nejvyšší od začátku loňského prosince. V příštích dnech bude podle analytiků zdražování ještě pokračovat, v delším časovém horizontu by se však mohlo zastavit. **ČTK**

Běžná otevírací doba: pondělí – neděle: 7.00 – 22.00 hodin

Mladá Boleslav, Písek: 6.00 – 22.00 hodin, Pardubice: 6.00 – 21.00 hodin

Akceptujeme tyto platební prostředky:



AKCE! = zboží nabízené v našem letáku za výhodnou cenu opakovaně nebo mimořádně do vyprodání zásob. Prodej jen v množství obvyklém pro domácnost. Všechna foto jsou pouze ilustrační. Nabídka zboží se může lišit dle velikosti prodejny. Za tiskové chyby neručíme. Kompletní nabídka také na www.kaufland.cz

* KC – měrná cena platná s Kaufland Card, A – měrná cena platná pro akci.



Moje první volba

Proč e-Finance, a. s.?

**ZAJIŠTĚNÉ E-FINANCE
DLUHOPISY**

8,5 %

**ROČNÍ
VÝNOS**

Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Skupina e-Finance disponuje zajímavým portfoliem dluhopisů:

- Jednoleté zajištěné dluhopisy areálem zámku Račice s výnosem **8,5 %** ročně
- Dvouleté dluhopisy s výnosem **8 %** v prvním roce a **7 %** ve druhém roce
- Tříleté dluhopisy s výnosem **9 %** v prvním roce, **8 %** ve druhém roce a **5 %** ve třetím roce
- Čtyřleté protiinflační dluhopisy s výnosem roční míra inflace **+1 %**

Investice e-Finance jsou vidět! Tím, že společnost e-Finance investuje finanční prostředky svých investorů do investičních nemovitostí, které následně má ve své správě, tak investoři mohou tyto „investiční projekty“ sami navštívit.

ČNB schvaluje prospekt dluhopisů z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na www.e-finance.eu/dluhopisy-informace.



Zámek Račice



EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar

Jedná se např. o tyto projekty:

- ▶ **EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar**
- ▶ **eFi Palace Hotel*****
- ▶ **Zámek Račice v Račicích-Pístovicích**
- ▶ **EFI Residence Holzova 28**
- ▶ **EFI ApartHotel Horní Lipová v Jeseníkách.**

Další projekty e-Finance najdete přímo na webu e-Finance v záložce **PORTFOLIO INVESTIC**.

DOPORUČUJEME, aby si potenciální investoři přečetli základní prospekt spolu s jeho konečnými podmínkami, nežli učiní investiční rozhodnutí, aby tak plně pochopili potenciální rizika a výnosy spojené s rozhodnutím investovat do cenných papírů.

Dluhopisy e-Finance můžete objednávat přes internet, emailem, telefonicky, osobně.

 www.e-finance.eu

 info@e-finance.eu

 +420 515 555 555

 Bratislavská 52, Brno

EFI

Zámek Račice
RAČICE - PÍSTOVICE

CELOROČNÍ PROHLÍDKY, WELLNESS I UBYTOVÁNÍ NA ZÁMKU RAČICE

Zveme Vás na

Zámek Račice

Račice - Pístovice na Vyškovsku
30 km od Brna

Prohlídkové okruhy v provozu celoročně.



- 📍 Pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova
- 🛏 Ubytování ve stylových apartmánech
- 🪑 Příjemné posezení v EFI Hostinci Konírna
- 🍷 Společenský sál Konírna pro rodinné i firemní akce
- 🍺 Výborná řemeslná piva z EFI Pivovaru
- 👰 Unikátní prostředí pro svatby a společenské akce
- ♨ V Podzámčí venkovní vyhříváný bazén s terasami
- 🧖 Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou


e-Finance
EFI Zámek Račice
člen
e-Finance Group

Račice 1. Račice - Pístovice
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz
www.zamekracice.cz

„Začátky byly těžké, ale krásné“

Tomáš Izaiáš a Tomáš Kruczek, dva kamarádi už od školky, začali svou podnikatelskou cestu v malém stánku na řemeslných trzích u Ostravy ještě za studií. Tehdy osmnáctiletí kluci lidem předávali hřejivost dřeva a přirozenou kresbu letokruhů prostřednictvím nejrůznějších výrobků. Netrvalo dlouho a vůně poctivého dřeva začala putovat ze skromné garáže v podhůří Beskyd do českých domácností skrze e-shop ČistéDřevo.cz. Jak vznikl jejich vztah ke dřevu a které moderní technologie ve firmě používají? Pro deník Metro odpovídá Tomáš Izaiáš.

Napadlo by vás v dětství, že spolu budete jednou podnikat?

Určitě ne, ani si nemyslím, že by tohle celé šlo napláňovat. Ale je to hezký příběh, prošli jsme si spolu dětstvím, školou i sportem, takže jsme tomu jen nasadili korunu s podnikáním. Tahle kombinace nám umožnila poznat se v různých situacích, zažili jsme výhry i prohry, problémy i radosti a po těch letech dokážeme odhadnout reakci a postoj druhého. Někdo by z toho měl obavy, nám to naštěstí funguje.

Proč dřevo?

Chtěli jsme nastartovat projekt, který na českém trhu chyběl a rozhodně by chybět neměl. Spojit ho s voňavým materiálem neomezených možností, který navíc lidé milují po celá staletí, byla prostě jasná volba.



Tomáš Kruczek (vlevo) a Tomáš Izaiáš

ARCHIV

Co bylo impulzem pro spuštění e-shopu?

Všechno vzniklo v roce 2013, kdy jsme začali s jednoduchou výrobou a s navazováním kontaktů. Naše nabídka produktů, se kterou jsme jezdili po řemeslných trzích, se rozšiřovala také o výrobky našich přátel a spřátelených dílen. Postupem času jsme jezdili na různé akce, ale veškerý sortiment jsme samozřejmě vzít nemohli. Zákon schválnosti fungoval dokonale, většinou lidé chtěli to, co jsme zrovna nedovezli. K založení e-shopu nás tedy navedli sami zákazníci.

Jaké byly začátky?

Těžké, ale krásné. Neměli jsme kapitál ani potřebné

znalosti a rozhodli jsme se ze dne na den vyměnit studium na vysoké škole za studium světa on-line podnikání. Nedělali jsme to primárně pro peníze, motivací nám byly a jsou všechny ty dílčí úspěchy, které neustále posouvají celou firmu vpřed.

Jak jste na tom při výrobě s udržitelností?

Myslíme si, že každý by v tomto směru měl začít nejprve u sebe. Ohleduplnost a udržitelnost patří mezi naše hlavní pilíře. Proto jsme se například rozhodli omezit plýtvání v naší dílně a skladu na minimum a vytvořili na e-shopu sekci výrobků, kterým dáváme druhou šanci. Produkty, které v kategorii II. jakosti na-

DŘEVO

E-shopů se dřevěným zbožím je na trhu celá řada.

- Obchod darkyzedreva.cz se zaměřuje na malosériovou truhlářskou výrobu.
- Už z názvu e-shopu je jasné, co nabízí obchod drevene-hracky.cz.
- Doplnky podporující ekologii a udržitelnost prodává bewooden.cz.
- E-shop drevaci.cz má v sortimentu zboží do domácnosti nebo dekorace.
- Dřevěné i proutěné zboží mají také u drevobox.cz.

Jak těžké je podnikat v Moravskoslezském kraji? Dáváte práci i místním lidem?

Práci dáváme hlavně místním lidem a fluktuace našich zaměstnanců je opravdu minimální. I přesto však platí, že každá mince má dvě strany. Abychom udrželi krok a mohli konkurovat těm nejlepším e-shopům, jsou samozřejmě potřeba specialisté na různá témata – a tady někdy narážíme na problém, protože na Karvinsku jich zase tolik není. Přesto však věřím, že někteří třeba zůstávají i díky firmám, jako jsme my.

O jaké výrobky je u vás největší zájem?

Naše bestsellery jsou často sezonní záležitosti, takže na jaře jsou naše aktivity jiné než na podzim nebo před Vánoci. Zákazníci si rádi ladí dřevěné výrobky ke stylu a barvám domácnosti, takže budeme nabídku určitě dále rozšiřovat o exotické a méně běžné dřeviny.

Pracujete také s chráněnou dílnou, s čím vám lidé se zdravotním znevýhodněním pomáhají?

Loni pod naší záštitou vznikla v Šenově u Ostravy chráněná dílna Dřevěný anděl, kde lidé se zdravotním handicapem balí, kompletují a dokončují výrobky ze dřeva. Věříme, že spojení lidských rukou, voňavého materiálu a pomoci potřebným má smysl. Pomáhají nám také vidět věci jinak, s nadhledem a někdy trochu zpomalit v dnešní uspěchané době. **PAVEL URBAN**

INZERCE

VRAŽDY DOVOLENOU NEMAJÍ

POLICIE HVAR

KAŽDOU NEDĚLI 20.20

nova

FRAJER

Režisérka a herečka v jednom? Superžena!



E. Toullová má za sebou náročný natáčení. 4x ELEN YERMACHENKO



Romantický snímek o třicátníci hledající samu sebe vstupuje do kin 29. února. Na fotografii je Toullová s kolegou Matoušem Rumlem.



Matouš Ruml a Eva Toullová jako zamilovaný filmový pár

Na konci února vstupuje do kin česká komedie Superžena. Má jít o romantický celovečerní snímek z prostředí dnešních třicátníků. Hlavní protagonistka – jako svobodná bezdětná třicátnice – nenaplnuje očekávání okolí, když netouží po závrtné kariéře ani založení rodiny. Bojuje s každodenními tlaky tak dlouho, dokud nátlak nepodlehne a nerozhodne se být perfektní superženou ve všech ohledech tak, jak to společnost vyžaduje.

Hrdinku ztvárňuje Eva Toullová, která je nejen hlavní herečkou, ale také režisérkou celého snímku. „Superžena je pro mě osobní film a myslím, že podobnost s hlavní hrdinkou je tak osmdesát procent,“ říká pro deník Metro Toullová.

Co vás k vaší řečnické „dvoj-profesi“ přivedlo?

K režii určitě studium – na FAMU jsem vystudovala hranou režii u Věry Chytilové. Od té doby se věnuji režii v podstatě neustále.

Pokud by vás čtenáři náhodou neznali, odkud mohou znát vaši práci?

Poslední hraný film v kinech a následně i na televizních obrazovkách, který ode mě mohli diváci vidět, se jmenuje Casting na lásku. Za tři týdny, tedy 29. února, vydávám svůj čtvrtý hraný film Superžena. Mimo hranou tvorbu jsem natočila do kina i dva celovečerní dokumenty – Camino na kolečkách, který byl točený ve Španělsku, a Černo byl na kolečkách. V případě tohoto snímku jsme se oprav-

du se štábem vydali na sever Ukrajiny. Mimo filmy točím i videoklipy, reklamy, věnuji se malbě a ilustraci knih a několik knižních titulů jsem i vydala. Aktuálně mi bude pod nakladatelstvím Montanex vycházet pátá kniha Zpověď kudrnaté režisérky.

Jak jste zmínila, do kin se chystá váš film Superžena. O čem pojednává?

Vypráví o hrdince, která oslaví třicátiny a na svém okolí pocítí, že je to věk, kdy by měla dospět. Místo toho má ale zkrat a všechno, co doposud vybuodovala, bojí. Ruší svatbu se svým snoubencem, odchází z práce a uzavírá se do svého vlastního dětského světa, ve kterém odmítá vyrůst. Teprve ve chvíli, kdy začne připravovat svatbu její mladší sestra, začíná litovat všeho, čeho se vzdala. Celkově se dá říct, že jde o romantický film o tom, že každý dospíváme vlastním tempem sami v sobě a nemáme podléhat tlakům okolí.

Čerpala jste při psaní scénáře z vlastních zkušeností a pocitů?

Určitě. Byl to také důvod, proč jsem si ve filmu zahrála. Pocházím z maloměsta, kde má každý z mých mladších bratránků rodinu, a prakticky každá má návštěva rodiny se točila kolem toho, kdy se vdám a budu mít děti.

Nakolik je vám hlavní hrdinka Maja, kterou hrajete, podobná? Co máte společného?

Jsem podobně dětská. Trochu nepraktická do života.

Čím víc mi cokoli nutíte, tím pravděpodobněji je, že udělám pravý opak. Akorát jsem díky postavě Maji mohla jít víc do extrému a udělat ve filmu rozhodnutí, kterých bych se v reálném životě asi bála.

Na jaké obsazení se mohou diváci těšit?

Volila jsem částečně herce, se kterými jsme už natáčela. Jako například Jitku Sedláčkovou nebo Igora Bareše. Jednu ze zásadních hlavních rolí hraje Matouš Ruml. Dále se můžete těšit na Natálku Grossovou jako moji sestru nebo Olgu Lounovou, která nám do filmu věnovala i píseň. Do menších komických rolí jsme sáhli i do nabídky stand-up tvůrců Na Stojáka pro Adélu Elbel, Karla Hynka, Jiřího Jakimu nebo Daniela Čecha.

Na kterých lokacích probíhalo natáčení?

Natáčeli jsme téměř ve všech částech naší republiky, hlavně v Praze, Červeném Kostelci, na Dolní Moravě, ve Štamberku, dokonce jsme točili i osm metrů pod vodou v potápěčské jámě v čestlickém akvaparku, ve všech různých ročních obdobích, protože jsme potřebovali natočit jak letní, tak zimní záběry.

V čem je film unikátní?

Jde o velmi osobní snímek, proto jsem si v něm tentokrát i zahrála. Myslím, že osloví především současné mladé ženy, které jsou zahlepné otázkami ohledně mateřství, věku, vztahu a budoucnosti. Zároveň máme zajímavě propracovaný vnitřní svět

hlavní hrdinky v podobě podvodních scén natáčených skutečně pod vodou.

Je vám lépe za kamerou, nebo před ní?

Za kamerou jsem si mnohem jistější a je mi příjemnější. Hraní je pro mě takovým velkým krokem nebo spíš skokem z komfortní zóny. Měla jsem ale hluboký pocit, že tentokrát si napsanou postavu potřebuji i zahrát v rámci vnitřního propojení.

Co dalšího v současné době připravujete?

Po Superženě se vrhám na dokončení svého dalšího hraného filmu – Láska na zakázku, který bude mít premiéru 6. června. Film už je natočený i sestříhaný. Pojednává o hrdince, kterým se hned na začátku filmu splní všechna pracovní přání a nastupují do vysněných povolání. Záhy však zjistí, že práce není vůbec taková, jakou si ji vysnili, a musejí se začít přeorovnávat své životní priority.

Kdo si ve snímku zahrál?

Z obsazení se diváci mohou těšit například na Martina Krause, Valerii Zawadskou, Jiřího Krampolu, Igora Bareše, Uršulu Klukovou, Václava Vydru, Evu Hruškovou, Petra Jančaříka a další známá jména. Mimo to natáčím dokument o českém folkloru a připravuji se na zrod své již zmiňované knihy, která mi vychází společně s premiérou Superženy.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz



Natáčení podvodních scén nebývá snadné.

TRABLE NA PLACE

Asi nejzávažnější z řady problémů, které filmářům zavařily, byla dopravní nehoda herečky Pavly Tomicové. Tvůrci museli filmovou matku hlavní hrdinky ze dne na den přebsoadit.

- Štěstí i neštěstí měla i Eva Toullová, které hned v prvních natáčecích obrazech spadla rozsvícená lampička do vany, v níž se koupala. Tu však stihla režisérka v poslední chvíli zachytit. Své síly ale přecenila při natáčení pádu na lyžích na Dolní Moravě. Rozhodnutí nevyužít kasokadéra se ukázalo jako nešťastné. **JAR**

ZOOALBUM Supí hostina v Troji



Počet supů hnědých ve velké seznamovací a chovné voliére Zoo Praha vzrostl tento týden ze šesti na osm, a to díky příchodu dvou ptáků z Belgie a Německa. Nejlépe je lze sledovat odpoledne, poté co dostanou krmení. Chov tohoto největšího evropského

dravce, jehož rozpětí křídel může přesáhnout tři metry, se v Zoo Praha datuje od roku 1933. Až v poslední době má však také ochranné cíle; jedno mládě již odešlo do Bulharska, kde byl tento druh v minulosti vyhuben a kam se nyní vrací.

TEXT A FOTO



MIROSLAV
BOBEK
Zoo Praha

KRÁTCE

Více turistů

V pražských hotelech a penzionech se loni ubytovalo 7,438 milionu turistů, meziročně to bylo o 24 procent více. Stále je to ale méně než v předcoronavirovém roce 2019, kdy se v metropoli ubytovalo přes osm milionů turistů. V celé České republice se loni ubytovalo přibližně 22 milionů turistů, meziročně o 13,5 procenta více. Počet hostů mírně, o 0,2 procenta, překonal předcoronavirový rok.

Dotace

Muzeum paměti XX. století dostane pro letošní rok od magistrátu dotaci 21,51 milionu korun. Peníze využije na své fungování, ale také na pořádání výstav, diskusí a konferencí nebo vydávání knih. Do budoucna by mělo muzeum získávat peníze také od dalších donátorů, nejen od magistrátu. **ČTK**

INZERCE

ZÍSKEJTE NÍZKÉ CENY ENERGIÍ NA CELÝ ROK

Zajistěte si jednu z nejvýhodnějších cen energií v ČR.

Garantujeme vám nízké ceny na 1 rok a navíc **bonus 2 500 Kč** při sjednání online.

Zjistěte, kolik ušetříte, na www.ppas.cz nebo na **267 175 333**.



**PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ**



Omezení na Barrandovském mostě, Libeňáku i Strakonické

Od příští soboty se navrátí provoz na část Libeňského soumostí, a to ve směru od Holešovic. Opravě Barrandáku se pak musejí opět přizpůsobit jak motoristě, tak cyklistě.



Demolice Libeňáku se blíží. Na sociálních sítích budi vášně. MET



Během jarních měsíců bude zahájena demolice Libeňského soumostí. Konstrukční systém mostu není funkční. 2x TSK



Na Barrandáku započnou i odvrtý vozovkového souvrství.

Stejně jako v předchozích letech touhle dobu i nyní zahajuje Technická správa komunikací (TSK) přípravné práce, které jsou nezbytné pro další část rekonstrukce Barrandovského mostu.

„Musí se v předstihu připravit speciální konstrukce pod severním chodníkem, přejezd pro převedení jednoho jízdního pruhu do protisměru a důležitá překládka telekomunikačních kabelů,“ shrnuje pro deník Metro mluvčí TSK Barbora Lišková.

Jak jsme již čtenáře před časem informovali, první přípravné práce začaly na frekventované dopravní tepně v lednu, a to výměnou ložisek severního mostu. Stále probíhá i omezení dopravy na Stra-

konické. „O tomto víkendu dojde na modřanské straně Barrandovského mostu k redukci jízdních pruhů a použije se přejezdové prahy. Během dvou nocí z 9. na 10. února a z 10. na 11. února budou na příjezdu na Barrandovský most z Jižní spojky uzavřené dva levé jízdní pruhu a doprava bude vedena po zpevněné krajnici,“ popisuje Lišková a dodává, že na nájezdové větvi z Modřanské ulice na Barrandovský most bude uzavřený levý jízdní pruh.

„Doprava bude tedy vedena v pravém jízdním pruhu. V sobotu pak bude doprava na příjezdu na Barrandovský most z Jižní spojky vedena ve dvou provizorních jíz-

ních pruzích. Na nájezdové větvi z Modřanské ulice na Barrandovský most uzavřou pravý jízdní pruh a doprava bude vedena v levém jízdním pruhu. Doprava bude v místě mostního závěru vedena po přejezdových prazích,“ doplňuje pro Metro Lišková.

Cyklisté musejí jinudy

Další důležitou fází příprav je vybudování speciální konstrukce pod severním chodníkem Barrandovského mostu. Ta je nezbytná při bourání a výstavbě nové římsy severní poloviny severního mostu.

„Stejně jako u první etapy na jižní polovině jižního mostu, i zde v severní části musí stavební firma nejprve odbourat původní římsu, na jejím místě vybudovat provizorní lávku a připravit vše na betonáž nové finální římsy. Jelikož je prostor římsy využíván jako chodník a cyklotrasa A12, musí se tato komunikace zcela uzavřít, a to včetně chodníků na ně navazujících,“ krčí rameny Lišková.

Tramvaje na Libeňský most

Od příští soboty se budou dít věci i dále po proudu Vltavy. Navrátí se totiž provoz na část Libeňského soumostí, a to ve směru od Holešovic. Do úrovně zastávek Libeňský most pojedou linky 1 a 27, na které budou nasazeny

obousměrné tramvaje. Ty zde pro obrát zpět do centra využijí nově nainstalovanou povrchovou výhybku.

Zbytek asi 250 metrů dlouhého úseku k Palmovce bude možné překonat pěšky nebo náhradní autobusovou dopravou. Toto provizorium potrvá až do příštího roku. Tehdy má začít demolice mostu a následná stavba velmi věrné kopie na stávajících pilířích.

Rozkopaná „Koněvka“

Významné dopravní omezení provází i rekonstrukci Hartigovy ulice. Výměna vodovodního řádu a obnova vozovky má zasahovat do životů místních obyvatel až do května. Bývalou Koněvovu ulici, která byla v říjnu loňského roku přejmenována na Hartigovu, čeká nejprve rekonstrukce zmiňovaného vodovodu v úseku mezi Černínovou a ulicí Zelenky-Hajského. Práce spočívají v přemístění potrubí z chodníku do vozovky, včetně přípojek u objektů. Následně se uskuteční kompletní rekonstrukce vozovky a chodníků a má dojít i na úpravu odvodnění a došadu stromů.

Od tohoto týdne je také v ulici zaveden pouze jednosměrný provoz – od Ohrady k ulici Černínova. V části ulice Jeseniova, od ulice Rokycanova po ulici Českobratr-

skou, je zakázán vjezd kromě vozidel městské hromadné dopravy a dopravní obsluhy.

Přechod přes Strakonickou

Po téměř půl století má zaniknout také přechod pro chodce na kraji Prahy, který trochu nepochopitelně protíná čtyřproutou komunikaci. Jak začátkem měsíce informovala Mladá fronta DNES, přestavba už nenápadně začala, a to úpravou okolního terénu. Nové řešení vybírala Praha v architektonické soutěži. Architekt navrhl 45 metrů dlouhý, tři metry vysoký a široký betonový tubus, který bude mít uprostřed světlík. Ten bude vyveden dva metry nad úroveň vozovky a přinese doprostřed podchodu denní světlo. Navíc bude z vnitřní strany opatřen žlutým reflexním nátěrem.

Už loni v březnu získala Praha na podchod stavební povolení. „Odvolali se místní, kteří chtěli práce spojit s výstavbou vodovodu, a především dešťové kanalizace,“ popisuje Scheinherr. Hotovo má být na konci roku. Připravuje se i projekt na přestavbu křižovatky čtyřprouté silnice na Příbram s místní ulicí, která leží blízko centru Zbraslavi.

FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

**PRÁVĚ
VYCHÁZÍ**

**Postavy,
které hrají,
si kradu
v reálném
životě**

TÝDENÍK
každý pátek ZDARMA

5 PLUS 2

KDY pondělí 12. 2., úterý 13. 2. 2024 od 10 do 17 h.

KDE Národní dům na Vinohradech,
(bývalý dům železničářů - 1. mezipatro), Náměstí Míru 820/9,
P-2 Vinohrady, metro stanice A



**VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ
a obrazů 17. až 20. stol.**

ZLATO:

zubní zlato i (nečištěné)
šperky mince a zlomkové



až 1500 Kč
za gr

STŘÍBRO:

přibory, tabatěrky
a technické stříbro



HODINKY:

náramkové, kapesní
až do roku 1990



ŠPERKY:

granátové
a brilantové šperky



firma H&Š tel.: 776 150 222, 603 505 686

Pražákům je v Praze hej. Práci si hledá méně lidí než jinde

Zlatá pražská bublina. Pečení holubi tu létají do úst, z veřejných kašen tryská pivo a bublá v nich sekt.

Nejnovejší čísla Úřadu práce České republiky pro hlavní město se dají číst dvěma způsoby. Ten optimistický je, že v žebříčku nezaměstnanosti je na tom Praha ze všech českých okresů nejlépe hned po Mladé Boleslavi (viz box).

Je to jiný svět, říkají úředníci
Určité znepokojení mohou ale vyvolat data, která porovnávají statistici s předcházejícími obdobími. Například v porovnání s prosincem 2023 se v lednu na „pracáku“ v metropoli zaregistrovalo o téměř šest set lidí bez za-

městnání víc. Ale v porovnání s lednem před rokem je to o téměř dvě stovky méně uchazečů o práci.

„Co se týká trhu práce, Praha se jako středoevropská metropole naprosto vymyká poměrům v dalších krajích, je to zcela jiný svět. V hlavním městě máme dlouhodobě výrazně více volných pracovních míst, která nabízejí zaměstnavatelé, než uchazečů o zaměstnání,“ vysvětluje Vítězslav Kaliba, ředitel Krajské pobočky Úřadu práce ČR pro hl. m. Prahu. Praha je specifická tím, že nabízí méně příležitostí ve výrobě, ale o to víc jich je ve službách.

Málo výroby, hodně služeb
Neznamená to však, že tu nejsou skupiny obyvatel, které se bez asistence úřadů práce neobejdou. „Je nutné podpořit a třeba i zvýšit kvalifikaci u handicapovaných nebo starších pracovníků,“ doplňuje

NEJVÍCE A NEJMÉNĚ

28

Tolik tisíc lidí bez práce evidovala krajská pobočka Úřadu práce v hlavním městě ke konci ledna 2024. Nejvyšší míru nezaměstnanosti evidovaly úřadovny práce v Moravskoslezském kraji na Karvinsku, a to více než 8 procent. Nejnižší podíl nezaměstnaných, 0,2 procenta, má Mladoboleslavsko.

NA DOHLED

Počet lidí bez práce se po dlouhé době blíží ke 300 tisícům.

- V lednu 2024 bylo v Česku bez práce 295 546 osob.
- Počet volných pracovních míst v celé zemi byl 266 783 a podíl nezaměstnaných osob vzrostl na čtyři procenta.
- Počet nezaměstnaných žen byl nadpoloviční, a to 52 procent. **ÚPČR**

Lidi bez práce v celém Česku přibývá

Klesající tržby maloobchodu, víc nákupů v akcích a vyliďněné restaurace. To je odraz ekonomické situace na začátku roku. Projevuje se to i v růstu nezaměstnanosti. Stoupá napříč všemi okresy, čísla okresních úřadů práce to ukazují jasně.

Největší meziměsíční rozdíly mezi prosincem a lednem jsou v jižních Čechách, a ne v severních Čechách nebo na severní Moravě. Devatenáctiprocentní skok uchazečů o práci zaznamenali na Jindřichohradecku. Mezi osmi okresy na špičce tabulek růstu nezaměstnanosti je z těch jihočeských ještě Písek (16,3), Strakonice (16,3) a Český Krumlov (12,9). Sousední Západočeský kraj má v této osmičce dva okresy, Klatovy (12,9) a Tachov (12,4). Doplnuje je Znojmo s 12,1 a Jeseník s 15,1 procenta. **PAVEL HRABICA**

Kaliba. Přesto čísla dokládají, že lidem hledajícím uplatnění se nabízí násobně víc volných míst než v jiných regionech Česka. V lednu hledali soukromí zaměstnavatelé i stát lidi pro bezmála 78 tisíc pracovních pozic. Na jedno

pracovní místo tak připadalo 0,4 uchazeče. V prosinci 2023 a v lednu 2024 si nové zaměstnání našlo asi 4500 lidí, z toho dvě třetiny přes úřady práce. Podporu v nezaměstnanosti pobíralo v lednu více než osm tisíc lidí.

INZERCE



2x PENTA REAL ESTATE

Na památku generála Kutlvašra

V nově vznikající čtvrti v areálu bývalého Nuselského pivovaru v Praze (vizualizace vlevo) má vzniknout pomník generála Karla Kutlvašra, legendárního důstojníka Československých legií v Rusku, později velitele Pražského povstání. Kutlvašr se po únoru 1948 stal obětí komunistického režimu a byl vězněn až do amnestie v roce 1960. Na sklonku svého života pracoval právě v Nuselském pivovaru jako hlídač a noční vrátný. Pomník, jehož podobu určí v umělecké soutěži, má za cíl důstojně připomenout odkaz tohoto vojáka, především tématu hrdinství a lidství. Soutěž bude dvoufázová – zájemci o účast musí podat své koncepty pomníku do 18. dubna 2024. Následně porota vybere až sedm konceptů, které autoři rozpracují ve druhé fázi do podrobnějšího návrhu. Finální podobu pomníku bychom měli znát v červnu 2024, kdy porotci vyberou vítěze soutěže. Realizace díla se předpokládá v prvním čtvrtletí roku 2025. **MET**

MÓDA PROSTĚJOV

VŠE MUSÍ PRYČ
KABÁTY od **599,- Kč**

KUPON
-500,- Kč na OBLEK

Při nákupu obleku a odevzdání tohoto kuponu Vám odečteme 500,- Kč z jeho aktuální ceny.

Platnost kuponu do 29. 2. 2024. Kupony nelze sčítat.

Přijďte využít naprosto super možnost. Těšíme se na Vás. Nabízíme všechny velikosti dámských i pánských kabátů, obleků, kalhot, košil, atd. !!!

www.modaprostejov.cz

KDE? PRAHA, Vinohradská 123

5 minut chůze od zastávky metra "FLÓRA" směrem k centru, zastávka tramvaje "Radhoštská", vedle Všeobecné zdravotní pojišťovny, naproti restaurace Apetit. Parkování doporučujeme v PALÁCI FLÓRA.

KLADNO, Tyršova 1396 - 50m od Sokolovny

99 Zasloužím si to nejlepší, a to bez kompromisů⁶⁶



Značka

Balea
sprchový gel
med a mléko
300 ml

19⁹⁰ Kč

6,63 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 05.08.2022 19,90 Kč

01.02.2022 21,90 Kč



Značka

Balea
intenzivní
balzám na rty
4,8 g

19⁹⁰ Kč

20,73 Kč za 5 g

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 09.03.2023 19,90 Kč



Značka

Balea
tělový krém
s bambuckým máslem
500 ml

54⁹⁰ Kč

10,98 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 27.09.2023 54,90 Kč

Chrání pleť před sluncem
a chladem. Vhodný v době
pobytu na horách.



Nivea Sun
Alpin
pleťový krém
na opalování OF 50
50 ml

229 Kč

45,80 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 25.10.2023 229 Kč

Značka

Mivolis
kineziologický tejp
zdravotnický prostředek
1 ks

119 Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 24.10.2023 119 Kč



Značka



Značka

Jessa
slipové vložky flexibilní
55 ks

34⁹⁰ Kč

0,63 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 26.01.2022 34,90 Kč

24.06.2021 44,90 Kč

Moje dm-app

dm.cz

Vysoce kvalitní produkty
vždy za výhodné ceny



Značka 

visiomax
kombinovaný roztok
na kontaktní čočky
+ pouzdro
zdravotnický prostředek
360 ml

149 Kč

41,39 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 24.10.2023 149 Kč



Značka 

Dontodent
Soft Protection
zubní kartáček
super měkký
1 ks

29⁹⁰ Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 11.04.2019 29,90 Kč

**VŽDY
VÝHODNĚ®**



Značka 

Dontodent
zubní pasta
s výtažky bylin
125 ml

24⁹⁰ Kč

19,92 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 29.09.2023 24,90 Kč



Značka 

Soft&Sicher
4vrstvé papírové
kapesníky
30 x 10 ks

74⁹⁰ Kč

0,25 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.06.2023 74,90 Kč

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Topit, svítit a nezbláznit se z toho kvůli účtům

Každé stavební období má své hlavní znaky. Gotika lomený oblouk, renesance důraz na pozemský život. To současné je charakterizováno úsporami na provozu obydlí.

Snem i toho hodně bohatého člověka je, aby se v domě svítilo, z topení na stěnách nebo z podlahy sálalo v zimě teplo a z kohoutku tekla teplá voda. To vše za málo peněz, nebo ještě lépe za nulové náklady. Bydlet levně chce každý.

Zatímco slova jako nízkoenergetická stavba, pasivní či soběstačný dům byly ještě před třiceti lety v úvahách o daleké budoucnosti, pro současnost je to stejně běžný obrat jako mobilní telefon.

Momentálně je už nabídka možností, jak uspořit za provoz v bytě nebo v rodinném domě, ale i ve veřejné budově či výrobní hale stejně nepřeborná a bohatá, jako je výběr praček nebo zmiňovaných mobilních telefonů. Navíc na trend zeleného a úsporného bydlení velice rychle zareagovaly například banky.

Chceš bydlet levněji? Dáme ti menší úroky

Většina bank v Česku, které provozovaly a stále ještě provozují jako dceřiné společnosti stavební spořitelny, s útlumem státního příspěvku na stavební spoření, upravila činnost. „Stavební“ poradci se zaměřují jak na problematiku úvěrů na bydlení, tak i výhodných úvěrů na úsporné bydlení a poradenství v oblasti dotací nejen ve známém programu Zelená nebo Nová



Nízkoenergetické nebo soběstačné domy si nemusíte představovat jako futuristická sídla. Mohou klidně vypadat jako běžná stavba.



Základem nízkoenergetických staveb jsou materiály a jiná struktura vyzdívání, kombinace výplní a termoizolace. 2x MAFRA

zelená úsporám. „K financování úsporného bydlení či rekonstrukcí, které má vést k nižší energetické náročnosti domů, budeme poskytovat na poradenských místech také poradenství pro získání dotace na konkrétní projekty,“ říká Martin Vašek, ředitel ČSOB Stavební spořitelny.

Přibývají poradenská centra

Buřinka České spořitelny nabízí přehledný návod včetně kalkulačky k vypočtení úspory na provoz bytu či domu. Klient si může zkalkulovat, na kolik ho vyjde energeticky úsporná varianta bydlení a jak se to pak promítne třeba do splátek hypotéky.

TRENDY

Nové budovy se musejí od roku 2022 stavět jen v energetické kategorii A nebo B.

- Třivrstvé okno je znakem úsporného bydlení. Okna mohou odvádět z obydlí až třicet procent tepla.
- Ale i moderní izolované vstupní dveře do domu nebo bytu mohou ušetřit až 40 procent tepla.
- Od července 2024 by měla platit novela energetického zákona, která umožní vznik energetických komunit. **PH**

TEPELNÁ NULA

15

Maximálně tolik kWh tepelné energie na metr čtvereční vytápěné plochy spotřebuje pasivní dům. V něm vyhřejete v chladném počasí místnost o 20 metrech čtverečních jen s 200 wattů energie. Pasivní dům je ten, který tuto energii získává například z cirkulace vzduchu, z ohřevu pláště sluncem. Energie na provoz spotřebičů nebo světel se ale už do spotřeby nepočítají. **PH**

Podle nejnovějších údajů České bankovní asociace funguje od ledna 2024 přibližně 1300 kontaktních míst bank a stavebních spořitelen, kde lze získat informace k dotačním programům na zateplení či fotovoltaiku například od Státního fondu životního prostředí ČR. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

S VYSTŘIŽENÝM INZERÁTEM ZÍSKÁTE U POKLADNY 50 Kč SLEVOU NA VSTUPNÉ!

Deník METRO, 9. 2. 2024

FOR PASIV

11. VELETRH NÍZKOENERGETICKÝCH, PASIVNÍCH A NULOVÝCH STAVB

Souběžně probíhající akce:
FOR WOOD

PVA
EXPO PRAHA

**SLEVA
50 Kč
NA ZÁKLADNÍ
VSTUPNÉ**

www.for-pasiv.cz

15.-17. 2. 2024

PARTNER PVA EXPO PRAHA **shopex.cz**

KRÁTCE

Komunitní energetika

Na konci roku 2023 schválil Parlament České republiky novelu energetického zákona známou jako Lex OZE II. Ta otevřela cestu k rozvoji komunitní energetiky. Jedním z prvních kroků měst a obcí, který

umožňuje nastartování komunitní energetiky, je zpracování místní energetické koncepce. Na zpracování takových místních energetických koncepcí mohou obce a města, popřípadě dobrovolné svazky obcí, získat dotační podporu ve výši 85 až 95 procent z celkových způsobitelných výdajů. **PH**

Další úspěch

Seriál #annaismissing byl vybrán do soutěže Series Mania, největšího evropského mezinárodního festivalu zaměřujícího se na seriálovou tvorbu z celého světa. Ten se uskuteční od 15. do 22. března v Lille ve Francii. Zpráva přichází jen pár dní poté, co seriál vyhrál Cenu české filmové kritiky v kategorii Mimo kino. Má také nominaci na Českého lva, jehož vyhlášení proběhne 9. března. **MET**



KRÁTCE

Art Grand Slam

V pražské SmetanaQ Gallery bude od 16. února do 17. března k vidění výstavní projekt Art Grand Slam, za nímž stojí kulturní platforma Sport in Art. Prezentuje práce současných českých vizuálních umělců a umělců, kteří se ve své tvorbě dotýkají tématu pohybu a sportu. Pro první ročník je tématem Uvnitř pohybu. **MET**

Delia nás, zpívá Kirschner

Slovenská zpěvačka chystá nové album.

Druhý singl z nadcházejícího alba Obyčajnosti, to je skladba Delia nás, kterou právě vydala slovenská zpěvačka a skladatelka Jana Kirschner. Píseň, ve které reflektuje pocit rozdělení nejen doma, ale

i ve světě, vznikla spontánně. „Jednou večer jsem vzala kytaru a rovnou začala zpívat text. Vše vznikalo v reálném čase,“ vypráví Jana Kirschner a dodává: „Hodně z nás pociťuje při návratu domů jakousi bezmocnost. Sedíme u jednoho stolu, záleží nám na stejných věcech, ale i tak si nerozumíme. Klíč k porozumění podle mě není v ukazo-

vání prstem či urážení, ale v nalezení způsobu, jak se spojit. I taková je úloha hudby. Inspirací mi byla i moje rodina. Uvědomila jsem si, že je přece nemůžu přestat milovat jen kvůli tomu, že vidíme věci jinak.“

K písni vznikl i videoklip, který se natáčel v Londýně – ve městě, kde zpěvačka žije. „Tady se neustále něco děje,

všechno se hýbe, přesouvá, běží, střetávají se tu cesty, lidé, kultury a národy. V Londýně žijí stovky etnických skupin, mluví se tu různými jazyky, ale i přes to, že se Londýn může jevit jako Babylon, dokážeme spolu existovat. Samozřejmě to chce obrovskou dávku porozumění a tolerance. Ne vždy je to bez problémů,“ popisuje zpěvačka. **MET**

INZERCE

SPRÁVNĚ NAMAZAT BĚŽKY JE VĚDA!

Profesionální běžkaři a biatlonisté se nově musejí obejít bez vosků s obsahem fluoru. Ty totiž škodí zdraví i životnímu prostředí. Zkusíte to bez nich taky?

Partner Českého biatlonu, Hamé a její Májka, společně se servismany reprezentačního týmu radí, jak na to:



RADĚJI VÍC LEVNĚJŠÍCH VOSKŮ

Každý vosk bez fluoru je určený do konkrétních podmínek. Lepší než pár drahých vosků je kompletnější sada levnějších, se kterými se lépe přizpůsobíte aktuálnímu počasí.



TEPLOTA JE ZÁKLAD

Profesionálové měří teplotu sněhu, ne vzduchu. Kupte si teploměr na sníh a pečlivě čtěte návod na vašich voscích.



BEZ ŽEHLIČKY ANI RÁNU

Vždy použijte žehličku, raději tu s přesným nastavením teploty, ať si nespálíte skluznici. Zapomeňte na různé jiné „náhradní“ postupy.



TEKUTÉ VOSKY JSOU KOMPROMIS

Tekuté vosky se snadno nanášejí hubkou a nezažehlují se, ale na běžkách vydrží mnohem menší vzdálenost.



EXTRA TIP

Pokud použijete práškový vosk s fluorem, snažte se jej při nanášení nenadýchat a použijte jen minimální nezbytné množství.

Hamé

Proč vosky s fluorem končí?

Jeho sloučeniny zvyšují riziko kardiovaskulárních nemocí, poškození jater, rakoviny a hormonálních problémů. Jenže fluor výrazně odpuzuje vodu a špínu, vosky s ním hlavně na mokřím sněhu fungovaly mnohem lépe. „Všechny znalosti a zkušenosti za poslední roky můžeme zapomenout, vracíme se na začátek,“ říká Jan Lušovský, člen týmu, který se stará českým reprezentantům v biatlonu o špičkové závodní běžky.

Májka: chutná svačinka do hor, která zasytí

Na běžkách, výpravách do hor, ale i při běžných zimních výletech s dětmi – všude zažene hlad oblíbená paštika Májka od Hamé. Tato chutná svačinka, na které vyrostlo již několik generací, nás doprovází již od roku 1966. Díky praktickému balení stačí pouze odtrhnout víčko a mazat. Tak na ni při balení batohu nezapomeňte!

Značka Hamé je hlavním partnerem Českého biatlonu – fandí všem českým závodníkům během probíhajícího Mistrovství světa v biatlonu.

Jak zachraňují planetu české značky? Udržitelně

Proti natírání nazeleno bojují i tuzemské firmy.

Žít eko-bio-zero waste udržitelným způsobem je trendem už několik let. Oděvní řetězce to velmi dobře vědí, a tak na své zákazníky chrlí takzvané zelené kolečky, které zas tak zelené nejsou.

Jde totiž o greenwashing, tedy lakování nazeleno. Oxfordský slovník termín vysvětluje jako dezinformaci šířenou organizací za účelem prezentovat environmentálně zodpovědný veřejný obraz sebe sama. Produkty se proto například sice tváří, že jsou z recyklovatelného materiálu, ale opak je pravdou.

Problém nastává ve chvíli, kdy greenwashing často nerozezná ani odborník. Čím dál častěji se proto stává, že zákazník sice nakupuje oblečení se zelenými bio štítky o recyklaci a udržitelnosti, ve skutečnosti jde ale o nerecyklovatelný kousek, který stejně jako ostatní dost možná skončí na skládce či ve spalovně.

Směrnice jako zbraň

Do této nekalé praktiky zasáhl už i Evropský parlament, který v půlce ledna schválil směrnici, jež zakazuje greenwashing. Jejím cílem je chránit spotřebitele před klamavými marketingovými praktikami a pomoci jim lépe se rozhodovat při nakupování.

Směrnice například zakazuje uvádět na produktech a výrobcích obecná environmentální tvrzení jako ekologicky šetrný, přírodní, biologicky rozložitelný, klimaticky neutrální nebo eko, pokud nebudou doložena.

Etikety by se tak měly stát srozumitelnějšími a věrohodnějšími. „Zakázáno bude i tvrzení, že určitý výrobek nebo produkt má menší, případně nulový, nebo dokonce pozitivní dopad na životní prostředí, pokud je toto tvrzení založeno pouze na kompenzaci emisí skleníkových plynů,“ vysvětluje Evropský parlament v tiskové zprávě.

Na prvním místě

Na greenwashing upozorňují také mnozí influenceři. Například aktivistka Natálie Pažická v jednom ze svých tiktokových videí avizovala, že nezisková organizace Changing Markets Foundation odhalila

zavádějící tvrzení o udržitelnosti britských a evropských módních značek.

„V čele žebříčku s počtem nepravdivých tvrzení se umístila značka H&M s 96 procenty. Značka Asos skončila na druhém místě s 89 procenty a na třetím místě skončil Marks and Spencer s 88 procenty nepravdivých tvrzení,“ vysvětluje Pažická.

Obecně platí, že eko friendly značky se mnohdy dají poznat například podle výrazně vyšší ceny za produkt, zejména kvůli tomu, že je oblečení šité v lokální ekonomice a do oběhu není zařazena takzvaná levná pracovní síla, jak je tomu u rychlé módy. Více se dočtete v boxu vlevo.

Císařovy nové šaty?

V Česku se proto některé značky snaží proti fenoménu greenwashing bojovat. Některé vyrábějí produkty na vlastní pěst, jako třeba módní návrháři. Například značka Odivi už dříve avizovala, že se snaží nejen o udržitelnou módu, ale také přemýšlí o tom, jak by měla vypadat odpovědná módní značka pro budoucí generace. „Pohádka Hanse Christiana Andersena Císařovy nové šaty pro mě byla metaforou toho, jak dnes lidé konzumují módu. Je to figura řeči pro dnešní společnost. Módní průmysl je druhým nejvíce znečišťujícím průmyslem na světě. Je opravdu nutné vyrábět dvě a více kolekcí ročně?“ prohlásila zakladatelka Odivi Iva Burkertová.

Podobně je na tom oděvní značka Never Enough, která jedna část svého oblečení šije a tu druhou dováží od svého partnera ze zahraničí. Zamýšlí se ale zároveň také nad tím, jak uzavřít pomyslný eko kruh. „Rádi bychom přešli na takzvaný model rozkládá-



Velká část vyrobeného oblečení končí na skládkách. Na jednu takovou nedávno upozornila média. Nachází se v poušti Atacama.



Fast fashion je velmi levná móda, která se vyrábí v obrovském množství bez ohledu na životní prostředí.

2x PROFIMEDIA

ní textilu molekulou. Momentálně touto cestou vedeme naši kolekci Revolver, ale do roka do dvou bychom chtěli, aby celá značka byla vedena touto cestou,“ komentuje pro Metro jeden ze zakladatelů značky Daniel Göringer.

Zmiňovaný model spočívá v molekulární recyklaci, kde se rozkládá textilní materiál na jednotlivé molekuly, které se opět spojují do řetězce. S tímto nápadem už před lety přišel Matyáš Hurta a vytvořil tak start-up Nil Textile, který sklídl úspěch nejen u ekologů. Zatím ale model nedoká-

že rozložit jakýkoli druh oblečení. Musí jít pouze o tu speciální „recyklovanou či molekulární“ bavlnu. Ta se ale podle Göringera nijak zvlášť od té klasické neliší.

Inovativní studenti

Také vědci z Technické univerzity v Liberci našli další způsob, jak využít tuny textilního odpadu. Celou bundu i například kalhoty včetně zipu a druků je možné rozemlít, smést zalít pryskyřicí a nový materiál použít třeba jako stavební, při výrobě nábytku a je možné z něj vyrobit i kryptomotor. „Textil máme rozmělněný na částice a můžeme ho různě pojit s dalšími materiály,“ popisuje Ludmila Fridrichová z Fakulty textilní Technické univerzity v Liberci. Právě tam vyvinuli prototyp přístroje, díky němuž se ještě mohou využít staré oděvy. Například starou košili univerzitní přístroj rozstříhá na materiály a následně je umel. S nápadem na využití textilního odpadu přišla Diakonie Broumov, která se zabývá svozem, tříděním a recyklací použitého textilu z domácností v České republice. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

EKO KÁMOŠ

Jak poznat takzvané eko friendly značky? Od rychlé módy se liší nejen cenou, ale i barvou.

- **Přírodní barvy a materiál** – Všechny odstíny zelené a další neutrální barvy jako hnědá, šedá, béžová, a pokud možno co nejméně syté barvy.
- **Vyšší cena** – Je jasné, že kvůli použití náročnějších materiálů a technologií výroby je nutné zvýšit i ceny produktů.
- **Minimalizace ekologické stopy** – Ekologická stopa je index, který sděluje to, jaký zásah do přírody společnost zanechává. Pro módní průmysl je typický největší zásah do vodního bohatství naší planety.

- **Boj za lidská a zvířecí práva a charitativní činnost** – Módní domy či značky často vyvíjejí charitativní činnost hlavně v oblasti nemorální dětské práce či ochrany zvířat.

TES

DESET TUN ODPADU?

Nejen oblečení, ale také další předměty nachází své využití.

- Například Vít Gloser nedávno založil český start-up na recyklaci tenisáků, a tak jezdí po Česku a shromažďuje ohrané žlutozelené míčky.
- „Loni jsme posbírali 150 tisíc tenisáků z celé republiky, což je v podstatě skoro deset tun odpadového materiálu,“ odhaduje Gloser.

- V portfoliu firmy jsou momentálně tři výsledné produkty. „Žlutý mech, to je směs do koňských jízďáren. Pak máme pryž pro podrážky a žlutý melton, se kterým dosud nevíme co dělat. Ten je ještě v rámci vývoje,“ připoštlí Gloser. „Hledáme řešení co s tím. Teď jsem zrovna byl na UMPRUM a nechal jsem jim pytel, jestli by něco nevymysleli,“ dodává zakladatel start-upu. **iRozhlas**

„Byl jsem impotentní a teď mám 20 cm erekci a miluji se 6x týdně“

PROSTŘEDEK ZDARMA prodlužuje penis o +9 cm a je odolný vůči změkčení

Erektální atrofie se zbavilo již 38 000 Čechů.
Můžete uspět i vy!

ROZDÁVÁME 100 BALENÍ ZDARMA. ZAVOLEJTE!



Dlouhý, silný, tvrdý jako titan a vždy připravený k akci - takový bude váš penis po prvním použití geniálního gelu, který... aktivuje geny pro proliferaci corpora cavernosa! Klinické studie potvrdily, že je 20 x účinnější a bezpečnější než modrá pilulka. V českém skladu na vás čeká 100 balení gelu ZDARMA. Jedno z nich bude vaše, pokud rychle zavoláte na číslo uvedené na této stránce.

Efekt, který stojí za všechny peníze: +9 cm a sex 4krát po sobě. A neutratíte ani korunu! VÝZVA k podání žádosti o GRATIS gel: 000 000 000

**Posilte gen obra
a mějte neomezený sex -
už po 1 kapce!**

Nejedná se o tiskovou chybu. Přípravek, který spolehlivě prodlouží penis a zajistí vám ocelovou erekci každou noc, kdykoli budete chtít, byl poprvé zpřístupněn ZDARMA pro soukromé použití. „Jedná se o vzorec s nejsilnější potencí na trhu,“ - říká profesor Daniel Edwards z Centra pro mužské zdraví v Londýně. Právě on objevil soubor genů zodpovědných za růst penisu. Poté vyvinul látku, která „gen obra“ probouzí ze spánku a zajišťuje růst penisu o +9 cm. Gelový přípravek úspěšně prošel několikastupňovým testováním účinnosti a bezpečnosti

**Stanete se alfa samcem
bez jakéhokoli rizika -
odborníci tento gel vyzkoušeli
sami na sobě!**

Již nejméně 84 let vědci vědí, že geny mohou být stimulovány zvenčí. Tento jev studuje epigenetika. V tomto případě účinné látky gelu pronikají přímo do buněk penisu a tam stimulují jejich geny k „rozšíření“ corpora cavernosa nejméně o 30%. Přípravek působí pouze na geny nacházející se v penisu a nemá žádný vliv na zbytek těla. Doporučuji to s čistým svědomím jako odborník a... jako vděčný uživatel.

Daniel Janoušek,
odborník v oboru sexuologie

a nyní ulevuje 160 mužům denně od intimních komplexů. Bez ohledu na jejich věk a zdravotní stav. Chcete si to vyzkoušet na vlastní kůži? Požádejte o svůj produkt ZDARMA ihned.



podle něj nepozná (zejména když si sundáte kalhoty!) - budete tak testosteronový, sebevědomý, mužný, tvrdý a... obrovský! Vydáváme genový gel pro obří penis „na počkání“. Nemusíte vyplňovat žádné formuláře, zasílat zdravotní potvrzení ani splňovat žádná další kritéria.

**Bezplatný přístup k nejlepší
kúře pro muže v celé Evropě.
Tuto příležitost si nemůžete
nechat ujít!**

Na rozdíl od tradičních prostředků prodlužuje genový gel penis bez píchání do penisu a prodlužuje sex až o +66 minut, aniž by hrozilo riziko bušení srdce. A navíc je k vyzvednutí zcela ZDARMA.

Bezbolestné a trvalé zvětšení penisu doma - na trhu mužských produktů není a nebude lepší nabídka než tato. Šanci získat tento fenomenální produkt máte pouze

**Postavte ho na +66 minut do
svislé polohy a prodlužte ho
bez operace - stejně jako
38 000 Čechů.**

ČEKÁ VÁS BALENÍ ZDARMA!

- ▲ Získáte celoživotní odolnost proti opadávání.
- ▲ Budete se moci milovat 4x za sebou.
- ▲ Vždy přivedeš ženu do extáze
- ▲ Váš penis se prodlouží o působivých 9 cm!

Zavolejte: 519 790 341

**Neplývejte časem, zdravím
a penězi na pilulky a pumpy**

**Aktivátor XXL Gen Ere
můžete mít jako DÁREK**

Působivá mužnost - tvrdý sex „na zavolání“, vášnivý sex až do rána, velkorosé vyvrcholení čtyřikrát za sebou, rozkoš v očích partnerky a její zběsilé prosby o další... Tohle chce každý opravdový chlap. Ale žádný rozumný muž kvůli tomu nebude riskovat své zdraví ani peněženku! Tvůrci genu gelu pro obří penis to dokonale chápou. Proto vám předkládají poctivou nabídku, bez jakýchkoli keců: **Vraťte 100 % peněz za produkt, který ve vaší ložnici způsobí skutečnou sexuální revoluci.** Vaše žena vás

**Tento gel mě zbavil
impotence. Nyní mohu
opakovaně i 4krát po sobě...**

Můj případ byl opravdu těžký, protože více než 12 let se mi to vůbec nezastavilo! Ani na pět minut. Necítil jsem se jako člověk a už jsem měl zoufalé myšlenky. Naštěstí jsem narazil na tento produkt. Ujistil jsem se, že jeho účinnost nebude dočasná, protože skutečně stimuluje buňky v mém těle, aby pracovaly samy o sobě, a ne je zvenčí ztuhly. A skutečně, už po 1. mazání jsem získal opravdu působivý „kauf“. Po absolvování celé procedury nevím, co je to stres v posteli. Každá poloha je pro mě dobrá a každá žena je moje. A navíc jsem si ho prodloužil z 11 na 20 cm!



Jiří, 52 let, Kladno

nyní. Tvůrci přípravku nepředpokládají žádné další akce na vrácení peněz. Pokud se chcete osvobodit od velikostních komplexů a atrofie potence bez nákladů a navždy, pak okamžitě uchopte telefon!

**PRODUKT ZDARMA -
DISKRÉTNÍ DOPRAVA**



Balíček, který vám přijde s objednávkou, bude diskrétně zabalen a jeho obsah budete znát pouze vy. Předem domluvený kurýr vám ji předá.

**Zavolejte, než vás někdo
předběhne: Obdržte 1 ze 100
přípravků ZDARMA a zjistěte,
že vynikající sex máte v genech!**

Zavolejte:

519 790 341

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

**Prvním 100 lidem, kteří zavolají na toto
číslo, bude poskytnuta 100% refundace!**

Důležité: jedna osoba si může vyzvednout jedno balení výrobku. Nabídka platí do: 24.02.2024

PLAY

Zrádná 25

Je zima a já se chystám na slavný závod. Milý čtenář ví, že mám velké novoroční předsevzetí. Koupil jsem si běžky, levné zrovna nebyly, a zařadil jsem se mezi deset tisíc dalších dobrodruhů, kteří měli stejný nápad jako já. Vyrazit na dlouhou štreku! V mém snažení mi už poněkolkáté pomáhá Martin Koukal.

Ano, to je ten týpek, který vybojoval titul mistra světa v běhu na lyžích. Učí mě hlavně techniku a stabilitu, abych co nejlépe ujel a co nejmíň se nadřel. U mě to na běžkách totiž bývá zpravidla naopak. Strašně dřu a málo jedu. U klasického stylu je nej-

„Učí mě techniku a stabilitu, abych co nejlépe ujel a co nejmíň se nadřel.“

důležitější, abych se udržel na jedné lyži. Samozřejmě že nikoli po celou dobu běhu, nohy musím přece střídat, to dá rozum, a na každé z nich udržovat co nejdělsí skluz. To je podle Martina základ. A tak jedu. Levá, pravá, seno, sláma. A opět levá, pravá, seno, sláma. Několik hodin za sebou. Už teď ze mě leje, a to jsem nezdolal ani zlo-

mek toho, co mě čeká na závodech. Mimochodem, jde o pětadvacetikilometrovou trať, kterou chci zdolat v rámci další nevšední výzvy. Ptáte se, proč nevšední? Inu, protože nejrychleji se dá zdolat za pětadesát minut. A to sakra rozhodně všední není. Naopak poslední závodník loni doběhl tuhle pětadvacítku za pět hodin a dvanáct minut. Jenže pánovi bylo 83 let! Teď uvidíme, jak dopadnu já. Dřu. Makám. Každým skluzem se mi přibližují vavříny pro vítěze. Láká mě vidina umístění v elitní pětitisícovce. Zkrátka legendární Jizerská 25! Kterou nakonec zrušili. Sen se rozplynul. Jedu domů. Roztál totiž sněh.



ZURIVÝ REPORTÉR
ALEŠ RŮŽICKA
VYSÍLÁ KAŽDÉ VŠEDNÍ RÁNO NA RÁDIU IMPULS

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

REŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: OSTROV

LUŠTĚNKA

Doplňte podle legendy vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

		1	2	3	4	5	6
1. moknout na povrchu	1						
2. mlsnost, dobrota (kniž.)	2						
3. tajenka	3			T			
4. ženská ozdoba krku	4						
5. ostrov v pásu atolu	5						
6. vzniklý tavbou	6						

@mojemetro



#METROTAG

Jak krásný to den...
Den kdy, včely opylují kvítí, ptáčci zpívají,
z lístků květin padají kapky rosy.
Ty s konví v ruce zaléváš kvítí,
sluníčko vylézá pomalu z rákosí.

Jak krásný to den...
Den, který jest obohacen láskou tvoji,
tvým úsměvem, vůní snad aj účesem tvým,
Moji duši, rány od nepřátel hojí,
tak pěkně mi nebylo ještě s nikým.

Tento týden jsou Metrotagy opravdu básnické. Jaro se nám sice podle počasí neblíží, tak možná ten Valentýn má na vás takový vliv? Každopádně tady jeden z počínů dua Verča a Jitka. Pište svá díla do rámečku níže, pošlete na mms@metro.cz nebo označte na sociálních sítích hashtagy #metrotag #mojemetro.

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, vzkaz, 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!

Zítرا hraje Divadlo Spejbla a Hurvínka představení Hurvínkova cesta do Tramtárie.



SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	NEDELE	PONDĚLÍ
8/12 °C	10/14 °C	7/11 °C	6/10 °C

Teplotní rekordy: ↓ -22,7 °C (1956) ↑ 14,6 °C (2020) Bio: ❤️❤️❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro
FOTO: 2x AP

ČT1



- 20.10 Doktor Martin (5)**
Zlomená srdce. TV seriál (ČR/SR, 2015). Hrají: M. Donutil, J. Čvančarová, N. Lichý, G. Marcinková
- 21.05 Všechnopárty**
Zábavná talk show Karla Šípa
- 22.00 Hercule Poirot XIII**
Herkulovské úkoly pro Hercula Poirota. Detektivka (VB, 2013). Hrají: D. Suchet, R. Evans, T. Austen, F. O'Shaughnessyová
- 23.35 Detektiv Endeavour Morse IX**
- 01.10 AZ-kvíz**

ČT2



- 20.00 Velký šéf**
Krimikomédie (Fr./It., 1969). Geniální mozek, okouzující podvodník, žárlivý mafián a vlak plný peněz. Hrají: J.-P. Belmondo, Bourvil, D. Niven, E. Wallach. Režie G. Oury
- 22.00 Kill Bill**
Akční thriller (USA, 2003). Hrají: U. Thurmanová, L. Liu, V. A. Fox, D. Hannahová. Režie Q. Tarantino
- 23.50 Letecké katastrofy**
Poslední zatáčka 26. září 1997
- 00.35 Apokalypsa: Válka světů (5/6)**
Zed. 24. února 1956

NOVA



- 20.20 Rychle a zběsile 6**
Akční film (Jap./Šp./USA, 2013). Toretta a jeho partu vytrhne z poklidného života agent Hobbs s žádostí, aby své schopnosti tentokrát využili ve prospěch něčeho užitečného. Hrají: V. Diesel, D. Johnson, P. Walker, M. Rodríguezová. Režie J. Lin
- 23.00 Dokonalý svědek, s. r. o.**
Komedie (USA, 2015). Hrají: K. Hart, J. Gad, K. Cuocová, J. Garcia. Režie J. Garelick
- 01.00 NOVA 25 let – Život ve hvězdách speciál**
Pořad plný exkluzivních reportáží nejen z českého showbizny

PRIMA



- 20.15 Máme rádi Česko**
Zábavný pořad Máme rádi Česko opět prověří nejen znalosti diváků, ale především vědomostí českých celebrit. V roli kapitánů se opět proti sobě postaví Jakub Prachař a Vojta Kotek. Dále účinkují: M. Bittnerová, B. Vávrová, G. Heclová, J. Martinek, D. Jandová a V. Mertová
- 22.00 Máme rádi Česko**
- 23.45 Ano, šéfe!**
Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!
- 00.50 Policie v akci**
Čtyři případy, čtyři lidské osudy

ÓČKO



- 18.00 Top 4 Óčko chart**
- 18.15 Óčko hity**
- 19.00 Party ride**
Příprava na dnešní mejdán
- 21.00 O Black Party**
Hip hop a r&b party
- 22.00 O Black CZ & SK party**
Český a slovenský party rapové tracky bez cenzury
- 22.30 Virtuální svět TV**
Vydějte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
- 0.00 Óčko flirt**

Služby - nabídka

• Sítování balkonů proti ptactvu, zastřešení světlíků, mytí výtah. Ťachet, opravy komínů, fasád, střech, okapů.
T.: 606649809,
www.vyskovpracpraha.cz

Starožitnosti

VYKUPÍME KNIHY

zaplatíme á **2000,- Kč** za každou banánovou krabici knih, které od Vás koupíme.

Bibliofilie a cenné knihy oceníme každou zvlášť.

Telefon: **773 735 939**

• Koupím hodiny a obrazy v jakémkoliv stavu. Sám sběratel, ne překupník. Slušné jednání. Platím hotově.
Tel. 602654613,
alex.kratochvil@volny.cz

• Kytary koupím - staré i součástky a nekompletní, v jakémkoliv stavu. Přijedu, e-mail kronos.cz@gmail.com, tel. 776694960

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy. Děkuji za nabídky.
Dyn. Tel. 702401621

SBĚRATELSKÝ KABINET

Michelská 12A, Praha 4, Michle

VYKUPÍ IHNED ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejodů, všech značek (i PRIM), starou bižuterii, český granát, nábytek do r. 1975. Šavle, bodáky a uniformy, rádia a tranzistory, vánoční ozdoby, formičky na vánoční cukroví, betlémy, housle a hudební nástroje. Kufry, textilie, veškeré nádobí, šicí a psací stroje, obrázky a grafika, lampy a lustry, hmoždíře, žehličky, konvice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, paroží, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, přístroje, kabelky, kufry a staré uhláky. Staré rybářské potřeby (pruty, navijáky, podběráky), Papírové peníze - v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.

Návštěvy u Nás až po tel. domluvě. Likvidujeme též celé pozůstalosti.

Tel.: 602 229 348

sberatelskyykabinet@post.cz

• KOUPIM OBRAZY - krajinky, portréty atd. v jakémkoliv stavu a jiné starožitnosti.
Kontakt:
e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

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

Byty - poptávka

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přítelkyní hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Lou. V jakémkoli stavu. Děkujeme za případnou nabídku.
Tel: 731 117 381

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem primýr kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruuji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

Pronájmy - poptávka

• Hledám pronájem pro 2os - pár bez zvířete. Nábytek nerozhoduje, dlouhodobě, dobrý stav. Podmínkou blízkost MHD. Děkuji. RK nevolat. T: 605845088

• Hledám byt k dlouhodobému pronájmu v Praze s dobrým spojením MHD. Slušné a solidní jednání. Pouze od přímého majitele. RK nevolat. T. 608771545.

• Hledám pro zaměstnanec bank byty k dlouhodobému pronájmu pouze v Praze. Právni servis zajištěn. Tel: 274784428.

Nemovitosti - poptávka

POPTÁVKA CHATA HORY
koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizersky, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel: 773 117 381

KOUPIM CHATU

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

KOUPIM DŮM NEBO POZEMEK

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

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem primýr kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruuji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

• Koupím spoluvlastnický podíl na jakémkoliv nemovitosti. Rychle vyplatím nejvyšší možnou cenu, veškerou administrativu zařídím. Celá ČR. T.: 604492454.

Auto-moto - poptávka

• Koupím jakékoli vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155.

Hobby - poptávka

• Koupím poštovní známky - pohledy. Tel. 606286629

Práce - poptávka

• ZŠ Pražanka v Praze 3 přijme asistent. pedagoga a do ŠD vychovatelku. Nabídky zasilejte na mail: marad@zsprazacka.cz

Práce - nabídka

M2C
OSTRAHA OC A ADMIN. BUDOV PRAHA
Mzda až 1 900 Kč za směnu.
800 111 112
prace@m2c.eu

Bezpečnostní agentura přijme:

zaměstnance včetně OZP pro ostrahu objektů v Praze bez možnosti ubytování
Požadujeme: trestní bezúhonnost
Nabízíme: dobré mzdové podmínky

Info: po-út 9.00-15.00 hod.
Tel.: 222 780 671, 737 337 088

• Státní podnik hledá bezpečnostní pracovníky pro Prahu, 12hod. směny. Čistý TR, občanství ČR. Certifikát strážný výhodou. Tel.: 736528900

• VO metrovým textem přijme pracovníka/ci. Pha 3, PO-PA, požadujeme slušnost, nekuřák, i na zkrác. úvaz., RP a šití na stroji výhodou. Tel. 601574269.

• Hledáme paní/pána na úklid kanceláří 4x týdně dopoledne. Živnostenský list podmínkou. Kontakt: 605737692, volat po-pá 10:00-12:00.

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí volné pracovní místo vedoucí Oddoru sociálních věcí. Blížeji informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 13.02.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt : Ing. Holický, MBA, tel. 220 189 120.

• Rada Městské části Praha 6 vyhláší konkurzní řízení na vedoucí pracovní místo ředitelky/ředitelky Základní školy a Mateřské školy Věry Čáslavské, Praha 6. Podmínky zveřejněny na www.praha6.cz - Úřední deska. Nabídky je třeba doručit Úřadu MČ Praha 6 nejpozději do 15.03.2024.

• Údržba zeleně - Hledáme nového kolegu do týmu provádějící údržbu zeleně a městského mobiliáře, tj. sekání trávy, prořezy dřevin, likvidace plevele, údržba vybavení parků atd. V zimním období úklid sněhu (vč. pohotovosti, víkend, noc atp.). Požadujeme zkušenost s údržbou zeleně, znalosti v oboru a flexibilitu. Řidičský průkaz sk. B podmínkou. Práce na DOPP, nebo ŽL, v případě spokojenosti i na HPP. Mzda 150 Kč/hod. čistého. V případě spokojenosti benefity. Pracoviště Praha 5 - Ra-dotín. Tel.: 775677833.

• ZŠ a MŠ J. Seiferta Praha 3 přijme od 4/2024 zaměstnanec se ZPS na pozici VRÁT-NÝ/NÁ 1/2 úvazek (směny). Blížeji informace e-mail: skopcova@skolaseiferta.cz nebo tel. 222716600

Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) zaPlatíme odvezeme

Celá ČR

tel. 604 11 44 66

e-mail: arco@antikvariaty.cz



metro
MOJE MĚSTO MOJE METRO

TÝDENÍK PŘÁVĚ V PRODEJI

Proč potřebujeme smutek

TÉMA

Cukrář Maršálek: Mám víc, než potřebuju Prof. Vrba: O vlivu mobilů na naše zdraví

TÉMA
Proč potřebujeme smutek

- Jak a před čím nás chrání
- Proč to s ním umějí nejlépe děti
- Další emoce: jaký měly původně účel?

JAK A PŘED ČÍM NÁS CHRÁNÍ?

PŘEBORNÍKY NA ZPRACOVÁNÍ SMUTKU JSOU DĚTI

SMUTEK, VZTEK, STRACH A DALŠÍ EMOCE:

KDY VZNIKLY? A JAKÝ MĚLY PŮVODNĚ ÚČEL?

KRÁTCE

Proti Arménii
v Praze na Letné

Čeští fotbalisté přivítají 26. března Arménii na stadionu v Praze na Letné. FAČR včera na svém webu definitivně potvrdila dějiště druhého letošního přípravného utkání, které svěřenci nového trenéra Ivana Haška odehrají čtyři dny po zápase v Norsku. Česká reprezentace se naposledy představila na Letné, kde sídlí český mistr Sparta, před více než dvěma lety. Vstupenky se začnou prodávat v úterý ve třech cenových relacích, od 350 do 690 korun.

Na Nový rok?

Dějištěm tradičního utkání NHL pod širým nebem za rok v lednu bude podruhé baseballový stadion v Chicagu. Blackhawks, za které chytá Petr Mrázek, přivítají St. Louis. Je možné, že Winter Classic se nebude hrát hned na Nový rok, ale o něco později.

Skončí za tři roky



Aleksander Čeferin AP

Aleksander Čeferin v roce 2027 skončí ve funkci prezidenta evropské fotbalové unie UEFA. Slovinský funkcionář, jenž šéfuje evropskému fotbalu od září roku 2016, to nečekaně oznámil na kongresu UEFA v Paříži.

Na závěr čtrnáctí

Čeští dálková plavci se rozloučili s MS v Dauhá 14. místem ve smíšené štafetě. Alena Benešová, Lenka Pavlůčková, Martin Straka a Matěj Kozubek vylepšili o dvě příčky výsledek ze šampionátu loni ve Fukuocu. Za vítěznými Australany Češi zaostali o čtyři minuty a 39 sekund. ČTK

Pražská „S“
jdou do jara
s náskokem

Do jarních bojů ve fotbalové lize vstoupí svěřenci dánského trenéra Briana Priskeho zítra. Sparta hraje od 15 hodin v Karviné. MAFA

Sparta na posilách
šetřila, Slavia investovala
do defenzivy.

O víkendu začne jarní část první fotbalové ligy. Po podzimních 19 kolech vede tabulku Sparta o pět bodů před Slavií, ta však odehrála o zápas méně než pražský rival. Třetí Plzeň už na první příčce ztrácí propastných 15 bodů.

Sparta se Slavií na podzim téměř neztrácela body. Letenští vyhráli 16 z 19 zápasů a utrpěli jen jednu porážku. Jako jediní jsou stále stoprocentní doma, kde je na jaře čeká možná klíčové derby. Důležitý pro ně bude hned začátek jara s náročným programem a se soupeři z popředí tabulky.

„Budeme chtít znovu získat titul, což vyžaduje hodně dřiny, disciplíny a odhodlání od všech. Ve fotbale je klíčové zůstat hladový, nesmíte polevit. To bude jeden z klíčů,“ prohlásil dánský trenér Sparty Brian Priske.

Letenští přes zimu podobně jako většina ligových celků nijak razantně neposilovali. Kádr doplnili norský záložník Markus Solbakken a albánský útočník Indrit Tuci, kteří se ale minimálně v úvodu jara pravděpodobně do základní sestavy nedostanou.

Slavia s příchodem miliardáře Tykače možná překvapivě investovala do defenzivy, i když má podobně jako v minulých sezonách nejlepší obranu. Oproti Spartě ale dala o 12 gólů méně.

Vršovičti přivedli zpět z Turína Davida Zimu za rekordních zhruba 100 milionů korun, angažovali také další obránce Ondřeje Zmrzlého a Senegalce El Hadjiho Malicka Dioufa a z Plzně nečekaně získali reprezentačního gólmána Jindřicha Staňka, který ale úvod jara kvůli zranění vynechá.

Počet českých zástupců v soutěžích UEFA se v příští sezoně zvýší o jednoho a do kvalifikace nejprestižnější Ligy mistrů projde také druhý celek. ČTK



Návrat po pěti letech. Dnes poběží sprint

Trojnásobná olympijská vítězka Anastasia Kuzminová se ve střední smíšené štafetě na mistrovství světa v Novém Městě na Moravě vrátila po téměř pěti letech na vrcholnou biatlonovou scénu. Ve 39 letech nejstarší účastnice šampionátu obsadila se slovenskou štafetou šestnáctou pozici, dvě místa za českou čtveřicí. „Návrat byl bláznivý nápad,“ řekla Kuzminová, která by měla startovat také v dnešním sprintu. Ten začne v 17.20. ČTK

Svěřenci trenéra
Rulíka prohráli

Čeští hokejisté podlehl na úvod Švédských her v Karlstadu domácí reprezentaci 1:4. Další zápas je čeká zítra od 12.00 proti Finsku. ČTK

Úspěšní dostanou i Eiffelovku

Medailisté letošních olympijských a paralympijských her v Paříži si odvezou domů kousek slavné Eiffelovy věže. Ve středu medailí bude zapracován kousek kovu pocházejícího

primo z tohoto symbolu Paříže i celé Francie. Na kovových plíšcích bude vyryto logo her a budou mít tvar šestúhelníku, jenž poukazuje na obrysy Francie. Osmnácti-

gramové kousky železa pocházejí z dřívějších rekonstrukcí Eiffelovy věže a byly léta uloženy na tajném místě. Pařížská mincovna vyrobí pro hry 5084 medailí. ČTK



Olympijské medaile pro Paříž AP



Únor a březen v Muzeu MHD

SOBOTA 10. 2.

Zážitková turistika – jízda metrem, jízda tramvají K2 a návštěva Muzea MHD – prodej přes Fanshop

SOBOTA 24. 2. + NEDĚLE 25. 2.

Výstava tramvaje uklízející sních v minulosti i dnes včetně současného sněhového pluhu

(pluh bude vystaven pouze v případě příznivého počasí)

PONDĚLÍ 18. 3.

Komentovaná prohlídka Muzea MHD na téma technika dvounápravových vozů – Luděk Vidím od 17.30 hodin

SOBOTA 23. 3.

Zahájení provozu historických linek K a 41

PONDĚLÍ 25. 3.

Velikonoční koncert pěveckého sdružení Scandula od 18 hodin

PÁTEK 29. 3.

Velikonoční program v Muzeu MHD – pletení pomlázek a barvení vajíček od 9 do 17 hodin

Muzeum MHD je otevřeno o sobotách, nedělích a svátcích od 9 do 17 hodin.

Historická tramvajová linka 42 jezdí do konce března 2024 o sobotách, nedělích a svátcích od 10 do 18 hodin.

Linky K a 41 jezdí od 23. března 2024 o sobotách, nedělích a svátcích.



Dopravní podnik
hlavního města Prahy