

HRAJ TÝDNĚ O TELEFON SNŮ V HODNOTĚ 27 000 KČ!

SOUTĚŽ TRVÁ OD 1. 10. DO 30. 11. 2024

metro 

STŘEDA 9. ŘÍJNA 2024 Č. 194 • WWW.METRO.CZ



Kup 7Days, nahraj doklad na

win-7Days.cz

Investujte s e-Finance Group

podílejte se na investicích do komerčních a bytových nemovitostí

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

Mimořádná investiční příležitost

Zajištěné e-Finance dluhopisy akciemi

Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Investiční a realitní koncern e-Finance, a.s. uvádí na český investiční trh tříleté dluhopisy s ročním úrokem 9 % v prvním roce, 8 % ve druhém roce a 7 % ve třetím roce zajištěné zástavním právem na akciích hotelové skupiny EFI Hotels & Properties, a.s.

Prostředky získané emisemi dluhopisů využívá k investicím, které jsou výhradně spojeny s komerčními nemovitostmi jako jsou hotely, bytové domy, kancelářské a obchodní prostory, které provozuje pod známou renomovanou značkou EFI.

Pokud začnete investovat s e-Finance, a.s. budete se podílet na vý-

nosech z komerčních nemovitostí. Investice s námi Vám přinese vždy atraktivní úrok s přiměřeným zajištěním skutečným majetkem. Do budoucna přednostně předložíme našim investorům nabídku na upsání akcií skupiny EFI Hotels & Properties, a.s. Pokud ji využijete, stane se přímými vlastníky EFI Hotels & Properties, a.s. s pravidelnou roční dividendou.

Investorské benefity

Každý investor investující do emisí zajištěných dluhopisů e-Finance, a.s. získá voucher na 20% slevu na až pětidenní pobyt pro 6 osob, ve kterémkoliv EFI Hotelu, viz. www.efihotels.com.

MIMOŘÁDNÁ INVESTIČNÍ PŘÍLEŽITOST

až 9%
roční výnos

9 % první rok, 8 % druhý rok, 7 % třetí rok

Zajištěné dluhopisy akciemi
hotelové skupiny EFI Hotels & Properties, a.s.

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.

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



BRNO, eFi Palace Komplex, Bratislavská 52
+420 515 555 555



PRAHA, Budova City Empiria, Na Strži 1702/65
+420 515 555 525



Zámek Račice
RAČICE - PÍSTOVICE

PODZIMNÍ WELLNESS POBYTY NA ZÁMKU

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
- 🌿 V Podzámčí vyhříváný venkovní bazén s terasami
- 🧖 Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou
- 🍷 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



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

metro

Brno zdobí 3D prezident



INZERCE

ŽALUZIE ROLETY

DODACÍ LHŮTA 2-3 dny

SÍTĚ PROTI HMYZU
MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVY

Nabízíme 50% slevu
z ceny montáže

ZÁRUKA 5 LET

tel.: 728 863 201

ŽALUZIE SUCHÝ

www.zaluzie-suchy.cz

Na brněnském výstavišti probíhá do pátku **Mezinárodní strojírenský veletrh**. Jeho součástí je **nově výstava 3DEXPO PRO**, na kterou láká **busta prezidenta Petra Pavla** vytvořená 3D tiskem. Jeho trh prochází krizí, popularitu **nahradila umělá inteligence**.



NEWS

ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

Do pomoci po povodních se zapojili i muzikanti

Ivan Hlas nebo Pokáč nechťejí o oblíbené koncertní místo přijít.

Také muzikanti pomáhají lidem zasaženým povodněmi. Třeba s obnovou areálu Loděnice Děhylov nedaleko Ostravy. Oblíbenou výletní lokalitu, kde se pravidelně konají koncerty hvězd české hudební scény, v polovině září zdevastovala povodeň. Voda zničila část zvukové aparatury i koncertní pódium. Do vyhlášené sbírky přispěla řada umělců. Svou oblíbenou koncertní zastávku podpořili například Pokáč či Ivan Hlas. „To místo je krásné a byla by škoda o něho přijít,“ říká Jan Pokorný alias Pokáč. Vodní živel způsobil v areálu na břehu řeky Opavy škody za několik milionů korun. Proud

ubral desítky metrů čtverečních louky. Vyvracel stromy, zatopil všechny budovy, kde voda zničila vše, co provozovatel Jiří Zapletal nestihl před záplavami odvézt do bezpečí. Zničila i část techniky potřebné pro pořádání koncertů.

A právě na obnovu koncertního vybavení vznikla prostřednictvím platformy Donio sbírka s heslem Povodeň kulturu nezastaví. Za jejím vyhlášením stojí jihočeská kapela Epydemye – držitel ceny Anděl z roku 2015, která ale toto místo objevila teprve před dvěma roky. „Na loděnici jsme hráli dvakrát. Místo nám hned učarovalo. Je to krásný prostor. Okouzli nás i samotný Jirka Zapletal. Muzikanty přijímá s otevřenou náručí. Navázali jsme přátelský vztah. A nyní to vypadá, že tam budeme hrát pravidelně, pokud se podaří opravit vše, co voda zdevastovala,“ říká

NIČIVÁ VELKÁ VODA

Areál Jiří Zapletal provozuje několik desetiletí. Takže na Loděnici zažil i povodně v roce 1997. Tehdy bylo dokonce o deset centimetrů více vody. Další záplavy pak následovaly, ale už nikdy nebyly tak ničivé. Až letos.

- „Lidé se pozastavují nad tím, že jsme u řeky. Ale loděnice je od toho, aby byla u řeky. Nikde jinde by nedávala smysl,“ řekl provozovatel areálu, který je sám hudebník a vystupoval s několika hudební-

mi uskupeními. Řekl, že menší povodně je areál schopný zvládnout bez větších škod. Ne však takovou, které čelil letos.

- Hladina Opavy stoupla na víc než šest metrů. Za sekundu korytem protékalo přes 700 metrů krychlových vody. V jeho případě navíc voda nezničila jen jeho podnikání a vašeň v podobě pořádání koncertů. Dočasně jeho rodině vzala domov. Vedle Loděnice totiž bydlí. **ČTK**

členka kapely Lucie Vlasáková. Podobný názor má i Pokáč: „Loděnice Děhylov je pro mě velká srdcovka. Když jsem tam mnoho let zpátky jel poprvé, ani jsem neznal název města. Překvapilo mě ale, jak je ten areál krásný.“ Koncerty

tam dělá každý rok. „O to víc mě bolí, co se stalo. Věřím, že to během povodní muselo být strašné. Držím Jirkovi palce, aby to dal znovu do kupy. Budu rád, když mu lidi přispějí. Taky jsem přispěl,“ doplňuje Pokáč. **ČTK**

INZERCE

PRODLOUŽENÝ VÍKEND I DALŠÍ SVÁTKY VE SPA RESORTU LIBVERDA

Wellness • Léčebné pobyty • Hotely
Procedury • Nádherný resort blízko Liberce.

LAST MINUTE PRODLOUŽENÝ VÍKEND 25.–28. 10. 2024

3 noci | od 6.111 Kč

Např. pobyt Wellness & Relax, Antistresový balíček nebo novinka Aroma terapie s léčebnými produkty. Všechny zahrnují ubytování, polopenzi a špičkové wellness procedury.

SVÁTKY V KLIDU VÁNOČNÍ NEBO SILVESTROVSKÝ POBYT

3 noci | od 7.720 Kč

Ubytování, polopenze, slavnostní menu, punč, voucher na kávu a zákusek, procedury dle pobytu, např. relaxační koupel, masáž, oxygenoterapie, animační program.

Mnoho dalších skvělých pobytů (také pro samoplátce) najdete na našem webu nebo nám zavolejte.



+420 482 368 100–103 • info@lazne-libverda.cz

www.lazne-libverda.cz



KRÁTCE



V Zoo Hodonín přišla na svět mláďata lva berberského.

2x ZOO HODONÍN



Koťata slavného lva

V Zoo Hodonín přišla na svět mláďata lva berberského, kterého už v přírodě nepotkáte. Expozice je uzavřená, aby měly šelmy klid, návštěvníci proto mláďata zatím neuvidí. Lev berberský se stal mezi lidmi populární tím, že jako poddruh již v přírodě vyhynul. Chov udržují pouze zoologické zahrady a nyní se jejich počet pohybuje lehce nad sto kusy.

Okamura za Hitlera zaplatí 20 tisíc

Lídr SPD Tomio Okamura má zaplatit pokutu 20 tisíc korun za přirovnání místopředsedy Sněmovny Jana Bartoška k novodobému Hitlerovi. O sankci rozhodl sněmovní mandátový a imunitní výbor. Okamura se odvolá. Okamura ve sněmovně k Bartoškovu řekl, že „tako-

vý novodobý Hitler je to taky, jako jo. Mně tak připadá vždycky ta jeho dikce. A mně třeba volíci píšou často, že ještě knírek dát, a je to jako úplně ta dikce“.

Británie a sankce vůči Rusům za použití chemických zbraní

Británie uvalila sankce na ruské vojáky používající na Ukrajině chemické zbraně a obvinila v té souvislosti Moskvu z „kruté a nehumánní taktiky“. Mezi sankciovány jsou jednotky radiální, chemické a biologické obrany včetně jejich náčelníka Igora Kirillova. „Spojené království nebude nečinně sedět, zatímco ruský prezident a jeho mafiánský stát neberou žádný ohledy na mezinárodní právo, včetně Úmluvy o chemických zbraních,“ uvedl britský ministr zahraničí David Lammy. **ČTK**

Zapít léky džusem? Velká chyba

**Většina Čechů
užívá medikamenty
nesprávně.**

Zapít léky, nebo nezapít? Pro někoho zdánlivě banální otázka, ale jak ukázal průzkum realizovaný společností DrugAgency, podporovaný Oborovou zdravotní pojišťovnou zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví (OZP), Češi nejsou v zapíjení léků moc příkladní. Některá zjištění jsou přímo alarmující, protože pokud neužíváme léky správně, nemusí ani správně fungovat. A co víc – chybné užívání může vyvolat dokonce zdraví ohrožující lékové interakce.

„Jak je to tedy správně? Pojdme si vše ujasnit. Léčiva by se měla zapíjet čistou vodou – kohoutkovou či balenou. „Až budete zapíjet léky, vyhněte jablečnému moštu, mléku a čaji černému, zelenému i rooibosu. Nejsou vhodné ani nápoje s kyselinou fosforečnou (například cola – pozn. redakce) a zeleninové šťávy.“ vysvětluje Jana Ježková ze zdravotní pojistovny OZP.

Léky málo zapíjíme

Z hlediska zapíjení léčiv je poměrně důležitý objem nápoje. Z průzkumu vyplynulo, že zhruba každý druhý (zhruba 49 procent) zapíjí léky jen jedním deciliterem. Dvěma pětinám (zhruba 42 procent) populace stačí k zapíetí léčiv pouze jeden až dva doušky nápoje, navíc dvě procenta pacientů léky rovnou polyká, aniž by se napili.

„Léky bychom měli zapíjet ideálně plnou sklenicí vody o objemu dva decilitry, což u nás dělá jen zhruba osm procent respondentů, z toho je 13 procent žen a pouhých 2,4 procenta mužů ze všech dotazovaných. Je to ale důležité, aby se léky správně rozpustily,“ popisuje Josef Suchopár, zakladatel společnosti DrugAgency.

Medicína a alkohol nejdou kamarádi

Napadlo by vás zapíjet léky pivem, vínem, nebo dokonce destilátem? Vězte, že průzkum odhalil, že to někdy provádí každý pátý Čech, tedy 20 procent naší populace (pivem osm procent, vínem pět procent, pivem či vínem také pět procent, destilátem 1,5 procenta). Přitom kombinace léčiv a alkoholu je naprosto nevhodná, protože nejen že může způsobit řadu komplikací, ale také ovlivňuje účinnost léků a často vede ke zvýšení výskytu je-

jich nežádoucích účinků, především tlumivých.

„Problematické je i zapíjení léčiv ovocnými šťávami, které také mohou výrazně ovlivnit vstřebávání léčiv.

Přesto je několik procent respondentů k tomuto účelu užívá. Převážuje pomerančový džus a jablečný mošt. Téměř dvě procenta pacientů zapíjí léky grapefruitovým

džusem, který je k tomu ovšem zcela nevhodný, protože ovlivňuje enzym CYP3A4. Ten se nachází v tenkém střevu a játrech a je zodpovědný za metabolismus mnoha

léků. Jakmile grapefruitová šťáva tento enzym blokuje, může to vést ke zvýšení hladiny léků v krvi, což zvyšuje riziko nežádoucích účinků," varuje Suchopár. **MET**

MET

INZERCE

NEPORAZITELNÉ

53.50 -34%
34⁹⁰

Losos čerstvý - filet s kůží
• chlazený • balený • cena za 100 g

**Okurka
salátová
hadovka**
• 1 ks

~~24.90~~
14.90

BEZ APLIKACE **17⁹⁰**

**ZE ZODPOVĚDNÉHO
CHOVU
CERTIFIKÁT**
asc
ASC-AQUA.ORG



TM

Král Sýrů Duopack

• 2x 120 g • 100 g
= 28,30 Kč bez Aplikace
/ 24,13 Kč Aplikace
• 1 ks = 33,95 Kč
bez Aplikace / 28,95 Kč
Aplikace

57⁹⁰

BEZ
APLIKACE **67⁹⁰**

~~18.90~~ **11.90**

Kinder Mléčný řez
• 28 g • 100 g = 42,50 Kč

BEZ APLIKACE **67,90**

2X
KRÉMOVÝ
ZÁŽITEK

KRÁL SYRŮ
HERMELIN
-ORIGINAL-
OD ROKU 1903

2x120g

1 ks za 28,84 Kč

BĚŽNÁ CENA
219.-

173.-

Pilsner Urquell 6pack

- světlý ležák • 6× 0,5 l • 0,5 l = 28,84 Kč
- 1l = 57,67 Kč ▼ 173 Kč

*▼ Nejnižší cena za posledních 30 dní u nás

NEPORAZITELNÉ

NEPORAZITELNÉ - produkty, jejichž cena byla nejnižší ve srovnání s cenou uvedenou v letáčích vybraných obchodních řetězců ke dni tisku letáku 3.10. 2024.

NEPORAZITELNÉ

Nelze garantovat, že cena produktů označených jako **NEPORAZITELNÉ** zůstane nejnižší po celou dobu platnosti letáku. Více na www.albert.cz/neporazitelne

Ceny platí v prodejnách supermarket Albert od 9.10. do 15.10. 2024 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejnách. Seznam všech prodejen na www.albert.cz.





**KAMARÁDI, CO TI
ZVEDNOU
NÁLADU**

Plná cena (bez samolepek) **399,90 Kč**
 8 samolepek **+149,90 Kč**
 15 samolepek **+79,90 Kč**






**Již od
79⁹⁰
Kč**



FRANTÍK



LADY



JACKI



SIJAMKA



DŽOU KOKR



AMINA



KORGI

**Nasbírej celou smečku
a psina může začít**

Akce trvá od 4. 9. do 3. 12. 2024. Více na **billa.cz**



SUPER

STŘEDA A ČTVRTEK

9. 10. – 10. 10. 2024



Salko
TRADIČNÍ
8% tuků

Salko
TRADIČNÍ
8% tuků

Salko
TRADIČNÍ
8% tuků



Tatra
TRADIČNÍ ČESKÉ
MÁSLO
82 % TUKU / 250 g

1+1

cena za 1 ks při koupi 2 ks

33⁹⁵

**KUPETE 2
ZAPLAŤTE 1**

**max.
6 ks**

Sleva se uplatní pouze pro
1 osobu a den

Tatra
Máslo
250 g
100 g = 21,16 Kč

-18%

52⁹⁰

54⁹⁰

BILLA

TO DOBRÉ ZAČÍNÁ U NÁS

LEVNĚJŠÍ PALI OBCHODŮM. L

Je sklenice poloprázdná, nebo naopak poloplňná? Někteří politici sice straší ožebračováním, ale statistiky naznačují i mírný optimismus.

Také odjíždíte od čerpací stanice s příjemnějším pocitem? Že přese všechen zmar, jak se píše na internetu, v novinách nebo hovoří v televizi, je průměrný litr benzínu za 35 korun přece jen snesitelnější než za čtyřicet na jaře?

Někteří analytici na sklonku jara strašili tím, že tehdejší krátkodobé zlevňování paliv a nastávající cestovatelská letní sezona zase vyženou ceny paliv směrem vzhůru. Jenže ani s koncem prázdnin, pokračující válkou na Ukrajině a se silícím konflik-

tem na Středním východě se zdražení nafty a benzinu nedostavilo. Právě tyto ceny, kdy se dá nafta někde pořídit i za 32 korun, přispěly k tomu, že maloobchod jako celek vykazuje v posledním období pozitivní výsledky. Lidé totiž utráceli.

ky, které totiž utlačují.

„Reálné maloobchodní tržby, bez prodeje aut, meziročně v srpnu vzrostly o 5,3 procenta a překonaly výrazně tržní očekávání,“ říká k vývoji ekonomiky Martin Kron, analytik Raiffeisenbank. Nejvyšší nárůst byl v celém segmentu maloobchodu zaznamenán právě u zmínovaných prodejců pohonných hmot, a to o více než devět procent. „Řidiči pravděpodobně chtěli využít příznivého vývoje a mohli se předzásobovat,“ komentuje Kron situaci. Vliv na vyšší tržby mělo bezesporu i výborné počasí. „Na výlety a dovolené se ve zvýšené míře vydali i občasní řidiči, kteří si chtěli užít prázdniny,“ říká hlavní ekonom BHS Štěpán Křeček.

VÍCE NEZAMĚŠTNANÝCH A ZA CO JSME OCHOTNÍ UTRÁCET

291

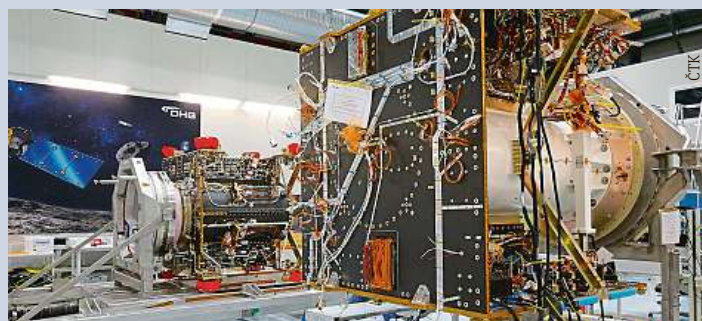
Tolik tisíc nezaměstnaných evidovaly úřady práce letos v září. Je to o 28 tisíc evidovaných víc než ve stejném měsíci roku 2023. Současné je to údaj, který zaznamenal statistiky naposledy před osmi lety, kdy byly počty lidí bez práce stejné. Pro Česko to současně znamená, že i když je na tom s nezaměstnaností v Evropě dlouhodobě dobře, tentokrát sestoupilo z první příčky. Jeho místo nahradilo Polsko s mírou nezaměstnanosti 2,6 procenta a předehнала nás také ostrovní Malta s přesně třemi procenty.

1,2

O tolik procent se v porovnání s loňským snížily v obchodech tržby za potraviny.

100

Tolik tisíc korun je průměrná cena za metr čtvereční jakéhokoli bytu v Česku. Přesto poptávka hlavně po novém bydlení neklesá a řada projektů je prodána krátce po dokončení. **PH**



Satelit míří na kontrolu asteroidu

Sonda Hera brněnské firmy OHB Czechspace už v této chvíli letí ke vzdálené planetce, zasažené při minulém testu potenciální planetární obrazy. Vědci tak i díky českému satelitu zjistí, zda je možné ovlivnit dráhu asteroidů pomocí podobného nárazu. **ČTK**

ČTK

VA POMOHLA IDÉ UTRÁCELI

Ale tržby rostly i v jiných obchodech. Jestli mohl někdo letos v létě a ještě v září opravdu otvírat šampaňské, byli to výrobci s kosmetickými a toaletními výrobky. Po jejich zboží byla poptávka. I když se snižuje počet, především menších, internetových obchodů, právě e-shopy zaznamenaly meziroční růst tržeb o více než 16 procent. Podobně si vedly i zásilkové služby, které jsou na nakupování na internetu silně navázány.

Vzhledem k mírnějšímu růstu cen u potravin a nápojů není tento sektor tahounem maloobchodních tržeb. Jestli se někdo na podzim může počítat mezi poražené, jsou to výrobci a prodejci sportovního oblečení a vybavení a ani lidé v oblasti kultury si nevýskali. Tady se tržby snížily o více než půl procenta.

Pokud se někde drží inflace mimo současné plus minus dvě procenta, jako ve zbytku ekonomiky, jsou to restaurace. V českých hospodách se už

průměrná cena oběda dostala ke 200 korunám, meziroční pětiprocentní „hospodská inflace“ vydrží i v roce 2025. Celková meziroční inflace je mírně nad sedmi procenty. Ukojení hladu nejvíce postihlo meziročně obyvatele krajského města Jihlava, kde hospodští přitlačili na úctech skoro o dvacet procent v porovnání s loňským rokem. Současně české restaurátory trápí nedostatek kvalitního personálu, jsou restaurace, které hledají nové číšníky nebo servírky co čtvrt roku.

I když sílí odpor proti konci aut se spalovacím motorem a v jeho čele stojí i česká vláda, překvapující jsou útraty Čechů za elektromobily. V této sféře nejsme žádní evropští giganti, například v Norsku už tvoří prodeje nových automobilů z 98 procent výhradně ty elektrické. I tak ale v porovnání s rokem 2023 poskočily jejich prodeje v Česku o téměř šedesát procent.

PAVEL HRABICA

CENOVOU HLADINU OVLIVŇUJE BYDLENÍ, MÁSLA I ČOKOLÁDA

V porovnání s cenovými relacemi roku 1989 stouply výdaje za bydlení (nájem, energie, voda) více než desetkrát.

- Náklady na bydlení dosahují v Česku v průměru kolem 30 procent. Do této sumy se započítávají jak nájem, tak bydlení pořízené na hypotéku.
- Spolu s potravinami představují v průměru peníze vydané za bydlení bezmála padesát procent rodinných příjmů.
- V potravinách se ceny na začátku podzimu velice lišily s tím, jakých výší dosahovaly před rokem. Například mouka zlevnila o téměř 11 procent, naproti tomu ceny másla poskočily

za jediný rok o více než dvacet procent.

- Mlsáte rádi? Víc jste proto platili za čokoládu. Dražší kakao na světových trzích prodražilo tuto pochoutku o více než 16 procent.
- Každý by chtěl žít v Českých Budějovicích. S tímto cimrmanovským výrokem by mohli polemizovat sami občané města. Podle Budějovické drbny přesahuje poměr hrubé mzdy k 21 obědům za měsíc v zaměstnání desetinu průměrné mzdy. S průměrným platem 41 647 korun zaplatí obyvatelé Budějovic za obědy 4255 korun, což odpovídá 10,2 procenta jejich příjmů.

PH



Replika zdobí muzeum i nebe

Mladoboleslavské letecké muzeum se může od nynějška chlubit funkční replikou anglického trojplátníku Sopwith Triplane. Letoun vznikl podle původní tovární dokumentace z roku 1916 více než tři roky. Původních letadel bylo 120 a do bojů byly nasazeny od února 1917.

ČTK

Monte
4x 55 g
2 druhy
100 g = 10,86 Kč

-25%
23⁹⁰
31⁸⁰

BonaVita
Lupínky
pohankové/
špaldové
375 g, 2 druhy
100 g = 15,98 Kč

NAŠE CENA
59⁹⁰

Calvo
Tuňák
3x od 65 g/od 156 g
2 druhy
100 g = od 53,51 Kč s Klubem/
od 81,49 Kč bez Klubu

BILLA klub
-34%
89⁹⁰
běžná cena 136⁹⁰

Persil
Prostředek na praní
40–66 dávek
více druhů
1 dávka = od 4,53 Kč

NAŠE CENA
299⁰⁰

Nabídka platí od 9. 10. do 15. 10. 2024

BILLA
TO DOBRÉ ZAČÍNÁ U NÁS

„Hazarduje se zdravím“

Wim Hof, popularizátor otužování a uctíváný guru, má problém. Vyplavalo na něj nařčení z násilnosti. Deník Metro oslovil muže, který má do zákulisí otužileckého světa jedinečný vhléd. Libor Mattuš, otužilec, autor bestselleru Chladová terapie, přináší svůj pohled na metody i osobnost Wima Hofa. Na něj před týdnem vyplulo, že tyranizoval a šikanoval svou rodinu (více o kauze si přečtete v připojeném infoboju).

Pro fanoušky Wima Hofa to byl šok, pro vás ale nikoli. Co vás v první moment napadlo, když se rozhořela Hofova aféra?

Jednoduše, že to lidem otevře oči. Nebo umožní všestrannou diskuzi o reálných základech metody Wima Hofa. Hof byl dlouho zbožšťován hodně nekritickým způsobem.

Jaké k němu máte výhrady?

Jeho metoda za mě vůbec není metodou, protože neobsahuje žádný systematický návod, který byste čekali u jakékoliv jiné tréninkové oblasti, jako je například běhání. Wim Hof propaguje vystavování se chladu dost často přehnaně extrémním způsobem a bez konkrétních a postupných návodů, jak by s nimi jakýkoli zájemce měl začít. A také záměrně neupozorňuje na momenty, které by mohly být rizikové. Například dechová technika, kterou využívá, může mít spoustu negativních efektů na fyziologii a v některých případech i psychiku, hlavně při dlouhodobém a neřízeném provádění.



Libor Mattuš

ARCHIV

Vaše slova zní hodně nemilosrdně.

Víte, kdybych chtěl být opravdu hodně kritický, tak bych řekl, že je jeho metoda vykradena z různých zdrojů, které sám jako zdroj neuvádí ba přímo popírá – jako je například původ jeho dýchání ve východních dechových praxích, třeba známá tibetská technika Tummo. Hof přitom opakovane prohlašoval, že nemá žádného učitele. Mně ale nejde o to, prát něčí domácí špinavé prádlo, ale o to, nedělat z něj někoho, kým není.

Vy jste Hofa navíc poznal osobně. Co jste s ním prožil?

Psal se rok 2018. Byl jsem první Čech, který procházel instruktorským výcvikem Hofovy metody. Nedohodli jsme se ale na mé certifikaci navzdory mým studijním výsledkům v průběhu jeho instruktorské akademie, které byly jedny z nejlepších v celé mezinárodní skupině. Nikdy

WIM HOF PODLE REPORTÁŽE TÝRAL SVOU ŽENU A DĚTI

Pětašedesátiletý Nizozemec Wim Hof (na snímku) byl léta ztělesněním uměřenosti, sebe-disciplíny, lásky. Po obvinění deníku de Volkskrant se začala psát docela jiná kapitola. Noviny koncem září přinesly zprávy o tom, že Hof je pachatelem domácího násilí, k němuž mělo docházet před bezmála dvaceti lety. Obětmi byla tehdejší choť a jejich děti.

- Proč aféra vyhřezla až teď, ptají se mnozí? To vysvětluje publicista David Lorenc: „V případě paní Caroline, Hofovy exmanželky, je vysvětlení prosté a pádné. Není to



PROFIMEDIA

tak, že ona a její týrané děti doteď mlčely. Vypovídaly na policii, před úřady, u lékařů, terapeutů. Caroline i její děti mlčely jen před médii.“ Ticho přerušily až teď. Důvod? Telefonát od britského

filmového producenta, který jí řekl o svém záměru natočit o obdivuhodném životě, díle, poslání, misi a úspěších Wima Hofa film. Právě v tomto kontextu se případ znovu a zcela naplno otevřel. **IDNES.cz**

jsem se nestal jejím oficiálním instruktorem.

V čem se ještě s Hofem rozcházejte?

Bude to znít hloupě, ale v mé knize Chladová terapie to popisují – jak na studenou sprchu od končetin a jak v řádu dní či měsíců zvyšovat intenzitu. Jak přesně si nastavit přidávání, ale potom opětovně ubírání chladové zátěže. Stejně tak řeším, jaké různé metody zájemci o vystavování se chladu mohou použít – chladové procházky, ledové kyblíky, systematický přístup k celotělovému ponoru do studené vody s postupnými začátky a pouze lokálními ponory. Wim Hof nemá žádnou metodu. A pokud si myslíte, že ji má, tak mi ji ukažte, já jsem otevřen dalším názorům, nicméně musí být založené na prokazatelných faktech, ne na nerealistických vzdušných prohlášeních. Hof je rekordman, není lektor.

Hof neučí. Neumí to. Výpravy, které vede v rámci své akademie, jsou hazard se zdravím.

Máte k tomu něco konkrétního?

Mám docela dobrý příklad. Já osobně vedu výpravy na Sněžku v kratasech, s teplým oblečením sbaleným v batohu na zádech přes osm let. Ale vím, jak dodržovat bezpečnostní opatření. Když jsem ale v listopadu 2018 stoupal na Sněžku v kratasech s Wimem Hofem v průběhu jeho instruktorského kurzu, řekli nám, abychom si vzali do petky na výstup vodu, abychom neměli u výstupu žízeň. Já bych nikoho, kdo nemá litr termogenního pravého a horkého zázvorového čaje na výstup nepustil, což vám potvrdí každý absolvent mých výstupů, které organizuji.

Jaký předpokládáte vývoj Hofovy aféry, jaký by mohla

mít vliv na celý otužilecký svět?

Kdo ví, co chladová terapie a otužování umí, tak se, myslím, takovými kauzami nedá ovlivnit. Chlad tu byl dlouho a bude dál. A je na moudrosti každého každého z nás, abychom ho dokázali využít. Naopak bych varoval před mediálními vykřiky lidí, kteří bez dostatku porozumění míchají jednak to, čemu se říká Hofova metoda, potom celkový pojem otužování, a ještě některá ezoterická prohlášení spojená s Wimem Hofem. Striktně tyto věci navrhuji rozlišovat. Hledejme si cesty k vystavování se chladu. Na racionálních základech a s ohledem na svůj vlastní stav a biologii. Všechno, co děláte, by mělo mít logický základ a ptejte se na otázky a kriticky posuďte odpovědi.



DAVID HALATKA
david.halatka@metro.cz

INZERCE

ZAČNĚTE O SEBE PEČOVAT



Rychlá úleva
pro suché,
podrážděné
a velmi citlivé
oči.

CHRAŇTE SVŮJ ZRAK silou borůvek

Podrážděné, unavené a citlivé oči umí potrápiti každého z nás. Nenechte si proto pokazit váš běžný den a poříďte si kvalitní oční kapky s extraktem z borůvek, které budou váš zrak doslova hýčkat.

Proti svědění, slzení, řezání nebo pálení očí jsou nyní v lékárnách k dostání **OCUTEIN SENSITIVE PLUS oční kapky**, které mírní podráždění způsobené vnějšími vlivy a zklidňují suché a unavené oči. V jejich složení naleznete hyaluronát sodný zajišťující lubrikační a hydratační účinek a extrakt z borůvek, který pomáhá ulevit od pocitu unavených očí a přispívá k udržení dobrého zraku. Díky šetrnému složení je tento zdravotnický prostředek určen **i pro velmi citlivé oči**. Oční kapky je možné aplikovat přímo na kontaktní čočky.



Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.

NEMUŽETE USNOUT?

Novinka s melatoninem!



Stres, nervozita a napětí či střídavé pracovní směny jsou nejčastější příčinou potíží s usínáním. Pro tyto případy je v lékárnách k dostání novinka s naprosto unikátním složením. Kombinace obsažených látek zde totiž působí synergicky – spolu jsou tak výrazně účinnější!



Vyřešte své potíže se spánkem díky přípravku **NEOSPAN melatonin plus**, který vyniká svým jedinečným složením. Doplněk stravy obsahuje důležitý melatonin a L-tryptofan. Nově přidaná meduňka podporuje usínání, hořčič a vitamin B6 navozují psychickou pohodu a zklidnění před spánkem.

KONOPI A KOFEIN zastaví vypadávání vašich vlasů

Trápí vás chomáče vlasů na kartáči po každém česání? Pak nasadte proti zvýšenému vypadávání vlasů účinnou kombinaci konopí a kofeinu.

Capillus šampon s kofeinem z řady Cannaderm obsahuje nejen vysoký podíl kofeinu stimuluje vlasové kořínky a konopný olej vyživující vlasovou pokožku, ale také kopřivu pro lesk vlasů. Při dlouhodobém používání dochází k omezení nadměrného vypadávání vlasů, zlepšuje se jejich vzhled i celková kondice. Capillus šampony z řady Cannaderm jsou k dostání v lékárnách a zdravých výživách.



VINCENZ PRIESSNITZ zná recept na bolesti kloubů

Namáhavá práce, nesprávné držení těla, ale i nevhodně zvolený pohyb se na vašem každodenním fungování negativně podepisují. Dopřejte si zaručenou úlevu a regeneraci a vaše tělo již nebude déle strádat.

Užívejte si život bez starostí o své namožené klouby díky **Priessnitz® Kloubní mazání De Luxe**. Ihned při první aplikaci pocítíte okamžitou úlevu, a to díky významnému obsahu boswellie, kafru, rozmarýnu a Transmitteru. Právě ten znásobuje sílu těchto látek a prodlužuje jejich účinnost. Příjemný chladivý efekt pak zajišťuje přítomnost mentolu. K dostání v lékárnách.



FRAJER

NAVÍNÍMÁNÍ BARVY

Firma Mokuso v Praze otevřela vlastní showroom.

- Zákazníkům nabízí speciální program míchání barev na počkání.
- Na ploše 750 metrů čtverečních nabízí prodejnu, sklad, cowork, kanceláře, dětský koutek a skvělé zázemí.
- Na prodejně je veškerý malířský materiál, který zákazníkovi ihned zaměstnanci vyexpedují ze skladu. Barvy a laky je možné omrknout v reálu – je možné si barvu osahat a navínat na velké ploše.
- K dlouhodobým klientům firmy Mokuso patří například Doktor Max, ČVUT Kampus Hybernská a jejich bílá galerie.
- Firma se nedávno zúčastnila Velkého týdne malých firem, který pořádala společnost Mastercard. Akce podpořila malé a střední podniky. **MET**



Firma reprezentuje proměnu malířského řemesla.

„Lidé si omylně myslí, že malířem může být každý“

O řemesla je v současné době čím dál menší zájem ze strany studentů, na druhé straně se ale zvedá poptávka po těchto mistrech. Jedním z příkladů jsou malíři, kteří patří do škatulky nedostatkového zboží.

Podle zakladatele firmy Mokuso Jakuba Moravce však v „malířině“ chybí hlavně profesionálové, těch nevyučených je podle něho příliš. Moravcova firma hlavně podle něj reprezentuje proměnu malířského řemesla. Nedávno navíc otevřela program Daruj malíře, ve kterém nabízí malování bytů pro seniory zdarma. Moravec v rozhovoru pro deník Metro prozradil, co je takzvaným kamenem úrazu v malířství a mimo jiné také vysvětlil, co je na této práci nejtěžší.

Řemesla jsou v současné době považována za nedostatkové zboží. Platí to i pro malířství?

S tímto odvětvím je to trochu složitější, protože si lidé myslí, že malířem může být každý. Na začátek podnikání

vám stačí štafle, kýbl a štětka, a můžete chodit mezi domy a říkat: Dobrý den, já jsem malíř. Lidé si myslí, že na malířství se toho dá nejméně zkazit, protože u elektrikářství se bojí úrazu a u instalatérství, že jim poteče voda ve zdi.

Co je tedy kamenem úrazu v tomto odvětví?

U malířství se objevují často neprofesionálové, vzniká spousta drobné konkurence, která nám kazí jméno. Když je stěna dobře vymalovaná, je to to, na co se díváte každý den. Nekoukáte na trubky nebo cihly, ale na malbu. Pokud je to špatně udělané, je to poznat. Pak si člověk říká, že si měl zaplatit profesionála. V malířství je tedy přetlak neprofesionálů, zatímco profesionálů je čím dál tím méně.

Podíleli jste se také na výmalbě obchodního domu Máj...

Byla to pro nás aktuálně největší zakázka v jednom termínu. Dostali jsme se k ní, protože jsme pro tuto firmu už ně-

kolikrát pracovali a oni věděli, že si umíme poradit v jakékoliv situaci. Byli jsme pro ně jedničkou nejen kvůli normálním cenám, ale hlavně díky našim zkušenostem a nebojácnosti vůči výzvám. Ať už šlo o stříkání v zimě, nebo detailní práce kolem interiérových prvků a zlatých lustrů, věděli jsme, jak na to, a umíme to dělat velmi dobře. Zpětně to vnímáme jako nejzajímavější akci, kterou jsme dělali. Děláme i lékárny, banky, Synlaby, Kauflandy, Alberty, ale to jsou běžné zakázky. Tento projekt byl kontroverzní a lidé o něm rádi slyší.

Co vás přivedlo k podnikání?

V tomto oboru podnikám už de facto deset let. Poslední tři roky tvořím opravdovou společnost, zaměstnávám lidi, pronajímám prostory a tvořím komunitu ve firmě. Pro mě to byla jednoznačná volba. Viděl jsem v tom největší potenciál – ukázat lidem, že i toto řemeslo se dá dělat profesionálně a s elegancí.

Co je na vaší práci nejtěžší?

Určitě sehnat kvalitní lidi, kteří to chtějí dělat, protože je to baví, a ne jen pro peníze. Zakládáme si na tom, aby nás práce bavila, a ne abychom jen počítali, kolik na tom vyděláme.

Čím se odlišujete od konkurence?

Máme normální přístup, jde nám primárně o spokojenost zákazníka a až druhotně o zisk. Nabízíme drobné věci, které zákazníkovi potěší. Například na konci práce provoníme nemovitost, aby efekt byl wow, nebo jim necháváme nano houbičky, aby si mohli drobné nečistoty na stěně opravit sami. Máme také projekt Daruj malíře, kdy každý metr, který vymalujeme, se nám načítá do kasičky. Když dosáhneme 30 tisíc metrů čtverečních, vybereme jednoho důchodce, kterému vymalujeme nemovitost zdarma, aby mohl žít v důstojných podmínkách.



TEREZA ŠIMURDOVÁ
tereza.simurdova@metro.cz



Zakladatel firmy Mokuso Jakub Moravec (na snímku vlevo) a personalizovaná kresba pro kasino



HRAJ TÝDNĚ O TELEFON SNŮ V HODNOTĚ 27 000 Kč



Kup 7Days, nahraj doklad na

win-7Days.cz

Soutěž trvá od 1. 10. - 30. 11. 2024

OCHUTNEJ NOVINKU PLNOU MERUŇKOVÉ CHUTI



PRAHA

ČÁSTEČNĚ ZANEDBANÉ Ú

Velké plány na velkém území. Tak se dá ve zkratce shrnout projekt s názvem Sportovní údolí. To má vzniknout na území Prahy 4. Podle starosty městské části Ondřeje Kubína jde o naprosto výjimečný projekt, a to nejen na poměry Prahy. „Znáte oblast mezi Jižní spojkou, Vrbovou, Branickou a budoucí stanicí metra D Nádraží Krč? Sportovní areály se tu mísí se zarostlými pozemky, které obývají bezdomovci, často se zde likvidují černé skládky. Právě zde vzniká plán nového projektu,“ napsal na konci září Kubín na svém Facebooku a pokračoval: „Představte si: Na východní části nový bazén, stadion pro ženský tým AC Sparta Praha a FC Slavoj Vyšehrad, tréninková hřiště, nový přístup do Eagles Parku, který se bude moci dále rozvíjet, stejně tak jako Tenisový klub Konstruktiva. Nové sportovní haly pro další indoor sporty, nejen ty míčové. A na západě rozvoj areálů ABC Braník a oddílů Volejbal Braník.“ Deník Metro starostu oslovil a o projektu zjišťoval více.

Jak nápad na nové Sportovní údolí vznikl a kdo s ním přišel?

Nápad vzešel od jednotlivých sportovních oddílů, které podepsaly společné memorandum, přičemž do projektu vstupujeme nejen jako koordinátoři, ale rovněž i jako majetkoví partneři části pozemků a identifikátoři potřeb z hlediska nedostatečné sportovní infrastruktury pro určité sporty. V neposlední řadě máme vlastní vize a cíle. Přišlo nám proto smysluplné tyto jejich potřeby propojit a vytvořit platformu, kde kluby mohou své sportovní aktivity a činnosti koordinovat a rozvíjet. Hlavní město Praha i Praha 4 na plno sportovních aktivit přispívají a máme zájem dohlédnout na organizovaný rozvoj a postupnou proměnu území.

Vize zahrnuje několik stávajících sportovišť a počítá také se stavbou nových. Kdo by projekt financoval?

Každý klub má svůj vlastní plán, své prostředky či mož-

„Druhá fáze je rozšíření páteřní komunikace celým údolím, a to jak pro cyklisty, tak pro pěší – současný stav je nevyhovující a pro budoucí rozvoj údolí vlastně i brzdou.“

ONDŘEJ KUBÍN, STAROSTA

né zdroje. Přihlásili se i potenciální investoři ze soukromé sféry, kteří mají v úmyslu pomoci sportu a jeho rozvoji, a to především ve vazbě na děti a mládež. Počítá se i s financemi z Národní sportovní agentury. Hlavní město a Praha 4 by se primárně podílely majetkově. Smyslem Sportovního údolí je tyto plány koordinovat.

Co je potřeba, aby se projekt dal do pohybu?

Projekt se už do pohybu dává. Naše městská část nyní podepsala s vlastníky memorandum a začne postupně pečovat o stávající cyklostezky. Připravujeme podpis memoranda se všemi kluby a naší městskou částí, abychom se více zapojili do rozvoje klubů a celého Sportovního údolí. Jako stěžejní je nyní zajistit projekt a revitalizaci celého Kunratického potoka. Zpřístupnění břehů, jejich kultivace. To musíme udělat dohromady s Odborem ochrany prostředí Magistrátu hlavního města Prahy, který má potok na starosti. Druhá fáze je rozšíření páteřní komunikace celým údolím, a to jak pro cyklisty, tak pro pěší – současný stav je nevyhovující a pro budoucí rozvoj údolí vlastně i brzdou. Rádi bychom, kdyby v roce 2025 proběhla projektová příprava a vydání stavebního povolení na Kunratický potok a na jaře 2026 došlo k revitalizaci, stejně jako tomu je dole v Braníku.

INZERCE



Rezidence

Stavíme
bydlení
pro život



cpirezidence.cz



ŽIŽKOVSKÉ
ZAHRADY



KLBNV
PARK

Za.hradák

DOLÍ V PRAZE 4 OŽIJE SPORTEM

Kdy by mohlo být hotové první sportoviště?

Sportoviště se budou otvírat postupně. Přál bych si, aby první byla otevřena již v roce 2027. Doufám, že brzy budeme moci zveřejnit detailní informace. Mohu naznačit, že se to týká fotbalu. V týdnu proběhlo další kolo schůzky a jednání se zainteresovanými stranami.

Zmiňujete fotbal, ale ve vizualizaci není uveden SK Meteor Kačerov, který má na stávajícím území také hřiště. I když jedno „nepopsané“ fotbalové hřiště na plánu je. Počítá se s ním?

Klub není součástí podepsaného memoranda mezi kluby, osobně jsem s nimi tak v kontaktu nebyl ani jsem nebyl klubem kontaktován. Nemám informaci, že by zástupci Kačerova byli v komunikaci se zástupci klubů ve věci podepsaného memoranda.

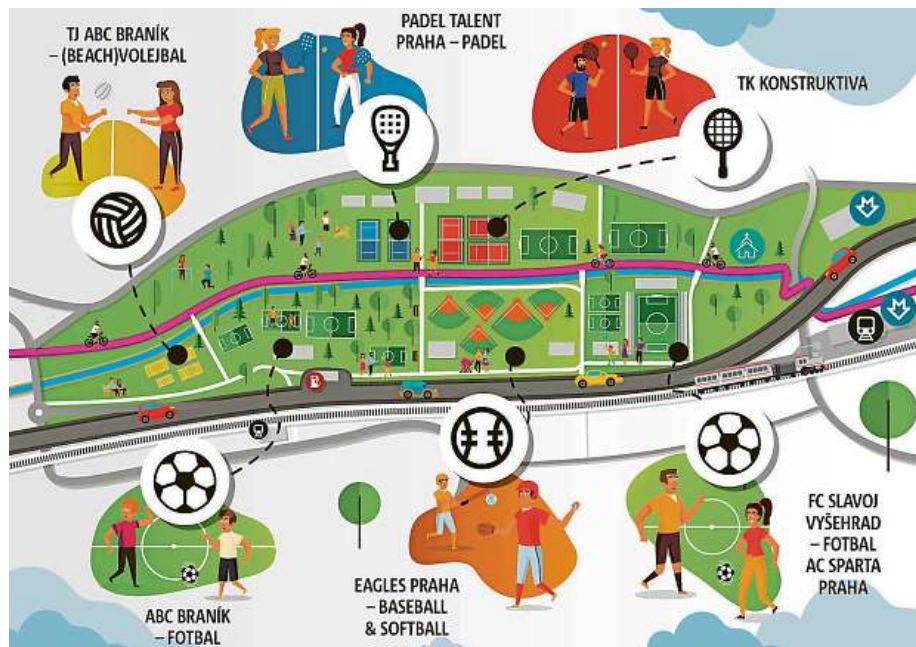
Právě Kačerov už roky pracuje na modernizaci hřiště. Umělý povrch na jeho hřišti patří k nejstarším v Pra-

ze. V jaké fázi je stavební povolení modernizace hřiště?

To je spíše dotaz na klub Kačerov, na mne se ani v této záležitosti nikdo ze zástupců neobrátil, a mám tak pouze povrchní informace o současném stavu. Nicméně budoucí využití současného hřiště je určitě otázkou, kterou se budeme muset zabývat, protože v rámci plánování Sportovního údolí se ozývají i zástupci sportů, které nemají žádné zázemí, přičemž pozemek hřiště a jeho okolí jsou v majetku Prahy 4.

Mimochodem, vzniknou v údolí i prostory pro nové sporty? V plánu jsou hřiště na padel?

Ano, součástí memoranda je i deklarovaný zájemce o padel centrum. Máme zájemce o potápění a bazén, plus zájemce i o další sporty – diskutujeme pozemní hokej, hřiště na americký fotbal, stejně tak indoor zázemí pro gymnastiku a úpolové sporty. Smyslem je, aby se každý klub rozvíjel, a byl tak schopen nabídnout více prostoru



Vizualizace Sportovního údolí Krč

SPORTOVNIUDOLI.CZ

pro děti a mládež. Nosnou myšlenkou, ve kterou doufám, jsou tři sportovní haly v severovýchodním cípu. Rádi bychom jednu multi-

funkční, jednu basketbalovou a jednu florbalovou. Základním benefitem je nejen ucelené sportovní údolí s moderními volnočasovými a re-

kreačními plochami, ale také skvělá dopravní dostupnost MHD, budoucí stanice metra D, železnice a kapacitní Jižní spojky.

ŠIMON MERTA

INZERCE



NOVÉ BYTY

přímo na metru



© 800 270 027

www.bdluziny.cz

KONEC POLYESTERU. DOPRAVCE

Zaměstnanci pražského dopravního podniku nafasovali zkušební sady nových uniforem. Proč na nich převládá modrá barva?

Řidičky a řidiči autobusů a tramvají, strojvedoucí metra, ale také dispečeri, dozorčí stanic metra, výpravčí, informátoři v dopravě, pracovníci přepravní kontroly nebo ochrany majetku a osob. Ti všichni, respektive padesátka vybraných zástupců těchto profesí, začali před pár dny v běžném provozu testovat zkušební sady zbrusu nových uniforem pražského dopravního podniku (DPP). Tento řekněme zkušební provoz má trvat do konce září příštího roku, aby zátěží prošly všechny součásti uniformy určené pro různá roční období.

Nás v deníku Metro nápad testovat uniformy přímo mezi Pražany nadchl. Zastup-



Řidič nově nosí běžové polotriko s légou a tmavě modré kalhoty.

ce dopravního podniku jsme proto zasypali několika dotazy. Následně jsme dali dohromady nejzajímavější fakta o nových mundúrech.

Kdo uniformy navrhl? Kde už jsme tvorbu oděvních designérů mohli vidět jinde?

Dopravní podnik si na základě soutěže na nové stejnozkrojě vybral finální design, který zpracovala Lenka Bernardes da Silva a společnost Bernardes Fashion. „Každý z finalis-

tů soutěže na nový design měl zajímavé pojetí stejnozkrojů, ale představě DPP byl nejbližší návrh právě této společnosti. Tato společnost navrhovala firemní dress code například pro Českou mincovnu, CPI Hotels, Grandhotel Pupp Karlovy Vary, Rodinný pivovar Bernard, Český aeroholding či soukromou charterovou společnost Aero-partner,“ říká pro deník Metro šéf komunikace DPP Daniel Šabík.

Z čeho mundúry ušili?

O uniformách, které se v dopravním podniku nosily v posledních letech, se traduje mnohé. Poměrně častým negativem, které bylo některými zaměstnanci největšího pražského dopravce v minulosti skloňováno, bývá údajně nekvalitní a nepohodlný umělý materiál a la polyester, z jehož příměsí jsou některé aktuálně používané stejnozkroje ušity.

„Při výběru materiálu nových uniforem jsme kladli důraz na funkčnost a pohodlí, ale i na dřívější připomínky



Dozorčí stanice nosí košile s dlouhým rukávem v barvě ivory, kravatu, blejzr v tmavě modré se světlým károvaním a tmavě modrou sukni.

ze strany zaměstnanců k těm stávajícím. U pracovního oděvu potřebujeme skloubit, aby se materiál dobře nosil, aby byl odolný, funkční, pokud možno s co nejmenšími nároky na údržbu, a v neposlední řadě byl, pokud možno, elegantní a univerzální. Například ne každý snese vlnu, natož přímo na tělo,“ dodává pro Metro Šabík.

U nových košil tak podle Šabíka dopravní podnik vyslel dřívější zpětnou vazbu od

zaměstnanců a jejich požadavek na jejich stoprocentní bavlněné provedení. „Stávající košile mají totiž složení osmdesát procent bavlny a dvacet procent polyesteru. Nyní u košil testujeme dvě verze materiálů – jednu stoprocentně bavlněnou u barevného provedení ivory, druhou pak dle doporučení autorky kolekce ve složení devadesát sedm procent bavlna a tři procenta elastan kvůli lepší elastičnosti,“ doplňuje Šabík.

INZERCE

Metropole Zličín představí na třetím ročníku festivalu udržitelnosti budoucnost jídla

V průběhu října proběhne v nákupním centru Metropole Zličín již třetí ročník festivalu udržitelnosti, během něhož budou mít návštěvníci možnost seznámit se s aktuálními trendy v oblasti udržitelného stravování a zemědělství.

Program zahrnuje výstavy a workshopy, které představí inovativní přístupy, jako je hydroponie, fermentace či využívání hmyzích proteinů, chybět nebudou ani praktické ukázky a soutěže.

Letošní ročník festivalu udržitelnosti v nákupním centru Metropole Zličín, který probíhá od 1. 10. do 31. 10., je zasvěcen jídlu a budoucnosti našeho stravování. Dominovat mu bude ukázka hydroponického pěstování, které umožňuje pěstovat rostliny bez půdy, jen za pomoci vody a speciálních zařízení. O tu se postarali odborníci z českého start-upu GreenTech, kteří se jako vůbec první v ČR začali zabývat výrobou a vývojem hydroponic-

kých kontejnerů. Jejich hydroponická stanice URBI bude spolu s doprovodnou výstavou v nákupním centru Metropole Zličín přítomna po celý říjen.

Vedle hydroponie tu budou přítomné i další výstavy a instalace na téma: jak neplýtvat jídlem od iniciativy ZACHRAŇ JÍDLO, cyklus kompostování od organizace KOKOZA nebo budoucnost bílkovin od SENS.

Zažít jídlo budoucnosti na vlastní kůži

Každý víkend bude v nákupním centru patřit workshopům. 5. a 6. 10. proběhne workshop hydroponického pěstování, 12. a 13. října bude následovat workshop využití zbytků zeleniny, na kterém se



účastníci naučí jak zpracovat naté a vytvořit z nich chutné pesto, 19. a 20. říjen bude zasvěcen fermentaci a fermentační dílně. Poslední víkend pak budou mít návštěvníci možnost využít individuální konzultaci od výživové poradkyně.

Kromě workshopů a výstav je pro návštěvníky připravena soutěž *Vaříme pro lepší budoucnost*, jejíž účastníci mohou přinést vlastní doma připravené bezmasé pokrmy a soutěžit o hlavní výhru, 10 000 Kč v konzumačních voucherech, které věnovala síť restaurací KOBE GASTRO GROUP.

Festival vyvrcholí v sobotu 26. 10. kuchařskou show zaměřenou na vaření z hmyzu, jakožto alternativního zdroje bílkovin. Tady budou mít návštěvníci možnost „protein budoucnosti“ i sami ochutnat. Součástí programu bude také setkání s odborníkem na hmyzí stravu Janem Škraňkou z projektu Brouk na talíři.

Více informací na www.metropole.cz

TESTUJE VYLEPŠENÉ UNIFORMY

Polyester je v nové kolekci zastoupen jako funkční materiál například u dlouhých letních kalhot. „V případě kalhot na celoroční nošení testujeme jako funkční materiál polyamid. Polyester nebo polypropylen jsou nejběžnější materiály, ze kterých se vyrábí funkční prádlo, často doplněny příměsí lycry nebo elastanu pro lepší elasticitu. Jsou to materiály, které dobře odvádějí teplo i vlhkost od těla, rychle schnou, nejsou nasáklivé. Jestli je v nich teplo nebo ne, záleží zejména na jejich gramáži na metr čtvereční,“ vysvětluje Šabík s tím, že ani stoprocentní bavlna není zárukou, že v oblečení nebude nositeli vedro.

„Například džíny jsou obvykle stoprocentně bavlněné, ale pokud si je vezmete v horkém létu, tak se v nich velmi pravděpodobně pořádně zapotíte. Není bavlna jako bavlna a není polyester jako polyester – vždy záleží na zpracování daného materiálu. Jak jsme už dříve uvedli, testujeme nejen stříh nových uniforem, ale i materiály, které mohou doznat změny na základě zpětné vazby od kolegyní a kolegů, které je nosí v běžném provozu,“ popisuje pro deník Metro Šabík.

Modrá je dobrá. Proč ale?

Základní barvou nové kolekce zůstává tmavě modrá. Zcela novým prvkem je použití barvy ivory pro košile s dlouhým či krátkým rukávem, béžové pro polotrika, a dále červené barvy pro základní uniformní součásti, jako jsou dámská i pánská polotrika, dámské vesty, pulovry, čepice a šály. Návrháři také rozšířili portfolio uniformních součástí v bleďe modré barvě o vesty a pulovry pro pány, které kontrastují s červenými verzemi určenými pro dámy. V nové kolekci došlo také k potlačení bílé barvy, která zůstává pouze u košil s nárameníky pro dispečery a informátory a informátorky v dopravě.

„U modré barvy jsme zůstali jednak z důvodu příslušnosti k dopravě, ale také z praktického hlediska. Základní barva uniformem vzhledem k profesím nemůže být z principu světlá. Musí být současně elegantní, použitelná celoročně, a to s ohledem na celojednodušší pravidla kombinovatelnosti i náklady, vyžadovat profesní příslušnost a respektovat historický odkaz,“ obhajuje barevnost uniform Šabík.

Například odstíny zelené se podle něj k dopravnímu podniku nehodí, hnědé byly



Novou uniformu řidičky autobusu tvoří dámská tmavě modrá větrovka s reflexními prvky, červená šála a čepice s logy DPP. 4x DPP

v minulosti uniformy strojvedoucích či dozorců. Za historické a tradiční barvy lze v rámci DPP považovat hlavně černou nebo antracitovou.

„Modrá se nám navíc hodí i v rámci postupného přestrojování zaměstnanců, kteří uniformy nosí a kterých je v DPP asi 6500. Oproti stávajícím uniformám u těch nových více pracujeme s odstíny modré – máme více uniformních součástí, které jsou světle modré nebo modré, nejen tmavě modré,“ objasňuje Šabík.

Novým prvkem je korporátní červená barva, která je na nových uniformách, oproti těm stávajícím, výrazněji zastoupena. „Máme v ní barevné varianty řady uniformních součástí. Úplnou novinkou je barva ivory u košil, která lépe ukryje mapy po potu než čistě bílá, a béžová polotrika. Nicméně i u barevnosti sbíráme zpětnou vazbu od kolegyní a kolegů a není vyloučeno, že u některých součástí přidáme další barevnou verzi. Například světle modrou vestu nebo pulovr pro dámy, nebo naopak výběr zůžeme ze tří na dvě barevné varianty,“ dodává Šabík.

Dopraváci, ale i modelové

Zaměstnance pro testování dopravní podnik vybíral podle Šabíka tak, aby to odpovídalo zastoupení jednak z pohledu profesí, tak i žen a mužů.

„Výběr jsme nechali na vedoucích jednotlivých provozních útvarů, kteří nejlépe znají své zaměstnance. Z těchto padesát zaměstnanců jsme pak vybrali adepty na focení podle jednoduchého klíče, kdo měl ve stanovené termíny focení čas, s focením souhlasil a chtěl reprezentovat DPP. Nezbytnou podmínkou bylo, že jsme potřebovali rovnoměrné zastoupení typických profesí, ženy i muže.

Z toho pak vznikla sestava na focení, která se nakonec ukázala jako velmi fotogenická,“ popisuje proces výběru Šabík, podle kterého by fotky nebyly tak povedené, pokud by podnik neměl po ruce skvělého fotografa Petra Hejnu, pečlivou přípravu lokací a k dispozici vizážistku. „Focení probíhalo v příjemné a uvolněné atmosféře, což je



Uniforma informátorky DPP zahrnuje dámskou bílou košili s krátkým rukávem s légou a logem, červený pulovr a tmavě modré kalhoty.

ostatně z fotek patrné. Ve všech případech se jedná u skutečné zaměstnance, nikoli o najaté modely. Žádnou speciální odměnu za focení kolegyně a kolegové nedostali. Focení probíhalo v pracovní době, tedy počítalo se jim to do odpracovaných hodin,“ usmívá se Šabík.

Kdy bude dotestováno?

Jak jsme již uvedli výše, testování potrvá do konce září 2025. Po zpracování připomínek, přípravě finální stříhové a technické specifikace vyhlásí největší pražský dopravce v roce 2026 veřejnou zakázku na samotný nákup.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jaroševsky@metro.cz

INZERCE



REZIDENCE U ŠÁRKY

JEDNA Z POSLEDNÍCH ETAP V PRAZE 6 PŘÁVĚ V PRODEJI

finep.cz

FINEP

POPCORN

Úsměv smrti nahodí i Nicholsonův synek

Pokračování hororu o tom, že jinak veskrze pozitivní grimasa může také zabíjet, se dějově přesune do hudební branže.

Herce a koncept, který už jednou zafungoval, umějí filmaři využít v kinech znovu a znovu. Zda je výsledek i napodruhé kvalitní či alespoň zábavný, obvykle záleží na tom, zda do téhle neustále se opakované mašinérie vnesou tvůrci nějakou tu přidanou hodnotu. To, že bude pokračování dva roky starého hororového Úsměvu hit jako hrom, je patrně jasné již předem. Půjde ale, stejně jako v případě prvního dílu, opět o sice ne úplně dvakrát originální, zato řemeslně zvládnutou podívanou, která bude opět stát nejen na lekačkách, ale i mrazivé atmosféře? „Věřím, že ve světě Úsměvu je stále mnoho zajímavých věcí k prozkoumání. Chci najít nový, vzrušující a svěží způsob, který diváci neočekávají. Chci také najít nové způsoby, jak je vystrašit a znervóznit,“ slibuje navrátní se režisér a scenárista obou Úsměvů Parker Finn.

Píseň smrti

Druhý díl hororu Úsměv bude od příštího týdne opět v kinech diváky děsit jednou z nejnevinnějších věcí na světě – lidským úsměvem. Snímek bude vyprávět o popové hvězdě Skye Riley (Naomi Scott). Umělkyně zahajuje turné, které má upevnit její status jedné z aktuálně nejúspěšnějších zpěvaček. Svých patnáct minut slávy si však nemůže užívat naplno, protože se v jejím životě právě v téhle kritické chvíli začíná vyskytovat řada velmi drastických a nepochopitelných událostí, které přibývají jedna za druhou.

Stejně jako hrdinka z prvního dílu je Skye bojovnice, která se už dokázala vypořádat s temnou minulostí. Nebo si to aspoň myslí. Naivně si myslí, že je připravená se porvat i s aktuálním ohrožením. Mezi nebem a zemí se však nacházejí děsivé síly, které se porazit nedají, i když je proto hlavní hrdinka ochotná udělat cokoli. Poznává je po-



Plakát filmu Úsměv 2 nutí filmové fanoušky dívat se dvakrát. Tváří snímku je Ray Nicholson, syn slavného Jacka Nicholsona. 2x CINEMART



Hlavní hrdinku novinky ztvárňuje herečka Naomi Scott. Diváci ji mohou znát z filmu Aladin (2019), kde si zahrála princeznu Jasmínu.

dle nenapodobitelného zlověstného úsměvu. V tu chvíli už ale může být na záchranu pozdě.

Stejná grimasa, nové nápady?

„I když příběh volně navazuje na principy použité v prvním filmu, do pokračování bych nešel, kdybych se měl jen opakovat. V legendě opředené kolem Úsměvu je stále mnoho neprobádaného a já můžu divákům slíbit řadu nečekaných nápadů, které je budou bavit a děsit zároveň,“

říká režisér a scenárista Finn. Jeho slova potvrzuje i představitel jedné z hlavních rolí Lukas Gage, který se prý poprvé v životě na place vyložené bál toho, co přijde. „Během jedné scény se mi navíc hodně zvedal žaludek. Máte se na co těšit,“ láká potenciální diváky herec.

Osvícený marketing

Zhruba dva roky stará jednička byla v kinech svého času kasovním trhákem. Při rozpočtu sedmáct milionů dolarů utržila během pár týdnů

DO KINA S ÚSMĚVEM

127

Příští čtvrtek vstoupí do tuzemských kin film Úsměv 2. Jeho délka bude činit 127 minut. JAR

něco přes 217 „míčů“. Na úspěchu snímku měl velký podíl povedený marketing. Součástí propagační kampaně byly například culící se komparzisté na sportovních utkáních a dalších velkých akcích. Na film se tímto způsobem povedlo upozornit poměrně velkolepě, až virálně.

V případě dvojky jdou tvůrci v rámci její propagace opět kreativní cestou. Stejně jako v případě filmu Úsměv, ve kterém si zahrála dcera filmové hvězdy Kevina Bacona, se v jeho pokračování objeví také potomek někoho snadno rozpoznatelného. Jeho tvář je dokonce plně využita na děsivém filmovém plakátu. Proč jde podle mnohých fanoušků o geniální tah? Plakát totiž asociuje filmový hit Stanelyho Kubricka Osvícení z roku 1980. Důvod je prostý. Dotyčným hercem, který se na plakátě zlověstně šklebí, není nikdo jiný než Ray Nicholson, syn hvězdy Jacka Nicholsona.

„Od lidí, kteří se podílejí na filmu Úsměv 2, jde o chytrý marketing. Použít syna Jacka Nicholsona na filmovém plakátu, kde se podobně jako otec tváří děsivě a nasazuje jeho typický zlověstný úšklebek, mě zaujalo dost na to, abych se na to teď podíval. I když jsem první film nenáviděl,“ vypíchnul komentář uživatele sociální sítě X předzdivaného JonathanNotJon zpravodajský web independent.co.uk.

Dvaatřicetiletý Ray je synem Nicholsona a bývalé herečky a modelky Rebecca Broussard. Mezi jeho další filmové počiny patří Nadějná mladá žena, Out of the Blue a televizní seriál Panic. Do dejme, že trojnásobný držitel Oscara Jack Nicholson má celkem šest dětí s pěti ženami.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosovsky@metro.cz

SUPER/MAN

Syna slavného herce využívají i marketéři stojící za dokumentárním filmem Super/Man: The Christopher Reeve Story.

- Snímek pojednává o filmové hvězdě a představiteli Supermana Christopheru Reevovi, který v roce 1995 ochrnul od krku dolů, poté se stal aktivistou léčby poranění míchy. V posledních týdnech film propagoval jeho syn William, jenž je dvojníkem svého otce. JAR



William Reeve jako by otcí z oka vypadl. FATHOM EVENTS

Indonéský týden v srdci Prahy



Hvězda místní gastronomie Chef Marinka

Asijská kulinářská hvězda Chef Marinka přivezla do restaurace Sia pokrmy svých předků.

Exotické koření, voňavé bylinky a mix kulturních vlivů – tak by se dala stručně popsat indonéská kuchyně. Její kouzlo můžete odhalit během indonéského týdne specialit Betawi, původních obyvatel Jakarty, který připravila asijská restaurace Sia, která sídlí v Praze. Menu, které se skládá z tradičních a stále velmi oblíbených jídel hlavního města Indonésie, sestavila hvězda místní gastronomie Chef Marinka.

Indonéský týden probíhá do soboty a je zasvěcen pokrmům původních obyvatel Jakarty – Betawi. Ty tvoří směsice různých kultur, což se projevuje i v jejich kuchyni. Díky tomu je jejich jídlo unikátní a chuťově rozmanité.

Menu pro tuto akci sestavila indonéská kulinářská hvězda Rinrin Marinka, známá jako Chef Marinka. Proslavila se jako porotce indonéské verze soutěže Master Chef, byla nominována na významná ocenění jako Kuchař roku a pravidelně se objevuje v kuchařských pořadech a soutěžích. Úspěchy však neskylá pouze v kuchyni, ale i v oblasti módy a designu. Do Prahy přijela tato inspirativní žena, pro niž je jídlo propojením kuchařských dovedností s kulturou a historií, již podruhé. „Poprvé jsem Prahu navštívila v roce 2018 a musím říct, že je to jedno z nejkrásnějších měst, které jsem kdy navštívila. Mám ráda starobylou architekturu, takže se ráda procházím po Starém Městě, které je jí plné,“ svěruje se Chef Marinka.

Jídla z Jakarty jsou výrazná

Hned tři tradiční pokrmy a jeden drink vybrala Chef Marinka pro indonéský týden Betawi v asijské restauraci Sia. „Všechno to jsou jídla a pití, která mám osobně velmi ráda. Sou-



Asijské pokrmy, které jsou v Jakartě stále velmi oblíbené. 2x HYNEK HAMPL

časně se jedná o pokrmy, které jsou v Jakartě stále velmi oblíbené a můžete se s nimi setkat doslova na každém rohu. Kromě toho jsou opravdu lahodné,“ komentuje svůj výběr Chef Marinka.

Nudlový krekr či Soto Betawi

Prvním pokrmem je Asinan Betawi, což je jedno z nejoblíbenějších tradičních jídel v Jakartě a okolí. Jde o indonéský salát z nakládané zeleniny. V restauraci Sia se bude podávat s tofu a sladkokyselou arašídovou omáčkou. Jeho osvěžující chuť dokonale kombinuje sladké a kyselé s pikantními tóny. „Asinan Betawi je skvělý salát, který si dopřeji třeba i třikrát týdně. Je lehký, svěží, zdravý a mají ho snad v každé restauraci,“ dodává Chef Marinka, v její verzi bude salát dokončen nudlovým krekreem.

Druhým pokrmem je Soto Betawi. Hovězí polévka s kokosovým mlékem si získala oblibu nejen u obyvatel Jakarty, ale po celé Indonésii. Má bohatou výraznou chuť a je jemně krémová. Tato polévka je neodmyslitelnou součástí kuchyně Betawi a často se podává při slavnostních příležitostech. „Tahle polévka je jednou z mých nejoblíbenějších a rozhodně vás donutí si přidat,“ zve k jejímu ochutnání Marinka.

Třetím pokrmem je Nasi Uduk – voňavá lepivá rýže vařená v kokosovém mléce. Je základním indonéským pokrmem, podávaným buď k snídani, či k obědu s křupavým kuřetem a arašídovou omáčkou. A přesně takhle ho i dostanete.

A na závěr bude drink kultury Betawi Bir Pletok. „I když je v názvu pivo, žádný alkohol v něm není. Je to naše specialita, taková odlehčená a zdravější verze piva,“ ozřejmuje Chef Marinka. Tento nápoj má červenou barvu díky secangu, sekané kůře stromu sappan, a jeho chuť je pikantní, sladká a zároveň osvěžující. Díky zázvoru se hodí do chladnějšího počasí. Bir Pletok je skvělým příkladem toho, jak v Betawi dokázali převzít cizí vlivy a přizpůsobit je své kultuře. MET

PENNY.

**OD ČTVRTKA DO STŘEDY
10. 10. – 16. 10. 2024**

Týden dvojitého bodu!

**72%
sleva**
jen za 10 bodů

více na www.penny.cz



**SÝR EIDAM
30% PLÁTKY
XXL BONI***
400 g | 100 g 12,48 Kč



400 g

**JEDINEČNÁ
NABÍDKA!**

49,90



**KUŘECÍ
PRSNÍ ŘÍZKY**
chlazené
cena za 1 kg

109,90

216,90

49%



**VODKA,
TUZEMÁK
KRÁLOVSKÁ
PALÍRNA**
37,5 % alk.
0,5 l
11 219,80 Kč
11 109,90 Kč

109,90

129,90

15%



**TOUSTOVÝ CHLĚB
CELOZRNÝ
KARLOVA
KORUNA**
500 g
100 g 3,98 Kč
21,90 Kč

19,90

27,90

28%

NOVÁ SKLIZEŇ



**MANDARINKY
SATSUMAS**
volné
cena za 1 kg

28,90

59,90

51%



BANÁNY
cena za 1 kg

19,90

37,90

47%



3

16X

**JEDINEČNÁ
NABÍDKA!**

79,90

**TOALETNÍ PAPIR
VANILLA BIG SOFT***
3vrstvý | 16 rolí
1 role 4,99 Kč
79,90 Kč

* Nejnižší cena za posledních 30 dní. Škrtnutá cena je běžná prodejní cena.

Odběr zboží z letáku je možný jen v obvyklém množství, maximálně 2 kartony na osobu na den, není-li uvedeno jinak. Fotografie mohou být ilustrační. Vyhraujeme si právo změn. Další podmínky nabídky na www.penny.cz. * Takto označené produkty nenáleží do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. ** Doporučená prodejní cena výrobce. Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Dvojitý bod za své nákupy můžete získat od 10. 10. 2024 do 16. 10. 2024. Body lze získat a uplatnit do 23. 10. 2024. Akce platí do vyprodání a vydání zásob v jednotlivých prodejnách Penny Market. Fotografie je pouze ilustrativní. Podrobná pravidla na www.penny.cz.



Vše o vodních mlýnech

Jsou součástí našich sídel i krajiny od nepaměti. Jejich účel byl pro život společnosti nenahraditelný. Zároveň se často jedná o budovy vysoké technické, historické či architektonické hodnoty. Zajímá vás jejich současná obnova a možnosti nového využití vodních mlýnů? Přijďte na akci, kterou pořádá organizace Propamátky ve dnech 13. až 15. listopadu do Automatických mlýnů v Pardubicích. **MET**

Král Karel IV. hosty nezahltí

Muzeum Prahy si jako první mezi kulturními institucemi nechalo zpracovat rozsáhlou analýzu návštěvnického chování. Analyzovalo preference a pohyb návštěvníků v již otevřené expozici Praha Karla IV. – středověké město v domě U Zlatého prstenu. Na návštěvníky čeká multimediální expozice atraktivní především pro rodiny s dětmi školního

věku, méně vitrín a textu a více interaktivního obsahu. Muzeum Prahy zde ukazuje fascinující svět středověké Prahy. Návštěvníci mohou dobu slavného panovníka navštívit přes multimediální prvky. Do expozice byly začleněny nové obrazovky s video-mappingy a interaktivními prvky, které umožní zažít historii Prahy za vlády Karla IV.

poutavější formou. Úpravami prošly také prostory v souvislosti s pohybem návštěvníků. Ubylo exponátů ve vitrinách, což zlepšuje přehlednost a umožňuje návštěvníkům lépe se soustředit na jednotlivé předměty. Ty dostaly stručnější a výstižnější popisky, které návštěvníkům zprostředkují klíčové informace bez zbytečného zahlcení. **MET**

KRÁTCE

Otužováním proti nemocem

Odborníci opět varují: nemocných covidem přibývá. Vir může ohrozit především starší nebo nemocné lidi. V této souvislosti se mluví o prevenci. Mezi ně patří otužování. Lékaři připomínají, že není nikdy pozdě s ním začít, jen je potřeba být ze začátku opatrní. Otužování posiluje imunitu a připravuje na chladnější roční období. **MET**

Na roboty doma si počkáme

Generativní umělá inteligence (AI) urychluje vývoj humanoidních robotů.

myslet a rozhodovat se na úrovni člověka, mechanická omezení jsou hlavním důvodem, proč roboti zatím nemohou nahradit lidské pracovníky," říká Jan Dvořák z Počítačové školy GOPAS. Vývoj humanoidních robotů a jejich zavádění do pracovního prostředí může lidem v práci pomoci s automatizací rutinních úkolů a může vést ke zlepšení pracovních podmínek tím, že roboti převzou nebezpečné nebo zdraví škodlivé práce.

„Tento vývoj pravděpodobně povede ke vzniku dalších nových pracovních příležitostí v oblastech, jako jsou vývoj, údržba a programování robotů. Stejně tak ale část práce, kterou dnes dělají lidé v budoucnosti roboti zastanou," doplňuje Pavlíček. Generativní AI přímo nepomáhá s mechanickými aspekty robotiky, ale urychluje vývoj, což přináší humanoidní roboty blíže k realitě.

Použití robotů již nyní

Roboti se v omezené míře používají v mnoha různých oblastech. Jsou široce využíváni v automobilovém průmyslu pro montážní linky, svařování a lakování. Pomáhají také v elektronickém průmyslu při montáži malých součástek. V neposlední řadě ale také ve službách, jako je úklid, kde se osvědčily i v profesionálním segmentu jak mycí stroje, tak robotické vysavače, které zvládají časově náročné a monotónní úkoly. „Jsou navrženy tak, aby zlepšily produktivitu a umožnily pracovníkům soustředit se na složitější úkoly, které vyžadují lidský dohled," uzavírá Lukáš Rom ze společnosti Kärcher. **MET**

Umělá inteligence urychluje výzkum a vývoj humanoidních robotů a přibližuje je realitě. Celý proces výroby humanoidních robotů schopných práce ve výrobě v továrnách, na stavbách, ale i třeba v domácnostech, by měl trvat dle odhadů vědců osm až deset let. Aktuální technologie však mohou čas stáhnout na 5 až 7 let.

„AI je tu s námi již delší dobu, ale s příchodem ChatGPT AI lépe pokračuje ve vývoji robotů, kteří reálně mohou ovlivnit pozice dnes zastávané lidmi. Zda se ale jedná již o aktuální pracovní sílu, schopnou nahradit lidi na jejich pozicích, to z dostupných informací zatím neplýne," říká Tomáš Pavlíček z portálu Prace.cz

OpenAI sama podporuje startupy zaměřené na humanoidní roboty a Tesla Elona Muska vyvíjí svého vlastního robota nazvaného Optimus. Velké značky tedy na tento směr vývoje sázejí. Než ale humanoidní roboti budou naplno pracovat v továrnách, dílnách a pomáhat lidem v domácnostech, ještě si chvíli počkáme. Každopádně elektrovýroba, automobilový průmysl a strojírenství jsou tři hlavní sektory pro instalaci průmyslových robotů.

Dopad na pracovní místa

„Pokud jde o úplné nahrazení lidských pracovníků, samotné pokroky v AI nestačí. I když AI umožňuje robotovi

INZERCE

KDY pondělí 14. 10. a úterý 15. 10. 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



STŘÍBRO:

přibory, tabatěrky
a technické stříbro



ŠPERKY:

granátové a brilantové šperky



HODINKY:

náramkové, kapesní
až do roku 1990

**200 Kč**

z vykoupeného předmětu
při předložení vydání.

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

Nepodceňujte chřipku, běžte se naočkovat

Zdá se, že covid-19 nabírá sílu, ale skolit nás mohou i jiné viry.

I když epidemie covidu sílí, není to jediná respirační nemoc, kterou se můžeme v době chladných měsíců nakazit. Každý rok se do Česka vrací chřipka a často v nebyvalé síle. Zpravidla se objeví během zimy a nejinek tomu bude asi i letos. A rozhodně se nejedná o nevinnou banální virózu či nachlazení, jak si mnozí stále myslí. Je to vysoce infekční virové onemocnění dýchacích cest, jež může mít velmi vážný průběh a nezřídka bývá provázeno nebezpečnými komplikacemi.

Podle České vakcinologické společnosti se viry chřipkového onemocnění každoročně nakazí pět až patnáct



Dobrá doba na očkování MAFRA

procent obyvatel, a to rozhodně není málo. Uvádí se, že až dva tisíce lidí ročně této nemocí podlehne.

Nejúčinnější ochranou proti chřipce je očkování. Světová zdravotnická organizace doporučuje vakcinaci zejména vysoce rizikovým skupinám populace, kam se řadí osoby starší 65 let, pacienti s chronickými onemocněními, děti od šesti měsíců do pěti let, těhotné ženy, veřejně činné osoby, ale i pracovníci ve zdravotnictví a sociálních službách.

„Riziko komplikací a závažného průběhu onemocnění, včetně nutné hospitalizace,

stoupá s věkem pacienta. Pro očkovanost lidí starších 65 let je u nás přitom ve srovnání s jinými evropskými zeměmi velmi nízká. V průměru je v Evropě očkovaný proti chřipce každý druhý senior, a to i přesto, že mají vakcínu i její aplikaci plně hrazenou z veřejného zdravotního pojištění,“ říká Jan Bodnár, náměstek ředitele Všeobecné zdravotní pojišťovny (VZP) pro zdravotní péči.

Nejvhodnější doba pro očkování je právě teď – před začátkem chřipkové sezony. O vakcínu si mohou lidé včas zažádat u svého praktického lékaře. „Očkování je třeba opakovat každoročně, vakcínou připravenou na stávající sezonu dle očekávaných kmenů chřipky. Její virus se neustále mění, proto jsou i vakcíny každoročně aktualizovány, aby chránily před právě cirkulujícími kmeny. Ty se

každý rok více či méně liší. Lidský imunitní systém je v případě nové infekce nedokáže rozpoznat, proto prodělaná chřipka člověka nechrání před opakovaním onemocnění v dalším roce,“ upozorňuje Rami Mroueh, generální ředitel Vaccines, Sanofi ČR.

Pokud nepatříte mezi skupiny, které mají očkování hrazeno ze zdravotního pojištění, a musíte si aplikaci vakcíny zaplatit ze svého, můžete získat část peněz zpět. Mnohé pojišťovny totiž přispívají na očkování v rámci svých benefitů. Například VZP nabízí příspěvek z fondu prevence ve výši 200 korun pro dospělé a 300 korun pro děti. Vloni příspěvek využilo zhruba 21 tisíc klientů, zejména dospělých. Příspěvek na očkování je možné použít také na vakcínu Fluenz Tetra, která se aplikuje jako nosní sprej a je určená pro děti od dvou do 18 let. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

UŽ VÁM BYLO 65 A MÁTE JEŠTĚ SPOUSTU PLÁNŮ?

CHŘIPKA AŽ 10× ZVÝŠUJE RIZIKO INFARKTU.

Řekněte si svému praktickému lékaři o vakcínu šitou vám na míru.



Efluelda® Tetra je vakcína k injekčnímu podání do svalu nebo pod kůži. Výdej je vázán na lékařský předpis. Před použitím si pečlivě přečtěte příbalovou informaci a poraďte se s lékařem nebo lékárníkem. Vakcína je určena k prevenci chřipky u dospělých od 60 let věku v souladu s oficiálními doporučeními. Žádná vakcína nemusí plně ochránit všechny očkované osoby. Pacientům od 65 let je hrazena z veřejného zdravotního pojištění ve znění zákona 48/1997 Sb. Vakcinační akce č. j.: MZDR 16692/2024-2/OVZ.

MAT-CZ-2400764-1.0-08/2024

Efluelda® Tetra

Tetravalentní vakcína proti chřipce (stépený virion, inaktivovaný) 60 mikrogramů HA/kmen

PRÉMIOVÉ ČESKÉ MATRACE

za snově NÍZKÉ CENY!



- **48 různých typů v tradičních i netradičních velikostech**
80 x 195 cm až 180 x 200 cm

- **Různé výšky**
14–28 cm

- **Různé tuhosti**
tvrdá, středně tvrdá, měkká

Zdravotní certifikace pro skvělý spánek

Certifikace Oeko-Tex Standard 100 pro zdravotní nezávadnost. Až 7 anatomických zón pro správnou oporu těla zaručuje pohodlný a klidný spánek. Všechny matrace v nabídce jsou hypoalergenní a vhodné i pro děti.

Kvalita bez kompromisů

- Dvojitý pratelný potah s extrakty ALOE VERA, prošívaný dutým vláknem
- Funkce THERMO AIR CONTROL udržuje lůžko vzdušné a suché

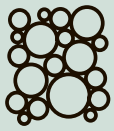
- Měkká paměťová pěna VISCO
- 7zónová masážní profilace
- 3D RAINBOW technologie optimalizuje tuhost matrace při kontaktu s tělem

Nejmodernější certifikované pěny ze západní Evropy. Snímatelný potah s funkcí THERMO AIR CONTROL zaručuje každodenní komfort při spánku.

Testování především

Všechny matrace v nabídce jsou zátěžově testovány pro kontrolu kvality použitých materiálů a jejich dlouhodobé výdrže. Prošli až 100 tisíci zátěžovými cykly. Vyvinuty byly ve spánkovém studiu Ergolab a následně testovány v laboratoři SleepLab ve Švýcarsku.

Klíčové vlastnosti matrací (podle typu modelu)



Flexifoam
pěna



Paměťová
pěna



Počet zón



Prodyšné



Termoregulace



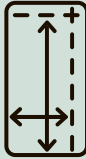
Vhodné
pro alergiky



HR studená
pěna



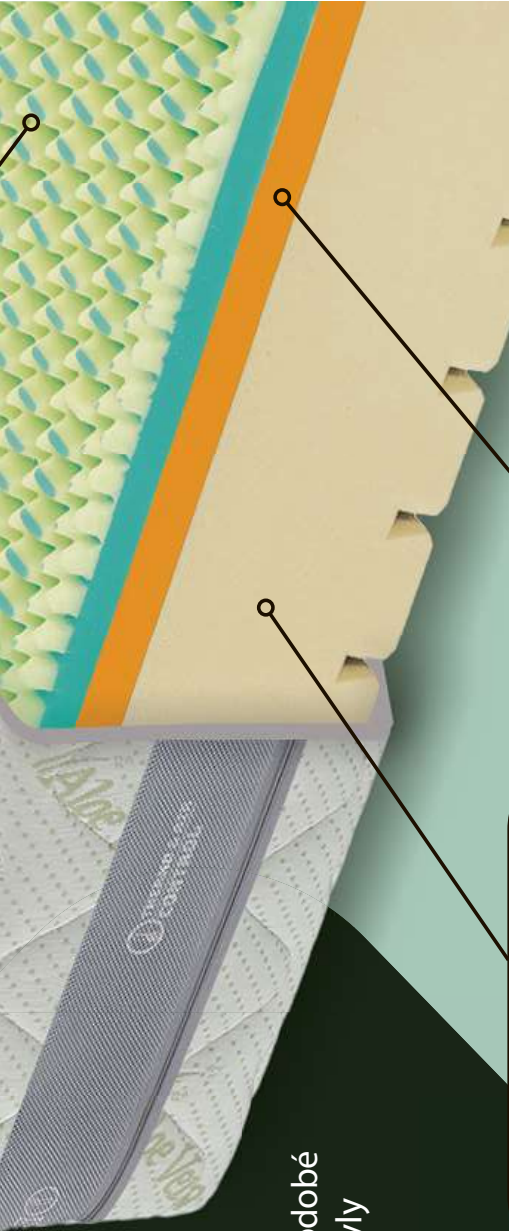
Rainbow
technology



Atypické
rozměry

Dokážeme Vám nabídnout i další vybavu pro zdravý spánek: například **PAMĚŤOVÝ POLŠTÁŘ, HYPOALERGENNÍ CHRÁNIČ, PŘÍKRÝVKU** nebo **TOPPER**. Ale tím to zdaleka nekončí. Připravili jsme pro Vás totiž také jedinečnou nabídku ručně vyráběných **LUXUSNÍCH TEAKOVÝCH POSTELÍ** v různých velikostech a typech.

Nakupovat můžete i na www.mountfield.cz



- Tužší strana ze studené pěny s vynikající prodyšností
- Zvýšená tuhost a odolnost
- Nízké teplotní povrchové napětí (nepřehřívá se)

- Pružící stabilizační vrstva pro zvýšení komfortu a nosnosti
- Vynikající prodyšnost

UKÁZKA Z NABÍDKY PRÉMIOVÝCH ČESKÝCH MATRACÍ

	Rozměr (cm)	Doporučená maloobchodní cena (Kč)	Naše cena (Kč)
FLEXIMAX 14 středně tvrdá – tvrdá, vakuová pěna Flexifoam a RekoGreen	90 x 200	3 610	1 805
ALOE MEMORY 18 středně tvrdá – tvrdá, zdravotnický prostředek, masážní profílce, 7 anatomických zón, paměťová pěna Visco, potah s extrakty Aloe Vera	90 x 200	4 930	2 465
ANTIBACTERIAL ULTRA 17 středně tvrdá – tvrdá, tužší paměťová zdravotní matrace, 7 anatomických zón, paměťová pěna Visco, robustní pěna RekoGreen, potah s jemným bambusovým vláknem	90 x 200	5 370	2 685
ORTOPEDIC MEMORY 18 středně tvrdá – tvrdá, 3D Rainbow technologie, vhodná pro osoby se sníženou pohyblivostí, 7 anatomických zón, paměťová pěna Visco, opora pro klouby, potah Corvus Antialergic s ventilační 3D mřížkou	90 x 200	6 580	3 290
MAXIMUS VISCO 20 středně tvrdá – tvrdá, masážní profílce s 3D RAINBOW technologií, vhodná pro osoby se sníženou pohyblivostí, paměťová pěna Visco, jádro z pružné pěny Flexifoam, 7 anatomických zón, potah s jemným bambusovým vláknem	90 x 200	9 660	3 990
RAINBOW VISCO DELUXE 17 měkká – středně tvrdá, masážní profílce s 3D RAINBOW technologií, speciální zóna pro maximální komfort v pánevní oblasti, paměťová pěna Visco, jádro z pružné pěny Flexifoam, 7 anatomických zón, potah Medical Concept Plus s vláknem Lyocell a ventilační mřížkou	90 x 200	8 780	4 390

Tiskové chyby, změny cen, vyobrazení technických parametrů na této straně vyhrazeny.

Mountfield

otevřeno i v neděli



WWW.EXEKUCESUMPERK.CZ

DRAŽBY NEMOVITOSTÍ

Mgr. Marcel Kubis, Exekutorský úřad Šumperk



VYVOLÁVACÍ
CENA
922 415,-

Opakovaná dražba pozemků v obci Příbor, okres Nový Jičín

Jedná se o opakovanou dražbu nemovitých věcí, a to pozemku parc.č. 2533 - trvalý travní porost, o výměře 288 m², parc.č. 2550 - orná půda, o výměře 918 m², parc.č. 2638/7 - orná půda, o výměře 1.669 m², parc.č. 2638/9 - orná půda, o výměře 370 m², a parc.č. 2532/2 - lesní pozemek, o výměře 298 m², vše v k.ú. a obci Příbor, okres Nový Jičín. Pozemek parc.č. 2533 je situován v jižní části katastrálního území s přístupem po veřejné, zpevněné komunikaci. Dle platného územního plánu města je pozemek zahrnut v plochách jako: „SN - smíšené nezastavěné území“. Pozemky parc.č. 2550, parc.č. 2638/7 a parc.č. 2368/9 jsou situovány v okrajové a tvoří funkční celek s přístupem po zpevněné, veřejné komunikaci. Dle platného územního plánu města jsou pozemky zahrnuty v návrhových plochách jako: „SV - smíšené výrobní“.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 17. 10. 2024.



VYVOLÁVACÍ
CENA
116 000,-

Opakovaná dražba podílu id. 7/64 na pozemcích v obci Velim, okres Kolín

Jedná se o opakovanou dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 7/64 k pozemku parc.č. St. 530/1 - zastavěná plocha a nádvoří, o výměře 2.569 m², a parc.č. St. 530/4 - zastavěná plocha a nádvoří, o výměře 17 m², vše v k.ú. a obci Velim, okres Kolín, které jsou situovány ve vnitřní zastavěné části obce. Pozemky jsou situovány v mírně sklonitém terénu s přístupem po zpevněné, veřejné komunikaci. Na pozemku parc.č. St. 530/4 se nachází objekt bez čp/če - garáž, který je ve vlastnictví jiného subjektu, proto není předmětem dražby. Dle informací ČSÚ v obci Velim je možné napojení na tyto IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod, plynové vedení. Dle platného územního plánu obce jsou pozemky vedeny jako „BH - plochy bydlení – v bytových domech“.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 22. 10. 2024.



VYVOLÁVACÍ
CENA
264 667,-

Dražba podílu id. 1/3 na bytové jednotce 1+1 v obci Meziměstí, okres Náchod

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/3 k bytové jednotce č. 9/8 včetně příslušenství a podílu na společných částech domu č.p. 9 a 10. Bytový dům č.p. 9 se nachází v ulici 5. května, v centru obce Meziměstí. Dům je ½ dvojdomu, podsklepený, s šesti NP s výtahem. Svislé konstrukce železobetonové montované, stropy železobetonové montované, střecha plochá s živčnou krytinou, oplechování pozink. plechem. Fasáda je opatřena strukturovanou omítkou se zateplením. Bytový dům byl postaven cca v roce 1972, v současnosti je v udržovaném stavu. Bytová jednotka č. 9/8 o velikosti 1+1 se nachází ve 3. NP a je v udržovaném stavu.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 5. 11. 2024.



VYVOLÁVACÍ
CENA
128 000,-

Dražba garáže v obci Bechyně, okres Tábor

Jedná se o dražbu řadové, vnitřní, přízemní garáže. Garáž je pravděpodobně založena na základových pasech. Konstrukce garáže je zděná a její stavebnětechnický stav je odpovídající běžné údržbě. Fasáda garáže není zateplená. Střecha garáže je pultová s krytinou z plechu. Na střechě jsou žlaby se svody. Klempířské prvky jsou z pozinkovaného plechu. Vrata garáže jsou plechová dvoukřídlá. Přístup k nemovitosti je po místní nepevněné komunikaci ve vlastnictví města Bechyně. Z IS je přípojka elektřiny pravděpodobně v dosahu, přípojky nebylo možné ověřit.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 6. 11. 2024.



VYVOLÁVACÍ
CENA
18 000,-

Dražba podílu id. 1/4 na pozemku (orná půda) v obci Konice, okres Prostějov

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/4 k pozemku parc.č. 3186 - orná půda, o výměře 3.737 m², v k.ú. Runářov, obec Konice, okres Prostějov. Pozemek se nachází cca 600 m severozápadně od okraje zastavěné části obce. Jedná se o zemědělský pozemek trojúhelníkového tvaru. Pozemek je na severozápadní straně ohraničený lesním porostem, na severovýchodní straně keřovými porosty a nachází se v lánu. K pozemku je přístup přes sousední pozemek parc.č. 3201, který je ve vlastnictví města Konice. V územním plánu je pozemek vedený jako plocha zemědělská.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 7. 11. 2024.



VYVOLÁVACÍ
CENA
82 000,-

Dražba podílu id. 1/5 na pozemcích (orná půda) v obci Skuteč, okres Chrudim

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/5 k pozemku parc.č. 186/13, parc.č. 339/2, parc.č. 417 a parc.č. 419, o celkové výměře 25.273 m², vše v k.ú. Lažany u Skutče, obec Skuteč, okres Chrudim. Oceňované pozemky se nacházejí cca 90 - 650 m severovýchodně od okraje zastavěné části obce Lažany. Jedná se o soubor nesousedících zemědělských pozemků nepravidelných tvarů.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 12. 11. 2024.

Dražba osobního automobilu Volkswagen POLO, vyvolávací cena 9 000,-

Jedná se o dražbu osobního automobilu Volkswagen POLO, SPZ: 7Z3 6290, VIN: WVVZZZ9NZ8Y187724, r.v. 2008, bílá barva. Dražba se koná dne **31. 10. 2024 v 8:00 hod.** na místě samém u předmětu dražby, který se nachází na adrese Traplice 223, 687 04 Uherské Hradiště. Obhlídka předmětu dražby je možná v den dražby od 7:50 hod.

Dražba přívěsného vozíku SACHER, vyvolávací cena 5 000,-

Jedná se o dražbu přívěsného vozíku SACHER, SPZ: 7H6 6499, VIN: TKU1N0203LA750063, první registrace v roce 2020. Dražba se koná dne **5. 11. 2024 v 8:00 hod.** na místě samém u předmětu dražby, který se nachází na adrese Vrchovina 59, 509 01 Nová Paka – Vrchovina. Obhlídka předmětu dražby je možná v den dražby od 7:50 hod.

DRAŽBA MOVITÝCH VĚCÍ

Dovolujeme si Vás pozvat na dražbu movitých věcí, která se uskuteční dne **4. 11. 2024 od 10:00 hod.** v exekutivním skladu na adrese Průmyslový areál SLUNA s.r.o., Lobodice 223, 751 01 Lobodice. Obhlídka věcí je možná od 9:00 hod. Předmětem dražby bude cca 300 movitých věcí, zejména televize, notebooky, herní konzole, motorové pily, křovinořezy, hobby nářadí, hudební nástroje a další. Kompletní dražební seznam bude zveřejněn na webových stránkách soudního exekutora ve druhé polovině října 2024.

Veškeré podrobné informace k jednotlivým dražbám (včetně znaleckého posudku, fotodokumentace a dražební vyhlášky) lze nalézt na výše uvedených dražebních portálech, kdy pro vyhledání použijte název dražby.

POJIŠTĚNÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

Pojistka „na blbost“ má velmi široký záběr



Za své chování nese každý odpovědnost.

Pokud vaší vinou dojde k zásahu do osobní či majetkové sféry někoho jiného, zaplatíte za to. Pokud škodu způsobí vaše děti, také za to zaplatíte. Stejně tak, když bude viníkem váš pes.

Motocyklista narazil do kovového zábradlí

Celkem běžně může jít o statisíce, výjimečně ale nejsou ani milionové částky. Uhradit je za vás může pojišťovna. Tedy pokud budete mít pojištění občanské odpovědnosti.

Říká se, že neštěstí nechodí po horách, ale po lidech.

A praxe to potvrzuje. Přihořit se může opravdu ledač, jako třeba klientce pojišťovny Kooperativa. Ta se při přecházení světelné křižovatky bohužel neřídila světelnými signály a na přechod prochodce vstoupila na čerвенou. Jenže v ten okamžik zde projížděl motorkář a došlo ke střetu. Pak ještě motocyklista v důsledku střetu narazil do kovového zábradlí. Při tom utrpěl mnohočetná zranění, jeho zdraví bylo vážně poškozeno. A došlo k poškození motocyklu. Protože nehodu zavinila chodkyně, nese odpovědnost za škodu na motorce i zdraví motorkáře.

„Náklady za újmu na zdraví budou mnoho milionů korun. Bohužel pojištěná měla sjednáno pojištění občanské

odpovědnosti jen v rozsahu dvou milionů korun. Tato částka je již vyčerpána a další nároky půjdou k tíži pojištěné,“ popisuje Milan Káňa, tiskový mluvčí Kooperativy.

Škody dětí ve škole nebo na návštěvě u kamaráda

Právě pojištění odpovědnosti z občanského života (občanské odpovědnosti), nebo chcete-li pojistka „na blbost“, vás tedy dokáže ochránit před finančními následky škod způsobených neopatrností nebo prostě náhodou. Pokrýt dokáže škody způsobené v rámci každodenních činností, ať už v rámci chodu vlastní domácnosti, nakupování, venčení psa, nebo dokonce při rekreačních sportech. Stejně tak škody, které

by způsobily třeba děti ve škole nebo na návštěvě u kamaráda. Jak ale ukazuje uvedená pojistná událost, platit to bude jen za předpokladu, že bude správně nastavené. Jak na to?

Tento typ pojistky se nejčastěji sjednává společně s pojištěním nemovitosti a domácnosti. V takovém případě bývá obvykle i cenově zvýhodněné. Lze si ho ale uzavřít i samostatně. Ti, co cestují, si ho mohou sjednat také v rámci cestovního pojištění.

Zcela běžně už je dnes možné sjednání online. Ti, kteří preferují osobní kontakt, ale samozřejmě mohou zajít na některou z poboček vybrané pojišťovny nebo si domluvit schůzku s pojišťovacím poradcem.

IDNES.cz

INZERCE

A JE VYMALOVÁNO! PENÍZE ZA VYTOPENOU KOUPELNU POŠLEME HNED PO TELEFONÁTU.

Vaše starosti si bereme na starost.
Pojištění majetku s asistencí


Kooperativa
VIENNA INSURANCE GROUP

KVALITA ŽIVOTNÍHO POJIŠTĚNÍ R

Lidé se v řešení pojistných událostí čím dál lépe orientují, zaměřují na krytí velkých rizik, jako jsou invalidita, trvalé následky a smrt. A tím, jak roste kvalita pojištění, roste i pojistná ochrana klientů.

Na posun správným směrem při uzavírání životního pojištění ze strany klientů ukazují letošní výsledky průzkumu České asociace pojišťoven (ČAP). Podle nich většina klientů při sjednávání pojištění považuje za nejdůležitější právě to, jaká rizika kryje. A dříve velmi často akcentovaná cena se dostala na druhé místo. Pojišťovaná rizika hrají nejdůležitější roli při podpisu smlouvy pro 68 procent Čechů, u lidí s vysokoškolským vzděláním je to dokonce 81 procent.



Cena sehrává při uzavírání pojištění stále velmi důležitou roli.

3x PROFIMEDIA

Důležitá je i srozumitelnost smlouvy

„Vzdělanější populace se obecně lépe orientuje ve financích, a tedy i pojistných produktech, zná detailnější principy, na kterých fungují. Není tedy překvapením, že více pozornosti věnují rozsahu krytí než jiným parametřům,“ komentuje výsledky průzkumu výkonný ředitel ČAP Jan Matoušek. Upozorňu-

je zároveň, že cena sehrává při uzavírání pojištění stále velmi důležitou roli, hledí na ni 63 procent z dotazovaných.

Jako další významné parametry při uzavírání životního pojištění vyšly v průzkumu srozumitelnost smlouvy a možnost úpravy podmínek v době její platnosti. Lidé požadují především variantu, kdy si mohou snížit, nebo na-

opak zvýšit pojistné částky. A dále vítají i možnost přidat si do smlouvy další pojištěné osoby.

Jaká je nabídka na tuzemském trhu

Na českém pojistném trhu už se dokonce vyprofilovaly pojišťovny, které nabízejí pojištění krytí pouze na vážná rizika. Pojištění vymknutého kotníku nebo našťipnutého pal-

ce se tak u nich lidé nedočkají. Což je podle finančního a investičního poradce skupiny Partners Lukáše Urbánka jedině dobře. „Pojištění by mělo být primárně zaměřeno na rizika, která s největší pravděpodobností ani nenastanou, ale jsou to rizika, která mají významný dopad na domácí rozpočet,“ shrnuje přístup k životnímu pojištění.

INZERCE



Jak se vyvarovat podpojištění?

Jak správně nastavit pojistnou částku?

Při stanovení pojistné částky pomůže klientům Allianz poradce, který při tvorbě návrhu pojištění zadá do systému informace o pojišťované stavbě – například zastavěnou plochu, počet podlaží, typ střechy, zda je budova podsklepená, stáří budovy, a systém doporučí pojistnou částku, kterou si však klient může dále navýšit, pokud doporučená pojistná částka neodpovídá jeho potřebám např. s ohledem na instalaci technologií, které má klient spojené s budovou typu FVE či tepelné čerpadlo nebo pokud se jedná o atypický rodinný dům apod.. Důležitou podmínkou pro doporučení správné pojistné částky je samozřejmě to, že klient pojišťovně poskytne pravdivé informace. O tom, jaká je zastavěná nebo užitná plocha, zda je stavba jednopodlažní či vícepodlažní, zda je podsklepená či nikoli, jestli je střecha skloněná či plochá, jaké je stáří budovy atd.

To vše může mít vliv na hodnotu majetku a pojištění domu, chaty by tomu mělo odpovídat. V případě podpojištění, tedy když pojistná částka bude nižší, než je hodnota pojištěného majetku, totiž může pojišťovna ze zákona snížit vyplácené pojistné plnění v případě tzv. parciálních (dílčích) škod.

Aktualizujte si pojištění pravidelně

„U starších pojistných smluv nemusí být problém jen nízká pojistná částka a riziko podpojištění, ale i nedostačující rozsah pojistného krytí. Proto lze jen doporučit, aby klient s pomocí obchodního zprostředkovatele zvážil náhradu původní starší smlouvy novou, díky které si klient nejen aktualizuje pojistnou částku, ale také si sjedná kvalitnější ochranu pro svůj majetek,“ vysvětluje senior expert pojištění majetku Allianz Veronika Hašplová.

Pojišťovna bohužel nemá možnost okamžitě zjistit, **jestli jste podpojištěni**. Dozví se to až v případě škody, kdy se při šetření pojistné události ukáže, že je pojistná částka nižší než pojistná hodnota. To se může stát nejen kvůli změně cen stavebních materiálů, prací apod., ale třeba proto, že jste do svého bydlení nebo domácnosti investovali, například rekonstrukcí nebo nákupem nového zařízení. „Klientům maximálně pomáháme s tím, aby k podpojištění nedocházelo. Náš sjednávací systém je nastaven tak, že po zadání potřebných informací doporučí klientovi pojistnou částku pro jeho rodinný dům, chatu i chalupu. Těm, kteří už u nás pojištění mají, navrhujeme při každoročním obnovení smlouvy také valorizaci pojistné částky,“ dodává Hašplová.

OSTE, ZVYŠUJE SE I OCHRANA



Důležité je správně vydefinovat rizika, na která se má daný klient pojistit, navíc ve správné výši.



Finanční rezervy

„Bavíme se zejména o riziku trvalé invalidity, úmrtí, vážných nemocí, trvalých následcích úrazu a dlouhodobé pracovní neschopnosti,“ vyjasňuje nejzávažnější rizika s největšími dopady do života lidí Urbánek. I životní pojištění se v čase vyvíjí a zlepšuje

Současnou nabídku na pojistném trhu považuje za dostatečnou a kvalitní. Nicméně

ně uznává, že i ta se v Česku vyvíjela. Například před rokem 2000 si lidé sjednávali pouze kapitálové životní pojištění nebo úrazové pojištění, a oba produkty byly podle něj velmi drahé.

„Pokud chtěl být klient pojištěný na jeden milion korun, musel počítat s tím, že za dobu trvání pojistné smlouvy ten milion také téměř celý zaplatí,“ připomíná

dobu před necelým čtvrt stoletím. Později se objevilo životní pojištění s investiční složkou, které sice bylo co do parametrů pro klienta o něco výhodnější, a na zmiňovaný milion korun se zájemce pojistil i za několik stovek. Ani tento produkt ale nebyl ideální.

„Nyní na trhu dominuje rizikové životní pojištění, kde se nevytváří žádná finanční rezerva a veškeré pojistné jde na

úhradu nákladů spojených se samotným pojištěním,“ dodává poradce. Samotné pojištění za nijak zvlášť složité nepovažuje. Důležité je ale správně vydefinovat rizika, na která se má daný klient pojistit, navíc ve správné výši. A s tím už podle něj problém být může.

„Chceme-li mít správně nastavené pojištění, musíme počítat s tím, že se nás bude poradce ptát na spoustu infor-

mací a mnohdy velmi osobních,“ říká s tím, že on sám vyhodnocuje pro správné nastavení pojistné ochrany 25 parametrů. Jde třeba o celkovou majetkovou a finanční situaci klienta, o jeho příjmy, daňové povinnosti, ale i o rodinný stav, počet a věk dětí či závazky vůči bance a jiným institucím. Bez těchto a dalších informací nelze pojištění správně nastavit. **IDNES.cz**

INZERCE

Máte nemovitost?

Zkontrolujte, zda je dobře pojištěna

Mít svoji nemovitost dobře pojištěnou by měla být samozřejmost, říká ředitel Centra likvidací v pojišťovně Kooperativa Ondřej Poul. Přesto stále existuje až 30 % nemovitostí, které nejsou vůbec pojištěny.



Ondřej Poul

svůj majetek dostatečně chráněn. V případě škody pak peníze od pojišťovny nemusí a asi ani nebudou na opravu či znovupořízení nemovitosti stačit.

Řešili jsme případ rodinného domu, který je pojištěn na hodnotu 6,5 milionu Kč, ale současná pojistná částka by měla být okolo 11 milionů Kč. Smlouva je staršího data, v posledních dvou letech jsme klientovi nabídli úpravu smlouvy a indexaci, která by mu zajistila odpovídající navýšení pojistné částky, ale ani jedné nabídky klient nevyužil. Pojistné plnění tedy na opravu nebude stačit, cca čtyřicet

Navíc naše zkušenosti z posledních týdnů, kdy jsme byli svědky povodní zničených domů, opět ukazují, že někteří klienti smlouvu o pojištění již řadu let neaktualizovali a nemají tak



procent částky bude muset dát ze svého.

Proto je důležité pojištění pravidelně, například každé dva roky, aktualizovat. Zároveň můžete získat novější produkt pojištění majetku s dalšími výhodami, u Kooperativy například s cykloasistencí zdarma.

NÁHRADNÍ SPOTŘEBIČ A PROBLÉM JE PRYČ



250 Kč
ročně

DOMÁCÍ ASISTENCE PLUS
k pojištění majetku

Soutěžte o vouchery v celkové hodnotě **400 000 Kč.***



*Více o soutěži včetně pravidel naleznete na www.cpp.cz/soutez

Na dovolené pomáhá i vrtulník

Autoasistence jsou čím dál využívanější.

Počet asistenčních a pojistných událostí v zahraničí, které řešila v průběhu letošních dovolených společnost Europ Assistance, meziročně vzrostl. „Počet autoasistencí vzrostl oproti loňskému roku téměř o 28 procent, zatímco případy spojené s cestovním pojištěním zaznamenaly nárůst o 12 procent,“ uvádí Lukáš Soural, obchodní ředitel Europ Assistance. „Souvisí to jak s rozvojem cestovního ruchu, tak s nárůstem podílu turistů, kteří před dovolenou cestovní pojištění a smlouvy na asistenční služby uzavírají,“ doplňuje.

Linky drnčely o něco víc

Zatímco v červenci a srpnu 2023 řešila společnost Europ Assistance 32 264 asistenčních případů, ve stejném období 2024 vzrostl jejich počet na 41 281, což představuje nárůst o 27,95 procenta. Výraz-



Na Islandu se odehrálo drama. Mělo dobrý konec.

PROFIMEDIA

ně – z 106 047 na 124 678, tedy o 17,57 procenta – se zvýšil rovněž počet příchozích telefonických hovorů na linkách.

V 1046 případech byla nehoda či porucha takového rozsahu, že ji nebylo možné odstranit na místě a společnost Europ Assistance zajišťovala repatriaci vozidla.

„Musel přijet deratizátor“

„Nejvíce asistenčních zásahů jsme zaznamenali v Německu, Chorvatsku a Rakousku, šlo zejména o poruchy, neho-

dy vozidel či defekty pneumatik,“ dodává Soural. „Důvody byly občas kuriózní. Například jsme řešili situaci, kdy se řidiči během zahraniční cesty pod palubní deskou rozmnožily myši a začaly poškozo- vat interiér vozidla. Na místo musel přijet deratizátor.“

Cestovní pojištění pomohlo o dovolených 11 437 klientům Europ Assistance, z toho v 10 865 případech se jednalo o cestovní nebo pobytové problémy a v 572 případech o problémy zdravotní. Operátoři společnosti přijali v této sou-

vislosti 34 195 příchozích telefonických hovorů.

Problémy na Islandu

Počet pojistných událostí v dovolenkovém období, na které se vztahuje cestovní pojištění, vzrostl z 10 169 v roce 2023 na 11 437 v roce 2024, to je meziročně o 12,47 procenta. Na druhé straně se snížil počet hlášených úrazů a onemocnění v zahraničí, a to z 686 v roce 2023 na 572 v roce 2024. „Většina zdravotních problémů našťastí nebyla vážná. Převládaly

případy lehké gastroenteritidy, záněty horních cest dýchacích a záněty uší. Nicméně nechyběly ani vážnější úrazy, jako jsou zlomeniny končetin. Ve 131 případech jsme zajišťovali repatriaci zraněných nebo nemocných osob,“ pokračuje Lukáš Soural. „Nejvíce případů krytých cestovním pojištěním jsme samozřejmě řešili v nejoblíbenějších turistických destinacích – v Turecku (2737), Egyptě (1307) a v Řecku (1083),“ dodává.

„Spolu s Colonnade Insurance jsme pomáhali s návratem z Turecka a Egypta 79 rodinám, jejichž cestovní kancelář zkrachovala. Pro všechny bylo nutné zajistit transfery z hotelu a letenky do vlasti,“ zmiňuje nejsledovanější případy Soural. „Vážná byla i nehoda autobusu, ve kterém se nacházelo 22 českých cestujících, na severu Islandu. Pomáhali jsme při zajištění převozu zraněných turistů do nemocnice v Reykjavíku a Akureyri, což se neobešlo bez vrtulníku a malých letadel.“

MET

INZERCE

Pojišťovna vám může půjčit třeba i ledničku

Běžnou součástí majetkového pojištění jsou dnes i asistenční služby. V České podnikatelské pojišťovně dokážeme rychle zprostředkovat služby zámečníka, elektrikáře nebo instalatéra. Věděli jste však, že vám v případě poruchy spotřebiče pojišťovna pro dobu opravy zapůjčí náhradní?

Lidé často ani nevědí, na co všechno se dá pomoc pojišťovny v rámci asistenčních služeb majetkového pojištění využít,“ říká Michal Šimon, manažer neživotního pojištění v ČPP. „Asistenční služby pomohou řešit i situace, kdy se vám rozbije spotřebič, například lednička nebo pračka. Po dobu opravy pojišťovna zajistí i zapůjčení náhradního spotřebiče, takže chod domácnosti zůstane nenarušen. Kvalitní asistence jsou vždy dobrý nápad, v případě nouze vám odpadne mnoho starostí. Jednoduše zavoláte na linku naší asistenční služby o vše bude postaráno,“ doplňuje Šimon.

Jelikož zájem o asistenční služby stále roste, ČPP přišla se dvěma variantami k majetkovému pojištění DOMEX+ tak, aby si každý přišel na své. Domácí asistence jsou již obsaženy v základní ceně a zajistí klientům kvalitní služby. V rámci Domácích asistencí

plus, které ČPP nabízí za 250 korun ročně, pak mají klienti nárok kromě zapůjčení volně stojícího spotřebiče navíc také nárok na pomoc v případě poruchy fotovoltaické elektrárny, garážových vrat, solárních systémů na ohřev vody, tepelného čerpadla nebo wallboxu.

Co dělat, když se zaseknou garážová vrata nebo přestane fungovat pračka?

„Když se cokoliv stane, doporučujeme lidem rovnou volat na linku asistenční služby, která se vším poradí. Doporučujeme také volat ještě předtím, než si lidé sami zajistí pomoc. Pojišťovny, respektive poskytovatelé asistenčních služeb, mají smlouvené partnery, kteří jsou k dispozici,“ vysvětluje Michal Šimon z ČPP. Asistenční služby jsou opravdu dobrou vychytávkou, protože najít v dnešní době rychle



kvalitního řemeslníka není vůbec jednoduché. Nemusíte nikoho shánět, nemusíte obvolávat deset firem, stačí zavolat asistenční službu a ta všechno zařídí.

Za majetkové pojištění dáte ročně méně, než kolik by vás stála oprava lednice

Průměrné náklady na pojištění domácnosti a nemovitosti se pohybují od stovek

do několika tisíc korun ročně. Například u bytu o velikosti 40 m², s hodnotou 4 miliony korun zaplatíte okolo 2 500 korun. Zatímco rozsáhlejší oprava velkého spotřebiče na této částce přibližně začíná. Aby však pojištění plnilo svou funkci, je potřeba mít na paměti, že tři roky stará smlouva již nemusí odpovídat realitě, proto je potřeba smlouvy pravidelně revido-

vat. „Základním parametrem majetkového pojištění je pojistná částka. Aby byla tato částka správně nastavena po celou dobu trvání pojištění, doporučujeme klientům, aby využívali automatickou valorizaci (indexaci). Ta ohlídá, že váš majetek bude vždy co do výše pojistné částky správně pojištěn a klientům v tomto případě garantujeme, že v případě pojistné události nebudeme uplatňovat podpojištění. Pro účely správného nastavení pojistné částky u pojištění rodinných domů mohou lidé využít nástroj, který byl v nedávné době připraven ve spolupráci České asociace pojišťoven s ČVUT. Novou majetkovou kalkulačku můžete vyzkoušet na našem webu www.cpp.cz,“ vyzývá Michal Šimon.

SOUTĚŽ O VOUCHERY V CELKOVÉ HODNOTĚ 400 TISÍC KORUN

„Kampaň jsme pro letošní podzim obohatili o spotřebitelskou soutěž o 40 voucherů v celkové hodnotě 400 000 Kč k nákupu spotřebičů a elektroniky,“ říká Michal Šimon. Soutěž bude probíhat v termínu od 16. 9. do 24. 11. 2024. Více informací a podmínky soutěže naleznete na www.cpp.cz/soutez.

Pojištění bytových domů

Kde najdete klíč ke svým bezpečným domovům?

Proč je důležité mít pojištěný bytový dům? Nejde jen o velké škody způsobené mimořádnými událostmi, jako jsou požáry či povodně, ale také o méně fatální škody, které však mohou způsobit velké problémy.

Dobrá pojistka. Co obsahuje?

Češi se nejvíce obávají, že jim jejich domov zničí požár. Přitom nejčastější škody, které v pojišťovně Uniqa řeší, způsobila voda ve všech podobách. A nemusí to být hned povodeň, ale i menší a mnohem častější události, jako jsou přívalové deště, vichřice, poruchy vodovodních řadů a další, mohou poškodit společný domov.

Příklady, kde všude umí pojištění pomoci

1) U pojištěného bytového domu ptáci poškodili zateple-



Pocit bezpečí je k nezaplacení.

PROFIMEDIA

nou fasádu. Plášť domu poškodili na 16 místech. Uniqa vyplatila 40 915 korun a obyvatelé domu nemuseli hradit celou opravu ze společných peněz.

2) Obyvatelé jiného bytového domu si svůj pozemek u vcho-

du a mezi garážemi ozdobili krásnými velkými osázenými květináči. Ty jim dělaly radost do doby, než jim je někdo v noci poškodil. Těžké květináče shodil ze soklů, takže se rozbily. Padající kusy navíc poškodily vedle zaparkované auto. Díky pojištění

vandalismu byla společenství vlastníků vyplacena škoda 30 150 korun za poničené květináče a opravu soklů, z pojištění odpovědnosti, které společenství vlastníků mělo dobře nastavené, byla uhrazena škoda na autě.

3) Pro bytové domy je vhodné i technické/strojní pojištění, které pomůže například i s výdaji na opravu výtahů. V takto pojištěném bytovém domě řešili zastavení výtahu v mezipatře, kdy byla cítit i spálenina. Přivolaný pohotovostní technik musel opravit spálený frekvenční měnič z důvodu přepětí v síti. Škodu za vyhledání závady, opravu a náhradní díly ve výši 63 882 korun pokrylo správně nastavené pojištění.

4) Vichřice, která doprovázela silnou bouřku, vytrhla upevnění společné TV antény na střeše pojištěného bytového domu. Anténa následně poškodila povrch střechy a při pádu ze střechy navíc poničila okna a fasádu v horních patrech sousedního domu. Živelní pojištění vichřice pomohlo s úhradou škody ve výši 133 162 korun na anténě a poničené střeše a pojištění odpovědnosti pak uhradilo škodu 80 400 korun, která byla způsobena sousednímu domu.

MET

INZERCE

 **UNIQA**

Společně žijeme klidněji.

S pojištěním domácnosti si snadno zajistíte opraváře, instalatéra i právníka.

Asistenční služby v ceně pojištění

uniqa.cz

lepší život společně

Obchodní sdělení

Zaměstnanci v Evropské unii „zásobují“ psychiatry

Psychické potíže pracujících stojí ekonomiku EU 170 miliard eur ročně.

Žertujeme, že se kolega chová jako blázen, když nás zarazí jeho neobvyklé reakce. Nemusí to být ale jen povahou, může se jednat o psychické záležitosti, jež nejsou vidět. Není to sádra na noze, přesto bolí a rozhodují jak o soukromém, tak profesním životě člověka. Duševní zdraví na pracovišti je téma letošního Světového dne duševního zdraví, který připadá na 10. října.

Téměř třetina lidí se trápí, ekonomika trpí

Důležitým faktorem je stres na pracovišti, který přispívá asi k polovině všech zameškaných dnů v práci. Ze současných výzkumů vyplývá, že firmy duševní zdraví neřeší dostatečně, a je proto důležité zaměřit se na prevenci a podporu. „Podle dostupných dat odpovědných evropských institucí šedesát procent světové populace pracuje a až patnáct procent dospělých v produktivním věku má nějaké duševní onemocnění. Pracovní stres je přitom jedním z klíčových rizikových faktorů pro duševní zdraví. V roce 2022 trpělo v Evropské unii stresem, depresí a úzkostí 27 procent pracovníků. Má to vliv i na ekonomiku – jen úzkostné poruchy a deprese samy o sobě stojí ekonomiku EU asi 170 miliard eur ročně,



Míru stresu někdy neodhadne ani zaměstnanec, ani jeho zaměstnavatel. Dlouhodobá psychická zátěž neprospívá ani jedné straně a má vliv i na ekonomiku firmy.

MAFRA

ně,“ popisuje Tomáš Jelínek, klinický psycholog a metodik ve výzkumném programu Veřejného duševního zdraví Národního ústavu duševního zdraví (NÚDZ).

Stres je všudypřítomný, měl by mít ale hranice

Důsledkem zhoršeného duševního zdraví je nižší produktivita a absence v zaměstnání. Určitá míra stresu v práci je nevyhnutelná, důležité jsou však schopnosti jej zvládat.

Zásadní je v tomto ohledu podpora zaměstnavatele. Pokud je míra stresu dlouhodobě příliš vysoká a schopnost jej zvládat nedostatečná, může to vést to ke snížení spokojenosti s prací, konfliktům, vyhoření, absencím i fluktuaci zaměstnanců na pracovišti. Stres navíc přispívá asi k polovině všech zameškaných dnů v práci.

Systematické řešení chybí

„Příklady dobré praxe i politiky v této oblasti existují, stejně jako poměrně spolehlivá evidence o efektivitě a ekonomických přínosech programu na podporu duševního zdraví v zaměstnání,“ říká Petr Winkler, ředitel NÚDZ.

Zaměstnavatelé v Česku i v Evropě takové programy zpravidla nemají. Když už si problémy uvědomují, například kvůli sebevraždě na pracovišti, nízké produktivitě práce nebo velké míře vyhoření v top managementu, sahají ke zkratkovitým řešením, která nepomáhají. To se často děje pod vlivem well-being průmyslu, který nabízí, až znucuje jednoduchá, ale drahá a nefunkční řešení.

„Pomohla by národní nebo mezinárodní certifikace zaměstnavatelů podporujících duševní zdraví, která by jasně odlišila kvalitní progra-

my,“ podotýká Winkler. Duševnímu zdraví se věnuje například web opatruj.se, provozovaný právě Národním ústavem duševního zdraví. Na webu si návštěvníci, kteří mají podezření na duševní obtíže, mohou vyzkoušet několik screeningových testů. Zároveň zde najdou řadu užitečných tipů, jak pracovní stres eliminovat. Tyto nástroje začínají doporučovat a využívat i někteří velcí zaměstnavatelé v Česku.

„Důležité přitom je dělat takovou práci, která je pro člověka smysluplná a naplňující. Taková práce člověka více baví a je motivován k lepším výsledkům. Zásadní je také pracovní atmosféra: kolegové, mezi něž takřikajíc zapadnete, inspirativní vedení a soulad vašich hodnot s těmi, jež propaguje společnost, pro níž pracujete,“ popisuje Jelínek.

PH

JOB

ŘEŠENÍ

V NÚDZ probíhá Projekt Prevence a podpora duševního zdraví dospělé populace.

- Součástí je vzdělávání vedoucích pro zlepšení postojů v oblasti otevřené komunikace a destigmatizace tématu duševního zdraví na pracovišti.
- Pogram nabízí i první pomoc při projevech deprese.

PH

INZERCE

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Specialista/ka Call Centra so slovenčinou. Chut' učiť sa novým veciam. Chut' pracovať a ovplyvniť výšku svojej výplaty. Vhodné aj pre absolventov. Ukrajinský alebo ruský jazyk veľkou výhodou. Anna Brůčková, tel: +420 737 263 483, E-mail: aaaauto@datacruit.net

AURES Holdings a.s.

SÚKL

Státní ústav pro kontrolu léčiv

Inspektor/ka Oddělení dohledu nad zpracováním biologických materiálů, VŠ farmacie, všeobecné lékařství, biochemie, biologie, praxe § 23 odst. 4 zákona č. 296/2008 Sb. o LTB, 3 roky odborné praxe, AJ, MS Office 2010, RP sk. B. E-mail: andrea.golova@sukl.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/08BI32

Administrativní pracovník/ice v Odd. kontroly ZP SŠ/VOŠ, PC MS Office, spisová služba-zaučení, AJ středně pokročilá znalost, svědomitost, pečlivost, samostatnost, loajalita, komunikační dovednosti, týmová spolupráce. E-mail: andrea.golova@sukl.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/AY5UI9

SÚKL

Státní ústav pro kontrolu léčiv

MANAŽER OBCHODNÍ SKUPINY/OBCHODNÍ ZÁSTUPCE-celá ČR Vaším denním chlebem bude hledání nových klientů, zjištění potřeb klienta pro volbu té nejvhodnější služby, péče o stávající klienty. Vaším výsledkem práce bude uzavřená smlouva. E-mail: brinkova@das.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/G964ZN

DAS

D.A.S. právní ochrana, pobočka ERGO Versicherung...

Administrativní pracovník/pracovnice pro recepci ÚSO, komunikativnost, odolný vůči stresu, zkušenost ve zdravotnick. provozu výhodou, nástup ihned/dohodou, bez pohotovostních služeb, krátké a dlouhé směny. Plat dle předpisů pro PO. E-mail: personalni@revma.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/8PMIOP

RÚ

Revmatologický ústav

REGIONÁLNÍ MANAŽER - Plzeň, zkušenosti z oblasti obchodu, nejlépe pojišťovnictví, tvůrčí myšlení, schopnost motivovat tým, výtvarnost, pracovní nasazení, zkušenosti s nábořem a výběrem obchodních zástupců na IČO, SŠ/VŠ, RP sk. B. E-mail: brinkova@das.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/QPV5K0

DAS

D.A.S. právní ochrana, pobočka ERGO Versicherung...

Nová miss by měla být inteligentní a talentovaná



Finále soutěže začne zítra v 18 hodin.

CHARME MODELS

Během soutěže krásy se určí nová Miss a Mistr Charmé.

Milovníci módních radovánek, pozor. Už zítra proběhne ve Strážovicích 17. ročník netradiční soutěže krásy těla, ale především duše, ve které se představí bývalí vítězové, ale také se nově předvedou

další velmi talentovaní finalisté, jako například zpěvák Sten Vox, studenti konzervatoře Adéla Ondrušová a Tomáš Jiřík. Mezi známými osobnostmi se objeví také Luděk Sobota či Halina Pawłowska.

„Letošním tématem jsou hvězdy. Celým večerem nás provede talentovaný herec a muzikálový zpěvák Jakub Uličník. Na vítěze letošního ročníku originální volby Miss a Mistr Charmé 2024 čeká opět velké množství krásných darů, jako je například pobyt v nádherném hotelu ve Strážovicích, kde se celá akce bude konat,“ říká pro deník Metro ředitelka soutěže Jana Nováková. Přihlásit se podle jejích slov může naprosto kdokoliv. „Kritéria na věk, výšku a váhu nemáme striktně určená. Klademe důraz na výběr talentovaných, inteligentních, kreativních a šarmantních osobností. Berme však také v potaz, že by měl dotyčný adept splňovat také adekvátní fyzické předpoklady,“ nastiňuje vhodného soutěžícího Nováková. Originalita soutěže se projevuje nejen v návrhářských modelech, ale také nabízí zajímavé choreografie.

Jak se vlastně podle Novákové proměnil ideál krásy za posledních dvacet let? „Doba Twiggy je už dávno passé. Díky bohu. Myslím, že by dívky měly dbát především na zdravý životní styl a nemít ambice být extrémně šíhlé a tak podobně, což mnohdy vede k anorexii. V naší agentuře Charmé jsme vždy upřednostňovali pěkně tvarované postavy manekýnek, modelek, manekýnů,“ dodává Nováková.

TES

KRÁTCE

Pendulum

Imagination Festival zve fanoušky elektronické hudby na další nezapomenutelnou cestu plnou audiovizuální magie. V pátek 15. listopadu se vrátí do nově zrekonstruovaných Křížkových pavilonů na Výstavišti v Holešovicích. Jako headliner vystoupí australský Pendulum. Představí se 17 zahraničních hvězd. **MET**

99 Zasloužím si tu nejlepší péči 66

Značka **VEGAN**

Balea MEN
pečující olej na vousy
50 ml
109 Kč
21,80 Kč za 10 ml
▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 30.08.2024 109 Kč
27.01.2022 129 Kč

Balea MEN
Energy
oční polštářky
2 ks
19⁹⁰ Kč
9,95 Kč za 1 ks
▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.08.2024 19,90 Kč
26.06.2022 29,90 Kč

Moje dm-app
 dm.cz

**ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI**

Umělá inteligence i gastronomie

Gastronomie v cestovním ruchu, bezbariérovost nebo marketing středních Čech – nejen o těchto tématech se bude diskutovat na druhém ročníku Středočeského fóra cestovního ruchu v úterý 5. listopadu od 9 hodin v Senohrabech.

Konferenci s podtitulem Cestování v digitální éře pořádá Středočeská centrála cestovního ruchu v Hotelu SEN Senohraby. Na fóru se sejdou experti a podnikatelé z cestovního ruchu, příspěvkové organizace kraje i zástupci

destinačního managementu. V rámci prezentací a networkingu budou představeny aktivity Středočeské centrály cestovního ruchu (SCCR) včetně příkladu z praxe – nového produktu Pustit k vodě.

Debatovat se bude také o cestování bez bariér, umělé inteligenci anebo propojení gastronomie s cestovním ruchem. „Středočeské fórum cestovního ruchu je výjimečnou příležitostí, jak propojit odborníky, podnikatele a oblastní organizace destinačního managementu s cílem

posílit cestovní ruch v našem kraji. Zvláštní důraz letos kládeme na téma digitalizace a moderních technologií, které zásadně mění způsob, jakým cestujeme a jakým je turistická nabídka prezentována. Těší mě, že do diskuze zapojíme i otázky udržitelnosti a bezbariérovosti, což jsou klíčové oblasti, které budou formovat budoucnost cestovního ruchu,“ uvedl Václav Švenda, radní pro oblast kultury, památkové péče a cestovního ruchu Středočeského kraje. Dopolední blok otevře Tere-

za Hofmanová, zástupkyně Czech Convention Bureau, hlavního partnera letošního fóra. Vystoupí rovněž zástupci SCCR včetně ředitele Jakuba Kulhánka. Petr Janeček z Institutu turismu CzechTourism představí data za individuální ubytovací zařízení v regionu a David Laryš ze Středočeského inovačního centra se zaměří na budování inovačního ekosystému Středočeského kraje v digitální době. Zazní také informace o bezbariérovém cestování ve spojení se spolkem Disway. **MET**



Akce Středočeské fórum cestovního ruchu

SCCR

David I. Grossman

Poslední svědek

Příběh muže, který přežil tři koncentrační tábory
a na konci války unikl
z hořícího pekla lodě Cap Arcona

BETA

MET

MET

Příběh hrdiny hlubokých lesů Hasila ožije pomocí animace

Režisér Kris Kelly, oceněný cenami BAFTA či Emmy, film osobně uvede v předpremiérách v Praze.

Skutečný a strhující příběh Josefa Hasila, označovaného Státní bezpečností jako Král Šumavy, představí česko-irský film Králové Šumavy v režii Krise Kellyho. Do distribuce jej uvede Artcam 28. listopadu, předtím bude k vidění v předpremiérách na mnoha místech republiky včetně Šumavy. Akční i romantický příběh legendy převaděčství ožívá prostřednictvím rotoskopické animace známé například z filmu Alois Nebel, k tomu filmaři zaznamenali unikátní výpovědi tehdejších aktérů včetně obsáhlé exkluzivní zpovědi samotného Hasila. Snímek vstupuje do kin u příležitosti 100. výročí Hasilova narození a zároveň téměř přesně pět let od jeho smrti 15. listopadu 2019.

Skromné poměry

Josef Hasil pocházel ze skromných poměrů početné šumavské rodiny, ve 24 letech nastoupil k pohraniční posádce na česko-německo-rakouském trojmezí. Pomáhal lidem při útěku z komunistického Československa. V roce 1948 byl odhalen a uvězněn na devět let, z lágru dokázal po půl roce věznění utéct a dostat se do Západního Německa. Odtud se vrátil do Československa jako „skutečný český James Bond“, agent americké zpravodajské služ-

by CIC (předchůdce CIA), jeho výzvědná skupina poskytovala Západu cenné informace. Svou převaděčskou činnost musel ukončit po zadrátování hranic v roce 1953, rok nato odjel z Bavorska do USA. Po sametové revoluci navštěvoval svou rodnou zemi, v roce 2001 dostal od tehdejšího prezidenta Václava Havla vyznamenání medaili Za hrdinství.



Film je vytvořen i pomocí stejné animace jako Alois Nebel.



Paní Vlasta byla kdysi jednou z převedených. 2x ARTCAM

Setkání před kamerou

Kromě samotného Josefa Hasila, s nímž tvůrci natáčeli v jeho americkém bydlišti v Chicagu krátce před jeho smrtí, tvůrci zaznamenali také životní story paní Vlasty žijící v Kanadě. Tu Hasil převedl přes česko-německou hranici jako mladou dívku, ta se nakonec desítky let poté se svým zachráncem před kamerou setkává.

Podle tvůrců se ve snímku snažili najít odpovědi na dosud nezodpovězené otázky, jak Hasil vnímal svou roli převaděče, proč musel opustit svou dívku, a v neposlední řadě, jakým morálním dilematům při své osobní misi převaděče čelil.

Díky rotoskopické animaci spojené s komponovanou hudbou známého producenta a DJ Davida Holmese z Irska se podle autorů snímku podařilo dát příběhu až mystický rozměr a dát tak vyniknout i další filmové hrdince, kterou je v tomto případě nevyzpytatelná a záhadná krajina Šumavy.

Speciální projekce

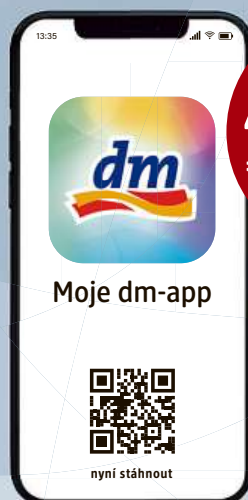
Čeští filmaři přizvali ke vzniku tohoto filmu režiséra Krise Kellyho, mimo jiné držitele cen BAFTA nebo Emmy, výtvarníka, animátora, specialistu na vizuální efekty a také spoluzakladatele originálního britského animačního studia Blacknorth.

Kelly bude také společně s dalšími tvůrci hostem dvou prvních předpremiér a následných debat, a to v sobotu v 17.30 v pražském Kině Aero a v neděli v 19.30 v Biu Oko v Praze. Poté budou následovat předpremiéry v mnoha kinech po celé republice. **MET**

INZERCE

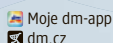
„Moje dm,
s tebou si
nákupy
užívám“

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



**400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA***

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



**ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI**

Tisíc výmluv

Kapela Vasilův Rubáš pokřtí v pátek v pražském Paláci Akropolis své nové album. To dostalo název Tisíc výmluv. Koncert začíná v 19.30 a vstupenky jsou ke koupi za 380 korun. Kapela začala vystupovat na pražské scéně v roce 2003, do širšího povědomí vešla jako vítěz Mezinárodní interpretační soutěže Porta v Ústí nad Labem v roce 2012. Inklinuje k široké škále stylů, od folku až po punk. **MET**



KRÁTCE

Rozhlasová díla

Český rozhlas uspořádá ve dnech 13. až 17. října již 40. ročník mezinárodního festivalu rozhlasové tvorby Prix Bohemia Radio. Soutěžní přehlídka se uskuteční v Olomouci již po osmé. Během festivalu se postupně představí díla ve čtyřech soutěžních kategoriích – Dokument, Reportáž, Drama a Podcast. Za každou soutěžní kategorii bude také udělena Cena studentů.

Prague Sounds

Na 28. ročník mezinárodního festivalu Prague Sounds, který proběhne letos od 3. do 20. listopadu v Praze, přijede mnoho zahraničních hostů. Například známý saxofonista a trojnásobný držitel Grammy Branford Marsalis se svým virtuózním kvartetem, saxofonistka Nubya Garcia nebo klavírista Tigran Hamasyan propojující jazz s arménskou lidovou hudbou. **MET**

„Oheň je náš férový kolega“



Další fotografie BoomCats najdete na Metro.cz.



2x PETER ČECH A VALERIE SEMENOVÁ

Silné a nezávislé ženy, které milují pohyb a fascinuje je oheň. Takové jsou členky skupiny BoomCats. Projekt vznikl v roce 2018 a spojuje ohnivě performerky a bursleskní a go-go tanečnice. Proč mají dámy v názvu kočky a čím je jejich show náročná, ví Jiřina Svobodová.

Čím je vaše skupina jiná?

Věnujeme se především flow arts, tedy manipulaci jak s ohnivým, tak světelným vybavením, jako jsou poi (*mičky připravené na šňůře – pozn. redakce*), tyče a vějíře. To je pro většinu podobných skupin stejné. U nás ale velmi dbáme na výraz a vhodné obsazení dané pozice ve vystoupení, kdy jsou často role v našich show tvořeny přímo na míru tanečnicím. Nejvíce se ale od ostatních lišíme sexy zpraco-

váním našich představení. I přesto, že naše show nejsou vyloženě lascivní a kostýmy jsou promyšlené tak, aby nevykouklo nic, co nemá, nebojíme se použít ženskost a sex-appeal ani vypláznout jazyk na diváky v prvních řadách. Je krásné pozorovat přeměnu slečen, kdy se z nich při vystoupení stávají bohyně s nespoutanou silou ohně a sexuality.

Kde skupinu můžeme vidět?

Pravidelné tréninky máme v Praze, většinu vystoupení také. I přesto, že naše vlajkové show bývají na předních českých festivalech zabývajících se sexuální tematikou, jako je například Prague Fetish Weekend nebo Erotický veletrh, díky flexibilitě a zkušenostem našich členek máme spoustu show i na ak-

cích „slušnějšího“ rázu, takže se může stát, že se se slečnami potkáte na svém firemním večírku nebo městských slavnostech.

Co je na celé show nejtěžší a co nejkrásnější?

Nejtěžší je určitě konzistence tréninků. Jedna věc je ovládnout vybavení v tělocvičně, ale úplně jiná pohádka je umět zachovat výraz tváře i postavy s hořícím vybavením v ruce na pódiu před stovkami či tisíci diváků. Proto velmi dbáme i na povinnost tréninků s ohněm a pyrotechnickými efekty. Nicméně to je také to nejkrásnější – ve chvíli, kdy už je tohle vše pod kontrolou, dokážeme se dostat do velmi hlubokého stavu koncentrace a soustředění, kdy máme pocit, že dokážeme na pódiu

cokoliv. Díky kostýmům a líčení je to snad i naše „pravdivější“ já než v každodenním životě.

Kde se vzala ona fascinace ohněm?

Příběh každé slečny je jiný. Někdo si na oheň musel postupně zvykat, někdo je zase fascinovaný tímhle magickým živlem od malička. Nejdůležitější je ale nikdy neztratit ostražitost. I po dekádě zkušeností může oheň pekelně spálit a ani to nemusí být vina umělce. Stačí, že vítr fouká jinak nebo jsou trochu jinak připravené propriet, než jak je člověk zvyklý. Oheň je ale vždy naprosto fér a okamžitě odhalí nejistotu nebo nepozornost. Je přímý a jasný. Je to náš kolega, ke kterému se vždy chováme s respektem.

Co vlastně znamená název BoomCats?

Kočky jsou obecně vnímány jako magická samolibá stvoření, která vědí něco navíc. Taky jsou schopny přežít nejen samy, ale i ve větších skupinách. Stejně tak fungujeme také my – jako větší uskupení samostatných performerek, kdy každá má také svůj vlastní jedinečný styl a projev. Baví nás k ženským kvalitám přistupovat, jako kdybychom byly skutečně lvice. Asi nikdo by totiž o lvici neřekl, že je příliš progresivní nebo až moc silná. Baví nás být ženami milujícími a milovanými, pečujícími a opečovávanými, ale taky samostatnými a průbojnými. A boom v názvu přece znamená zvuk, který vám utkví v paměti, protože ho jako poslední slyšíte na naší fireshow. **MAH**

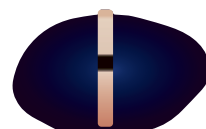
KRASNEVUNE.CZ

AŽ 10x levnější než drahé originály

Voní a vydrží stejně jako
drahé parfémy

KRÁSNÉ
VŮNĚ

SVĚTOVÁ
VŮNĚ



90ml

2599

Kč

MY FUTURE
BY SAPHIR



50ml

249

Kč

Přijďte si pro vzorek parfému zdarma
a přesvědčte se sami

- **Anděl** (Lidická 42 - vchod Burton)
- **Můstek** (vestibul Metra A u Paláce Koruna)
- **Palmovka** (Sokolovská 428/137)
- **Mostecká** (Mostecká 279/11)

PLAY

Vrátit jídlo?

Onehdy jsem napsal na svém Facebooku, že mi moc nechutnalo v jedné slavné, typicky české restauraci. Obědval jsem tam spolu s tchyní, švagrovou a manželkou, které jsou beze sporu mnohem lepší kuchařky než já a navíc ženy zvyklé vařit především českou klasiku. Takže když se vyjadřovaly ke svíčkové či k řízku, hodnotily jídla, která ony samy připravovaly za svůj život tisíckrát, věděly, co kritizují. Já jen tiše souhlasil. Hovězí bylo vodnaté, řízek obsahoval dvakrát víc strouhanky než masa, polévka – nevýrazný, jakoby naředěný vý-

” Další zásada je, že reklamovaná porce nesmí být způli snědena. To je podezřelé.

var. Obdržel jsem na sítích spoustu reakcí, jež, bohužel pro restauraci, potvrdily dlouhodobý pokles kvality. A pak přišla zásadní otázka: Jen si na svém profilu stýskáte, nebo jste jídlo vrátil? V životě jsem vrátil jídlo mnohokrát, a proto si dovoluji říci, že to vůbec není jednoduchá věc! Abyste mohli poslat svou porci zpátky do kuchyně, musíte mít nejen odvahu, ale hlavně jasné argumenty. To, že vám omáčka nechutná, protože to maminka vaří jinak, není fér! Argument musí být přesný: přesoleno, kyselé, divná chuť a vůně, nedovařeno, převařeno. Další zásada je, že reklamovaná porce nesmí být způli snědena, to je podezřelé. Když reklamuji jídlo, pivo nebo víno, snažím se mít stoprocentní jistotu, protože v zásadě nechci ubližovat, ale zároveň nehodlám konzumovat pochybnou kvalitu. Přiznávám však, že když mi pak z kuchyně přinesou jako náhradu novou porci či něco jiného, už se toho z mnoha důvodů ani nedotknu.

PAVEL MAURER
MILOVNÍK JÍDLA



@mojemetro



Nazujte si dnes do školy nebo do práce papuče! Je totiž **papučový den!** „Vyfotíte se v papučích a sdílejte foto s hashtagem #papucovyden, #dozitidoma,“ říkají organizátoři. Hashtagem se totiž může informace o službách mobilních hospiců dostat k lidem, kterým tato péče může pomoci, ale zatím o ní neví.

#METROTAG

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

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

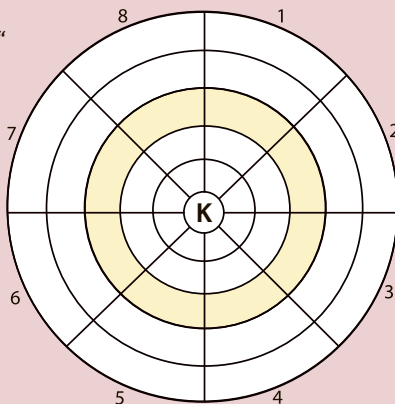
6	8	5	4	9	1	6	3	7
7	9	3	1	6	5	4	8	2
1	2	4	8	7	3	5	6	9
8	5	6	2	3	7	1	4	9
2	1	6	5	4	9	3	7	8
4	3	7	6	8	1	9	2	5
9	7	2	3	5	6	8	1	4
3	6	8	9	1	4	2	5	7
5	4	1	7	2	8	6	9	3

LUŠTĚNKA: PRAŽANKA
ŘEŠENÍ SUDOKU:

LUŠTĚNKA

Výrazy vpisujte od středového písmene K ke kraji kruhu. Tajenka je od čísla 1.

- opak „prodat“
- malá Klára
- země
javorového
listu
- menší kniha
- mláďata
kachny
- pevný kryt
želvy
- australský
vačnatec
- zhroutení



F POHODĚ
:-D

Brokolicová
polévka

A. Židková



NÁKUPY

Ona Dnes

14.—20.10.

VISA

GENERÁLNÍ
PARTNER



NADACE
TEREZY MAXOVÉ
DĚTEM

CHARITATIVNÍ
PARTNER

SLEVOVÉ KUPONY 2024
NAJDETE **9. 10.** ŽENA A ŽIVOT
14. 10. ONA DNES a PORTMONKA
17. 10. MAGAZÍN DNES+TV

Za každou platbu kartou Visa u vybraných
obchodníků získáte kromě slevy i něco navíc.

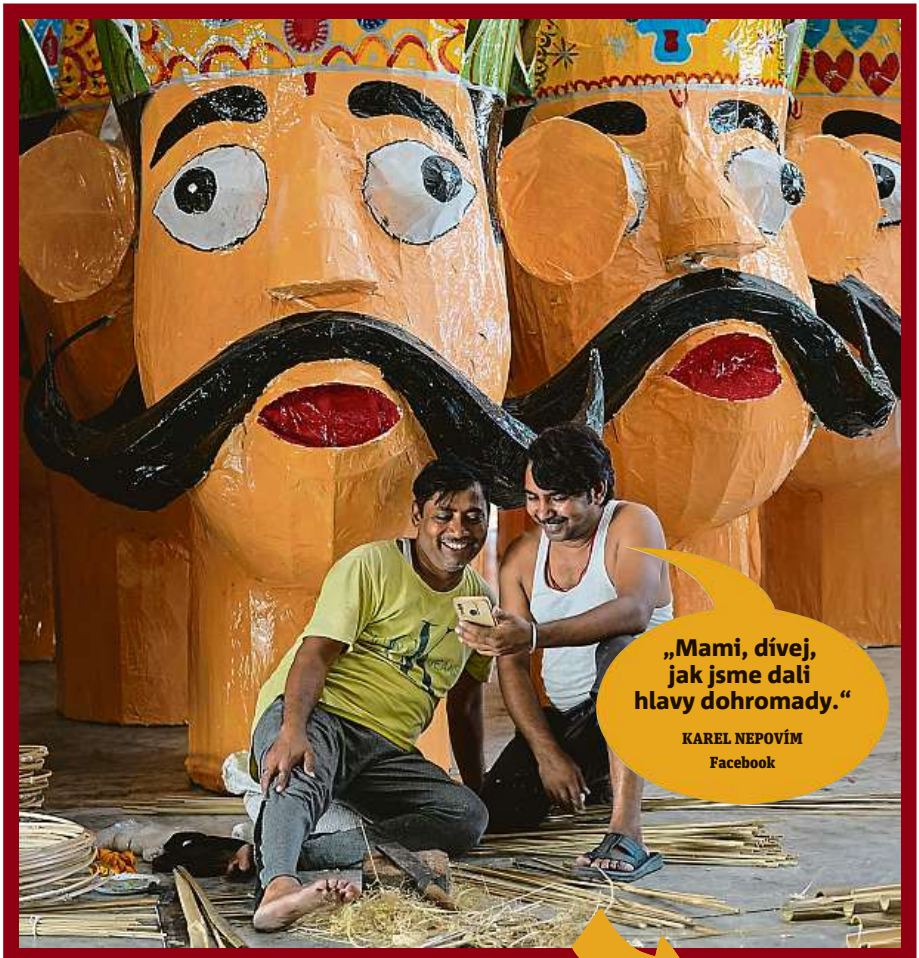


WWW.NAKUPYONADNES.CZ

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



POČASÍ

DNES

16/20 °C

ZÍTRA

16/20 °C

PÁTEK

11/15 °C

SOBOTA

11/15 °C

Teplotní rekordy: ↓ 0,3 °C (1912) ↑ 23,3 °C (1997) Bio: ❤️ ❤️ ❤️

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

FOTO: 2x AP

ČT1

20.10 **Pustina (6/8)**
Seriál (ČR, 2016). Je to místo, kde můžete přijít o vše... Hrají: Z. Stivínová, J. Dušek, E. Křenková, L. Noha

21.15 **Světlo pro Světlušku**
Charitativní večer na podporu nevidomých z prostor dostihového závodiště v pražské Chuchli

22.45 **Detektiv Endeavour Morse IX**
Předehra. Krimiseriál (VB, 2022). Hrají: S. Evans, R. Allam, A. Lesser, S. Rigby

00.15 **Vražedné šifry: San Francisco**

ČT2

20.00 **Polosvět policajtů**
Prolínání světa organizovaného zločinu s vlivem zkorumpovaných špičkových policistů

21.00 **Manu a Matěj na cestě podél Apenin (1/10)**
E. Ridi a M. Ruppert na cestě podél pobřeží Gargany

21.30 **Bedekr X**

22.00 **Středověké srdce Evropy (6/10)**

22.30 **Hlava nebo orel**
Krimidrama (Fr, 1980)

00.10 **Faуда (12/12)**

NOVA

20.20 **Hell's Kitchen Česko (7)**
Šestnáct profesionálních kuchařů se nechalo zavřít za zdi Pekelné kuchyně

21.45 **Výměna manželek XVII**
Jak zvládne temperamentní Romana rodinku, kde žijí čtyři dospělí a tři děti dohromady, a dokáže se Veronika sžít se svéráznou a veselou ostravskou rodinou?

23.10 **Kriminálka Vegas III (10)**
Tunelové vidění. Krimiseriál (USA, 2024). Hrají: P. Newso-meová, M. Lauria, M. Dhillon

00.05 **Mentalista II (16, 17)**

PRIMA

20.15 **Dvojka na zabití 2 (7)**
Pohrbená tajemství. Krimiseriál (ČR, 2024). Hrají: J. Prachař, S. Sandeva, M. Vladyka, F. Kaňkovský

21.40 **Show Jana Krause**
Jan Kraus, jak ho znáte, v úspěšné show!

22.40 **Honeymoon – líbáanky k nepřežití**
Minuta vzájemných sympatií, obřad v exotickém ráji a společný život na opuštěné pláži!

23.30 **Ano, šéfe!**

00.40 **Policie v akci**

ÓČKO

18.05 **Óčko hity**

20.00 **O Black List**
Hip hop a r'n'b

21.00 **Hot hity**
Žhavé klipy

22.00 **Naked Attraction Iberia**
Premiérové díly španělské nahé seznamky!

22.30 **Virtuální svět TV**
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova

0.00 **Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků

Vybavení domácnosti

ŽALUZIE ROLETY
VENKOVNÍ
Vnitřní
USPORA ENERGIE
SÍTĚ PROTI HMYZU
VOLEJTE IHNED
NEJNÍŽŠÍ CENY
777 038 001
www.gato.cz
Prodej, montáž a servis žaluzií a rolet

Pronájmy - poptávka

Pro zaměstnance ambasad a konzulátů hledáme menší i větší byty k pronájmu v Praze. Tel.: 723047669

Učitel ZŠ hledá pronájem bytu v Praze. Nábytek nerozhoduje, dlouhodobě, dobrý stav. Podmínkou blízkost MHD. Děkuji. RK nevolat. T: 605845088

Pronájmy - nabídka

Dám do pronájmu od 15.10. nově zrekonstruovaný byt 2+kk na Barrandově, 4 posetle, cena za 1 posetl 8000 Kč. Pouze nekuřáci. Tel.: 602393391

Výměny

Zajistíme VÝMĚNU vaší nemovitosti, rozdíl ceny doplatíme, vybrat si můžete i z našich nemovitostí, které vlastnime. 774335509.

Hobby - nabídka

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKUPÍME IHNED ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bižuterii, český grnát, nábytek do r.1975. Savle, 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, obrazy 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.

VÝKUP KNIH!!!
2 000 Kč ZA KAŽDÝCH 10 KNIH, KTERÉ OD VÁS VYKUPÍME
Cenné knihy ohodnotíme zvlášť. Vykoupíme také POHLEDNICE A MAPY!
Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u nás až po tel. domluvě. Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelskykabinet@post.cz

Starožitnosti

STAROŽITNÍK koupí: obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, mince a bankovky, šperky a klenoty, hodinky, sošky. Vykupují i o víkendech. Tel. 702401621

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

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

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

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

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

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK

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

POPTÁVKA CHATA HORY

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

Koupím spoluvlastnický podíl na jakémkoliv nemovitosti. Rychle vyplatím nejvyšší možnou cenu, veškerou administrativu zařídím. Celá ČR. Tel.: 605 15 11 11

Vyplatím Vaše dluhy!

Vykoupím Vaší nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
737 352 730

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

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

BYT/DŮM POPTÁVKA

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

PRÁCE V OBLASTI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY



Získejte pozici jako **STRÁŽNÝ, RECEPČNÍ** nebo jako **OSTRAHA** ve značkových prodejnách. Hledáme **VEDOUČÍ OSTRAHY** pro sítěžené objekty.

Dáme Vám **služební oblečení**. Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**. A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.

VOLEJTE ZDARMA
800 108 111

nabor@abasco.cz



Práce - nabídka

Hledáme kolegy do mladého kolektivu na pozici ostra-ha/kontrola v Modleticích, nové moderní pracoviště, práce s PC a skenerem, odbavování kamionů/návěstev 130,- až 140,-/ hod netto, DPP/HPP, stravenky a další bonusy, čistý TR, nástup ihned. Volejte Po-Pá 9-16 hod tel. 724328126 nebo 323646881.

Hledáme kolegy/kolegyně pro ostrahu objektu v Kličanech (vhodné i pro aktivní důchodce), 8 hod směny po-pá, 120,-/hod netto, částečná znalost PC, čistý TR, nástup ihned. Volejte Po-Pá 9-16 hod tel. 725450980.

Mateřská škola Antonína Čermáka, Praha 6 přijme od 2. prosince 2024 Učitele/ky na plný úvazek do MŠ. (po dohodě je nástup možný i dříve). Zájemci mohou volat na číslo 296233000 nebo psát na e-mail: skola@zscermaka.cz

Sháníme INVALIDNÍ DŮCHODCE na úklid kanceláří v Praze. Mzda až 15000 Kč čistého/měsíčně. Volejte: 774510686

Pokladní v Praze a okolí i BEZ PRAXE - zaškolení. Přívůdce na 165-213,60 Kč/hod, online rezervace směn, denní zálohy. Více na tel.: 222534534

Pohodová brigáda VYBALOVÁNÍ ZBOŽÍ, směny denní/noční, v týdnu i o víkend, 165-214,50 Kč/hod dle směny a lokality. Praha a okolí. T: 222534534

PULTOVÝ PRODEJ lahůdek. Nabízíme 176,60 - 210 Kč/HOD, zálohy, směny dle Vašich možností - online rezervace. Tel.: 222534534, www.creditch.cz

PŘÍVÝDĚLEK ZA 176,60 - 194,26 Kč/HOD - dopek pečiva s praxí i bez praxe. Praha a okolí, zálohy druhý den, zaškolení. Více na tel.: 222534534

ZŠ v Praze 10 - Hostivari přijme personalistku/majetkaře, tel. 603436284, e-mail: banovska@hornomep.cz.

Gymnázium v Praze 4 přijme ihned učitele BIOLOGIE. Životopisy zasílejte na e-mail: frydlova@gopat.cz. Informace na tel. číslo: 272941932.

INVENTORY - počítání zboží. Nabízíme 185 Kč/hod + zákonný příplatek, denní zálohy, krátkodobě i dlouhodobě. Tel: 222534534, www.creditzech.cz

Přijmeme na ostrahu do Strančic okr. Praha - východ. Nepřetržitý provoz. Vrátnice, pochůzková činnost. Mzda 120 Kč/hod. + příplatky. Čistý rejstřík trestů, RP sk. B - vlastní auto podmínkou! Kontakt: 800888042

Hledáme strážného na ostrahu lukrativního objektu na Praze 10. Mzda až 180 Kč, nutnost certifikátu, min. výuční list, směny dle domluvy. Tel. 736521630.

Přijmeme velitele do lukrativního objektu na Praze 10. Zajímavá práce i mzda, nutnost mít čistý TR, SŠ vzdělání a RP sk. B. Tel: 736521630.

Nástup ihned ZŠ, P8, Na Šutce 28! Nabízíme pracovní pozici kuchař/ka a pracovník provozu v kuchyni na celý a poloviční úvazek. Pěkné pracovní prostředí, výborný kolektiv. Vhodné pro maminky s dětmi a také kuchařky/ře bez praxe. Kontakt: 774432915, jidelna@zssutka.cz

Pro KOMWAG hledáme závozníky, DPP 1000-1300 Kč čistého/den - výplata 1x týdně, Vol. zdarma 800566924

Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce veřejný opatrovník/veřejná opatrovnice. Blíží informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa Veřejný opatrovník/veřejná opatrovnice | Praha 6. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 12.10.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Hana Bušová, vedoucí oddělení sociální a zdravotní pomoci Telefon: 220 189 645

PICKER/BALÍČ ve skladu s elektronikou. Nabízíme 198 Kč/hod + odměnu za výkon až 6.000 Kč, zálohy, ranní směny, dlouhodobě. Tel. 222534534

Gymnázium Opatov Praha 4 přijme ihned pracovníka na úklid tělocvičny v odpoledních hodinách. Zkrácený úvazek. Informace na tel. číslo: 272941932.

ADESTRA
security, spol. s r. o.
Přijme nové kolegy na pozici:
STRÁŽNÝ/SECURITY

Nabízíme:
■ Mzda 130 - 170 Kč/hod.
■ Možnost ubytování
■ Náborový příspěvek
■ Možnost záloh
Požadujeme:
■ Certifikát strážný výhodou
■ Spolehlivost

Kontakt:
tel.: 775 718 509
e-mail: personalni@adestra.cz
www.adestra.cz

STAŇTE SE DÁRCEM KREVNI PLAZMY

900 Kč* za každý odběr → 1 800 Kč* měsíčně → 23 400 Kč* za rok

- Pomůžete zachránit lidské životy
- Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu
- Občerstvení zdarma a zajímavé dárky

METRO HRADČANSKÁ
*dle §32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
www.unicaplasma.cz
Tel.: 733 474 770

Přijmeme zaměstnance na pozici
RECEPCE A OSTRAHA

- mzda od 125 Kč/hod.
- náborový bonus 10.000 Kč, výplata denně

Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

Levná oprava ISSO žaluzií na plastová okna. Výměna: sílonového vedení, řetízového ovládání (přetřezý řetěz). Cena za 1 křídlo 180 Kč. T. 774518402

Roznos letáků v místě bydliště. Pro INVALIDNÍ DŮCHODCE. Volejte: 734477910

Hledáme na recepci spolehlivou paní/pána nejlépe v důchodu na 9 - 11 služeb měsíčně, pouze pracovní dny, místo výkonu staré město. Nástup od 3.11.2024. Blíží info na: 777214294

Auto-moto - poptávka

Koupím traktor, vysozkozdvižný vozík, nakladač, vše od ZTS s motorem zetor, maringotku, přívěs i špatný stav, nekompletní nebo jen díly. 704382448

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

Finance - nabídka

VÝKUP ZLATA, zlatých šperků a zubního zlata za férové ceny. HOTOVOST za Vaše zlato do 20 minut. ORO Praha, Korunní 99, Praha 3, tel.: 608776313

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

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@antikvariety.cz

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

KNIHY!

Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stoly, lampy, obrazy, knihovny aj.

T. 603 478 873

První díl nového seriálu přinesl NHL kus ostudy

Pastrňákova zesnulého otce si spletli s českým hokejistou.

Má jít o seriál, který nechá nahlédnout do soukromí hráčů. A především k hokejové NHL přiláká nové fanoušky. Jenže hned první díl projektu Faceoff: Inside the NHL přinesl slušný trapas. Týkal se českého útočníka Davida Pastrňáka, kterému producenti zaměnili zesnulého otce za Jiřího Dopitu.

Stalo se tak v momentě, kdy Pastrňák vzpomíná na složité období, které prožíval při svém angažmá ve švédském Södertälje. „Bylo mi sedmáct let, když táta odešel,“ hlesne český útočník, když se najednou na obrazovce objeví fotografie malého kluka s kšiltovkou, jehož má držet v náručí jeho otec. Jedná se ovšem o Dopitu, mimo

jiné bývalého útočníka například Philadelphie nebo Edmontonu.

Milan Pastrňák zemřel v květnu roku 2013, kdy měl Pastrňák junior rok před draftem do NHL. Ve Švédsku si nejvíce rozuměl s Williamem Nylanderem, dnes rovněž hráčem nejlepší světové soutěže. „Tehdy jsem trávil hodně času na zimáku s Willym. Snažil jsem se na něm být, co nejdéle to šlo. Nechtělo se mi do prázdného bytu a truchlit. Takže jsem raději trénoval. Teď chci hrát i pro tátu,“ přidal Pastrňák v prvním díle seriálu, v němž hovoří i o další tragické události, kdy s partnerkou přišli o syna Vigga.

V úvodní epizodě jsou společně s Nylanderem ústředními postavami. Ze stejného severského týmu si našli cestu až do NHL, kde už ale působí u dvou velkých rivalů: Bostonu a Toronta. Také o tom v dokumentu oba promlouvají,



Tvůrci amerického pořadu o slavných hokejstech zaměnili zesnulého otce Davida Pastrňáka za Jiřího Dopitu. FACEOFF: INSIDE THE INSIDE

popisují i poslední vzájemné střetnutí v play-off.

Produkce se snaží hokejovou soutěž zpopularizovat, podobně jako se to povedlo tvůrcům oblíbeného seriálu Drive to Survive o formuli 1, Break Point o tenisu nebo Tour de France: Unchained o nejslavnějším cyklistickém závodě světa. IDNES.cz

ZÁMOŘSKÝ PROJEKT

V hokejové podobizně o šesti epizodách se mají dále představit například Connor McDavid s Leonem Draisaitlem, Quinn Hughes, Jack Eichel nebo Matthew Tkachuk. IDNES.cz

INZERCE

Práce - nabídka

HLEDÁTE STABILNÍ PRÁCI?

ROZŠÍŘUJEME TÝM O NOVÉ **METAŘE/KY, MANIPULAČNÍ DĚLNÍKY** s obsluhou PC

VAŠE BENEFITY:

- 5 TÝDNŮ DOVOLENÉ,
- FINANČNÍ BONUSY, MHD ZDARMA, STRAVENKY, MULTISPORT KARTA, PROPLACENÉ PŘESČASY, FLEXI PASSY, PŘÍSPĚVKY NA PENZIJNÍ PŘIPOJIŠTĚNÍ ATD...

KONTAKTUJTE NÁS NA:

PRAŽSKÉ SLUŽBY, a.s.
POD ŠANCEMÍ 444/1, PRAHA 9, 190 00

704 657 974,
705 809 151

PSAS.JOBS.CZ

PRAŽSKÉ SLUŽBY

Státní podnik CENDIS

hledá do nově vznikajícího kolektivu **strážné, recepční a operátory DPPC** na HPP pro poskytování bezpečnostních služeb v budově Ministerstva dopravy – Praha 1.

Hrubá měsíční mzda: 26.000 Kč nebo 27.500 Kč dle pracovní pozice. Práce v osmi a dvanácti hodinových směnách.

Požadujeme znalost českého jazyka, testní bezúhonnost, ochotu pracovat, dobré komunikační schopnosti, uživatelskou znalost práce s technikou. V případě Vašeho zájmu kontaktujte: Pavel Šebek, **e-mail:** pavel.sebek@cendis.cz, **tel.:** 603 174 067.

Basketbal

Dva zápasy na půdě silných týmů, dvě cenné výhry. Basketbalisté Nymburku navázali v Lize mistrů na vítězství proti řeckému Promitheasu parádním představením na palubovce tureckého Galatasaray Istanbul. Jednoho z favoritů soutěže porazili 87:75. Pro českého šampiona to byl sedmý soutěžní zápas v sezoně, v níž zatím drží neporazitelnost. Basketbalistky brněnských Žabin vstoupily po 10 letech do Evropské ligy vítězně. V prvním kole skupiny B porazily řeckého mistra Olympiakos Pireus 92:61, k vysoké výhře si pomohly 16 trojkami. MET



Na Taxis vedou pruhy

Hlavní přípravy na vrchol dostihové sezony v Pardubicích trvají asi tři týdny. Na dráze, na které se v neděli poběží 134. ročník Velké pardubické, se dodělávají například takzvané jízdni pruhy k nejobtížnější překážce, Velkému Taxisovu příkopu. „Máme tady stroj, který propichuje dráhu, připravuje nájezd na Taxis. Udělají se tam

takové proužky, a když koně cválají k překážce, pěkně je to navede. Jsou to takové jízdni pruhy jako na silnici, jsou asi metr a půl široké,“ řekl správce dráhy Václav Žižka.

Ředitel Dostihového spolku Jaroslav Müller si nicméně nemyslí, že by se podle pruhů vytyčených kolmo na Taxis jezdci řídili. „Myslím, že je ze sedla v té rychlosti to-

lik nevidí. Taxis se nedá skákat úplně napřímo, skákali byste do lesíka. Kdo chce mít bezproblémový nájezd na Irskou lavici, která pak následuje, tak musí skákat trochu zešíkma,“ poznamenal.

Na startu Velké pardubické by v neděli mělo být 16 koní. Prestížní závod letos slaví výročí 150 let od konání 1. ročníku, jel se v roce 1874. ČTK

KRÁTCE

Vyhrají Olejáři?

V noci na dnešek se třemi zápasy za mořem naplno rozběhl nový ročník NHL. Sezona přitom odstartovala v pátek a v sobotu zápasy v pražské O2 areně, kde hráči New Jersey dvakrát přehráli Buffalo. Podle sázkových kanceláří jsou hlavními favority na získání Stanleyho poháru hokejisté Edmontonu Oilers.

Dva ano, třetí ne

Tenisté Tomáš Macháč a Jakub Menšík postoupili do osmifinále turnaje Masters v Šanghaji. Třicátý nasazený Macháč v odloženém duelu 3. kola porazil Australana Aleksandara Vukice 6:4, 6:2. Devatenáctiletý Menšík zdolal Alexandra Ševčenka z Kazachstánu 6:1, 6:7, 6:2 a mezi šestnáctku nejlepších na akci kategorie Masters se dostal poprvé v kariéře. Napodobit krajany se nepodařilo Jiřímu Lehečkovi. Český tenista ve 3. kole podlehl ve vyrovnaném duelu dvanáct-

tému nasazenému Dánovi Holgeru Runemu 4:6, 5:7.

Může být hvězda

Český desetibojař Tomas Järvinen se bude ucházet o ocenění pro Vycházející hvězdu roku v anketě Golden Tracks. Juniorský mistr světa z Limy figuruje ve tříčlenné finálové nominaci, kterou na webu zveřejnila Evropská atletika.

Jdou výše a výše

Fotbalový svaz Bolívie přesunul svůj národní stadion do nadmořské výšky 4150 metrů. Vzduch na stadionu v El Alto je řídký a pro všechny soupeře představuje velký problém. Jak poznamenala agentura SID, Bolívie až dosud vždy hrála své soutěžní zápasy v La Paz, ve výšce 3637 metrů na nejvyšší položeném národním stadionu na světě. Před čtvrtčinným kvalifikačním zápasem MS proti Kolumbii se tak znovu rozhořela diskuse o výhodě domácího prostředí. **ČTK**



„Nečekal jsem, že tento den někdy přijde“

Záložník Andrés Iniesta ukončil ve 40 letech fotbalovou kariéru. Španělsku pomohl vítězným gólem ve finále MS 2010 k prvnímu titulu mistrů světa a v letech 2008 a 2012 vyhrál ME. „Nečekal jsem, že tento den někdy přijde. Nedokázal jsem si to představit. Ale všechny tyhle slzy jsou slzy dojetí a hrdosti, ne smutku. Jsou to slzy kluka, který snil o tom, že bude fotbalista, a který díky tvrdé práci, dřině a odříkání uspěl,“ řekl Iniesta, jenž v dresu Barcelony strávil dlouhých 16 let. Hrál také v Japonsku za Vissel Kóbe (na snímku). **ČTK**

INZERCE

FORTUNA

ti přeje



ZKUS

NEJVĚTŠÍ
POKER V ČR

na FORTUNA POKER

Stáhnout v
App StoreROZJEDTE TO
Google Play

Apple and the Apple Logo are trademarks of Apple Inc. Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.



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

ifortuna.cz

OCHUTNEJ NOVINKU PLNOU **MERUŇKOVÉ** CHUTI

