

IMUNITA DÍKY OTUŽOVÁNÍ. ZAČÍNEJTE POZVOLNA

TĚLO SE CHLADU PŘIZPŮSOBÍ PŘIBLIŽNĚ PO PATNÁCTI DNECH STRANA 13



metro



PRAHA

Středa, 10. února 2021

Č. 28, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Mojmir

[mojemetro](https://www.instagram.com/mojemetro) [denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

Dlažba v pasáži Alfa. Kino i spěch na Gotta

Praha? Aha! Plastická dlažba pospojovaná je místem vzpomínek a zážitků. **Benátská.** Projektanti počítali s tím, že se kameny obrousí. **Vtipné vzpomínky.** Uklouznutí a pád způsobily také předčasný porod STRANA 4



Zvířata v zavřené zoo si užívají sněhu i podpory od lidí

Slůňata Rudi (vpředu) a Max si užívají sněhové nadílky ve sloním výběhu v zoologické zahradě. Chov zvířat zde podpořilo loni přes 5000 lidí, kteří jednotlivé druhy adoptovali nebo sponzorovali. Takzvanou stravenku, jejímž nákupem zaplatí člověk vybranému zvířeti krmnou dávku na den, zakoupilo zhruba 11 000 příznivců zoo. Zoologické zahrady jsou kvůli opatřením proti šíření koronaviru uzavřené od 18. prosince 2020.

ČTK

Holubi pořad budí diskuze

Populace městských holubů v Praze každoročně narůstá. Do redakce nám píšou i naši čtenáři, že jim to vadí. Mnozí je ale zase krmí. Jak s opeřenci bojují v Benátkách, v Brně či v Austrálii? STRANA 2

Čísla lamp mají smysl

Všech 135 tisíc stožárů veřejného osvětlení má asi ve výšce 150 centimetrů umístěný malý plechový štítek s vyraženým šestimístným číslem. Jedná se o unikátní číslo, které identifikuje každý jednotlivý stožár veřejného osvětlení. STRANA 3

Autoservisy někdy šidí

Celková úroveň prací v českých autoservisech se v loňském roce zhoršila. Vyplyvá to z výsledků průzkumu společnosti Cebia, kromě ověřování původu dovezených aut už několik let zadává audit právě na kvalitu prací v autoopravnách. STRANA 6



Petrín. Sáňkovat ani lyžovat se nesmí

Strážníci včera vykázali z Petřína lidi, kteří zde sáňkovali, jezdili na bobech či lyžovali. Městská vyhláška to zakazuje v zeleni, která je součástí parků či zahrad. Pokuty strážníci nerozdávali a vše řešili domlouvu.

„Od roku 2001 platí v hlavním městě vyhláška o ochraně zeleně, která ve vybraných částech zakazuje jízdu na kole, vstup na trávu, volné pobíhání psů, anebo také lyžování a sáňkování. Mezi vyhláškou zmiňované lokality, kde jsou tyto aktivity zakázané, patří například Petřín, Kampa, Vojanovy sady či Františkánská zahrada,“ uvedl na dotaz deníku Me-

tro mluvčí magistrátu Vít Hofman. Za porušení vyhlášky může dát strážník na místě pokutu do 10 tisíc korun. Podle mluvčí ale strážníci posuzují každý případ individuálně podle jeho závažnosti. Dětem do 15 let pokuta nehrozí.

Petrín a Petřínské sady strážníci kontrolují pravidelně. „Během posledních dnů jsme zde neřešili žádné protiprávní jednání represí, ale pouze upozorněním. Také jsme nepřijali ani žádná oznámení v souvislosti s touto činností v uvedené oblasti,“ řekla mluvčí městské policie Irena Seifertová. **MET a ČTK**



Strážníci včera vše řešili domlouvu, pokuty nedávali. ČTK

Krátce

Už třetí porod

„V lednu v Česku porodila dítě už třetí žena s transplantovanou dělohou,“ řekla Markéta Šenkýřová, mluvčí Institutu klinické a experimentální medicíny, ve kterém transplantace dělohy dělají. Ženě ve věku 34 let se narodila holčička, přišla na svět ve Všeobecné fakultní nemocnici plánovaným císařským řezem. Podle lékařů se obě těší výbornému zdraví. **ČTK**

INZERCE

30 let zkušeností



POHŘEBNÍ ÚSTAV

I poslední cesta může vypadat jinak, protože Elpis znamená řecky naděje.

TRADICE - SPOLEHLIVOST - DŮSTOJNOST

Volejte zdarma **800 100 359**

Praha 2 | Praha 3 | Praha 4 | Praha 5 | Praha 8 | Praha 9
Brandýs nad Labem | Neratovice

krematorium.cz



Pražský holub štve i Itala

Létající krysy jsou drzími škůdci i v zahraničí. V Benátkách je dokrmují.

Holubí migrace

Hejna holubů se ve městě „zašívají“. Mají ve městech totiž zajištěn nekontrolovaný přísun potravy z odpadků a od krmících turistů i důchodců. To si myslí řada Pražanů.

- Opak je ale pravdou. Málodko ví, že ornitologové vyzorovali, že město pravidelně neopouští jen zhruba desetina populace. Zbytek se ve velkých hejnech žije na polích kolem Prahy, a to při seti či sklizni. Z toho také vzniklo označení „holubí letka“.

- V některých městech se využívají také speciální nátěry, které omezují destruktivní vliv holubího trusu na fasády. Ty však nelze používat na památky a sochy.

Populace městských holubů v Praze každoročně narůstá. Již nyní jich v metropoli žije tolik, že jejich počet dvojnásobně přesahuje například počet hlášených obyvatel sedmé městské části. Najde se však i řada čtenářů Metra, kteří na tyto opeřence, v tuzemsku také nazývané létající krysy, nedají dopustit. Jejich krmení má v oblibě například čtenářka Miroslava Vlasáková. „Pravdou nicméně je, že jich je hodně a jsou přemnožení. Lépe než Praha to dělají radní v italských Benátkách. Holubi jsou v jejich městě koloritem, který je tam po stáletí. Všechny stavby jsou opatřené sítěmi, čímž se vyšlo vstřícně turistům, kteří si zde ve stánku pro ně mohou nakoupit zobání. Žádná hejna jsem tam neviděla a rozhodně Italové neřekají o holubech, že jsou to krysy,“ říká pro deník Metro Vlasáková.

Bez holubů si skutečně nelze představit některá města jako Řím, Londýn či zmiňované Benátky. V těchto metropolitách se proti přemnožení holubí populace brání podobně jako Praha, tedy vybrané kusy odchytávají a hubí, zbytek odvádějí od památek sítěmi a bodci. Právě Benátky nicméně povolily krmení holubů teprve před časem jako úlitbu zmiňovaným turistům. Od té doby tu však s počtem těchto opeřenců bojují. „K nejvýraznějším rysům místního náměstí Svatého Marka jistě patří všudypřítomní holubi, kteří se nezdráhají sednout si komukoli na ruku či hlavu. Benátčané z nich nejsou příliš nadšení,“ uvádí webový průvodce radynacestu.cz.

Regulaci počtu holubů mohou v Praze podle zákona o veterinární péči provádět pouze odborné firmy

se způsobilostí pro odchyt toulavých, zdivočelých zvířat. Kromě zmiňovaných opatření se nabízí odstřel. Ten ale není možné na území hlavního města provádět. V Brně přitom pro srovnání ještě před pár lety holubí populace v neobydlených částech města stříleli myslivci. V osmdesátých letech, kdy zde bylo holubů nejvíce, tu měli zhruba tři až čtyři desítky těchto ptáků. V Praze i Brně se také testovalo upravené zrní, které sloužilo jako antikoncepce a ptákům bránilo se rozmnožovat. Podle ornitologů ale byla drahá a neefektivní.

Proti přemnožení nevídaných opeřenců bojují také v Austrálii, a to vybranými hnízdiči či chovem dravců, jako jsou sokolí a rorýsi. Podobně je proti holubům řadu let „chráněno“ také okolí pražského letiště. Holubí populace české metropole bývá odborníky ve srovnání s jinými městy považována za relativně zdravou. Létající krysy totiž přenášejí krom roztočů také klíšťovou encefalitidu. Odhaduje se, že je v Praze podobně nakažených holubů kolem třiceti procent. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



sparesortlibverda Wellness

#sparesortlibverda #lazne #wellness #liberec



I DNES MŮŽETE ABSOLVOVAT LÉČEBNÝ POBYT!

<p>KOMPLEXNÍ LÁZEŇSKÁ KÚRA</p> <p>Min. 7 nocí</p> <p>od 10.920 Kč 8 736 Kč/osoba</p> <p>Ubytování, polopenze, vstupní lékařská prohlídka, 3 procedury denně</p>	<p>LÁZŇ NA ZKOUŠKU</p> <p>Min. 5 nocí</p> <p>od 6.250 Kč 5.000 Kč/osoba</p> <p>Ubytování, polopenze, vstupní lékařská prohlídka, 1 procedura denně</p>
<p>LÉČBA PO COVID-19</p> <p>Min. 5 nocí • od 6.800 Kč</p> <p>Necítíte se po prodělané nemoci dobře? Vraťte se s naší pomocí zpět do kondice!</p>	<p>LÁZEŇSKÁ LÉČBA</p> <p>Nyní jednolůžkový pokoj bez doplatku.</p> <p>Úspora 15.400 Kč</p>

Spa Resort Libverda

Tel.: +420 482 368 100-102

E-mail: info@lazne-libverda.cz

www.lazne-libverda.cz

✂ Při předložení vouchery **KÁVA ZDARMA**

METRO

Štítky s QR kódy pomohou i turistům

Čísla na lampách napovídají, v jaké městské části jste. Složky IZS vás tak snadno lokalizují.

novou lucernu nebo slavnostní osvětlení," přidává Drozd.

Podle něj se od června loňského roku objevují na štítcích kromě identifikačního čísla také QR kódy. „Ty umožní jednoduše ohlásit poruchu

nebo černou reklamu na veřejném osvětlení, do budoucna mohou pomoci i Integrovanému záchrannému systému nebo třeba turistům a občanům Prahy,“ vysvětluje Drozd.

Po načtení QR kódu mobilním telefonem totiž dojde k přesměrování na novou webovou aplikaci s názvem Skenujprahu.cz, která bude integrovat nejrůznější data a služby. **PAVEL URBAN**



Štítek v Praze 5 METRO

INZERCE

V pondělí jsme vás v deníku Metro informovali, jak vyznačiči geocachingu hledali jeden z předmětů v metropoli poblíž lampy s číslem 000001. K čemu vlastně číslování slouží a jaké novinky se dějí? Zástupce Technologie hlavního města Prahy (THMP), které mají osvětlení ve městě na starosti, vše objasňuje.

Všech 135 tisíc stožárů pražského veřejného osvětlení má asi ve výšce 150 centimetrů umístěný malý plechový štítek s vyraženým šestimístným číslem. Jedná se o unikátní číslo, které identifikuje každý jednotlivý stožár veřejného osvětlení.

„Podle prvního dvojčíslí na první pohled zjistíte, v jaké části Prahy se nacházíte. Tyto štítky pomáhají také lokalizovat události složkám Integrovaného záchranného systému,“ říká pro Metro mluvčí THMP Martin Drozd.

Číslování podle městských částí ovšem funguje postaru, tedy od 1 do 10. Přičemž Praha 10 má první dvě číslice 00. „Dále podle čísla můžete na první pohled identifikovat, jestli se jedná například o ply-

Užitečné webové stránky

Informace nejen o veřejném osvětlení najdete na thmp.cz.

- Technologie hlavního města Prahy mají i speciální adresu na světla prahasviti.cz.
- Nová aplikace, kde lze nahlásit poruchu konkrétní lampy nebo černou reklamu, je na webu skenujprahu.cz. Pokud chcete najít konkrétní lampu, jděte na zjistisi.cz/zarizeni.

Číslo dne

73

O tolik procent loni ubylo hostů ubytovaných v pražských hotelech, penzionech a kempech oproti roku 2019. Minulý rok jich dorazilo jen 2,178 milionu. Výrazněji se snížil počet ubytovaných cizinců, meziročně jich bylo o téměř 79 procent méně. Návštěvníků z Česka bylo přibližně o 41 procent méně.



VÍCE PŘÍRODY, VÍCE CHUTI

ZKUSTE TO
S BIO I VY!



24,90 -20%
19,90

Nature's Promise Bio Ovesné vločky
• 300 g
• 100 g = 6,64 Kč



39,90 -25%
29,90

Nature's Promise Bio Banány
• 1 kg



44,90 -22%
34,90

Nature's Promise Bio Citrony
• 500 g
• 100 g = 6,98 Kč



8,90 -11%
7,90

Nature's Promise Bio Bílý jogurt 3%
• 150 g
• 100 g = 5,27 Kč

HIT

MĚSÍCE

PLATÍ OD 10. 2. DO 9. 3. 2021.



2490,- -32%
1690,-

Stolní mixér Nutribullet
• balení obsahuje: vysoko výkonnou základnu s motorem 600 W, extrakční dvojitou čepel, vysokou nádobu 0,7 l, uživatelský manuál, kapesního nutričního rádce

Zkuste si připravit skvělé BIO smoothie se stolním mixérem Nutribullet.



VITAMINY DO ŽIVOTA



64,90 -30%
44,90

Nature's Promise Bio Borůvky
• 125 g
• 100 g = 39,92 Kč

Recept na skvělé BIO smoothie stáhnete zde:





Akce platí na prodejních Albert od 10. 2. do 16. 2. 2021 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejních.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

Praha? Aha! Předčasný porod kvůli plastické dlažbě v Alfě

Zvedněte pohled od displeje mobilního telefonu.

Vnímejte, kudy, kolem čeho a po čem vlastně chodíte.

Nedávno jsem, snad už pomilonté, procházel pasáží Alfa v paláci U Stýblů spojující Václavské náměstí s Vodičkovou ulicí a Františkánskou zahradou. Ale až teď jsem se zamyslel nad dlažbou, kterou tady ošlapaly už generace.

Teprve teď jsem si uvědomil, že ta dlažba, pospojovaná z nejrůznějších barevných kamenů, je plastická. Není v jedné rovině. Přemýšlel jsem, jestli taková byla vždycky, nebo jestli je takhle ochozená od podpatků a podrážek. A tak jsem dal fotografii pasáže i s dlažbou na svoji oblíbenou facebookovou stránku Stará Praha krásná. Byl jsem šokovaný. Sešly se desítky, možná stovky připomínek, vzpomínek, zážitků, které lidé mají nejen s dlažbou

pasáže, ale i s pasáží jako takovou. Nepodělit se o některé bych považoval za hřích...

Na zmrzku, do divadla a potlesk Amadeovi

„Bydleli jsme naproti na Václavském náměstí a moje babička tu kdysi pracovala v lahůdkách u východu do Františkánské zahrady. Pasáž je jedna z nejkrásnějších pražských, škoda že tu už mnoho let nefunguje kino, divadlo,“ napsala Barbora. Lidé vzpomínali hlavně na dětství nebo dospívání. Třeba Jana napsala: „Každý víkend disco a v týdně třeba z druhé strany pasáže na zmrzku nebo do divadla, jo, to byly doby.“ Mnoho vzpomínek se vázalo k tehdy unikátnímu širokoúhlému kinu Alfa a filmům, na které se tu stávaly nekořečně fronty. Třeba Světa si vybavila promítání Amadea: „Na konci jsem zažila potlesk.“ Lidé jmenovali i další filmy jako Vetřelec či Poklad na Stříbrném jezeře. Samozřejmě málokdo zapomněl na legendární Semafor, který tu měl u východu do zahrady své sídlo.



Dlažba v Alfě je ošlapaná generacemi chodců.

Můj táta prchal na Gotta

I k té zvláštní dlažbě se objevily připomínky. „Pamatuju ji před asi 40 lety, byla jsem v té době na zdrávce ve Školské a denně chodila přes pasáž. Už tehdy plastická byla, jestli prošlapaná, to těžko říct,“ zavzpomínala Irena. A připojila i vzpomínku na „neposlušného“ tatínka. „V Alfě začal zpívat jako mladinký Karel Gott. Můj táta byl mladší a chodil v té době do Repre do tanečních. Tedy, prý tam moc nechodil, v kap-

se saka měl kravatu, kterou vyměnil za motýlka, co měl do tanečních, a chodil tancovat do Alfě na Gotta.“

Prý to byla chyba

„Tahle dlažba k téhle pasáži tak nějak prostě patří. Byť není původní, ta vypadala poněkud jinak, též nepravděpodobně řezaná, leč z jednoho typu kamene. To, po čem chodíme dnes, je někdy zkrájeděsátých let, a ona různá prošlapání je dána právě třemi barevně se lišícími druhy materiálu,“ napsal Ondřej.

Také Jiří přidal zajímavou poznámku. „Různý kámen byl použit záměrně. Jmenuje se benátská dlažba, ten, kdo dlažbu dělal, počítal s tím, že se různé obrousí,“ napsal Jiří a doplnil: „Na barevnou dlažbu byl použit kámen, kde má každá barva jinou odolnost proti otěru. Miliony nohou ve frekventované pasáži obrousily měkký kámen. Myslím, že už to víckrát obrousili. Ve škole nás na to už před čtyřiceti lety upozorňovali jako na chybu projektanta.“

Palác U Stýblů

Sedmipatrové budově se říká i palác Alfa.

- Autorem funkcionalistické stavby z let 1928 až 1929 byli architekti Ludvík Kysela a Jan Jarolím.

- Název Alfa (původně Boulevard) se zavedl po zdejším taneční a hudební kavárně v prvním patře. Stejnomené kino mělo kapacitu 1250 diváků.

Pragoimp? Pražský Tuzex za koruny

Co se také lidem vybavilo, byla prodejna Pragoimp. Obchod na způsob Tuzexu se zahraničním zbožím – ne za bony, ale za koruny. Kdo vystál frontu nebo tu měl známé, sehnal hezké oblečení i nějakou elektroniku. Hlavně sem mířili lyžaři z celé země pro zahraniční lyže. Fischer, Elan, Kneissl, Rossignol. Násobně dražší než české Artis či slovenské Sulov. „Völkly si tam asi nekoupím,“ zavzdychala na Staré Praze krásné Ivana. Vzpomínal i Vladimír: „Západní lyže a jiné sportovní potřeby. Mel jsem odtud brankářské rukavice Made in India.“

Dlažba v pasáži stojí i za urychleným narozením, jak prozradila čtenářka Růžena: „Kvůli této dlažbě jsem předčasně přivedla na svět syna, když jsem uklouzla a letěla s bříškem na pána, který šel přede mnou a našťásti mě chytil. Ale ten rychlý pohyb nebyl dobrý.“ A pak že v Praze byla nuda! **PAVEL HRABICA**

INZERCE

CHCEŠ VYSTUDOVAL STŘEDNÍ ŠKOLU ZA 2 ROKY?

Nejsi zrovna studijní typ a chceš získat vzdělání ve škole s individuálním přístupem a rodinným prostředím? Chceš najít smysluplné povolání a bavilo by tě pracovat s lidmi a pomáhat jim?

PAK JSI PRO SEBE NAŠLA TO PRAVÉ!

Dvouletý obor:

Pečovatelské služby

PRO MIMOPRAŽSKÉ STUDENTKY NABÍZÍME UBYTOVÁNÍ!

Dívčí katolická střední škola, Platnéřská 4, Praha 1



Zavolejte na
723 723 140, 221 108 268
nebo nám napište e-mail:
divciskola@divciskola.cz
www.divciskola.cz

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Referent investic, Institut umění - Divadelní ústav
Praha přijme zaměstnance na poloviční úvazek se zkušenostmi v oblasti investic. Stavební vzdělání. Přihlášky do 17. 02. 2021. Tel.: 603 834 427, E-mail: jana.hojkova@idu.cz



Institut umění - Divadelní ústav

Více na www.jobdnes.cz/detail/EHNT0C

Gastronomie, pohostinství, cest. ruch, ubytování

PROVOZNI PENZIONU (25-30.000 Kč)

PROVOZNI PENZIONU (25-30.000 Kč)

Recepční

Kuchaři (kromě šéfkuchařů)

POMOČNÍ KUČAŘI (ZamK, program KZ)

Více na www.jobdnes.cz

Potravinářství a chemie

inženýr/ka do výroby v potravinářství

CHEMIK ABSOLVENT (PLAT AŽ 25.000 Kč)

LABORANT - PLAT AŽ 27.000 Kč

PRACOVNÍK LABORATOŘE (21 - 27.000 Kč)

TECHNOLOG V CHEMICKÉM PRŮMYSLU S AJ (30.000-33.000 Kč)

Více na www.jobdnes.cz

Marketing, reklama, public relations

MARKETINGOVÝ SPECIALISTA (36 - 49.000 Kč)

Marketingový manažer

PRODUCT MARKETING MANAGER 35 - 45.000 NÁSTUP

MARKETINGOVÝ SPECIALISTA (30.000 - 35.000 Kč)

SPECIALISTA ON-LINE EVENTŮ a KONFERENCÍ Praha

Více na www.jobdnes.cz

Tahanice kolem nouzového stavu

Vládě se rozplývá šance, že by mohla získat podporu některých opozičních stran pro prodloužení nouzového stavu.

Poslanci ANO, ČSSD, ale také komunistů, kteří tolerují vládu, odmítli podpořit jednání o odškodňovacím zákonu ještě před hlasováním o nouzovém stavu.

„Máme toho dost“

Otevření škol či odškodňovací zákon, takové byly hlavní podmínky opozice, aby byla ochotna se bavit s vládou o jejím návrhu prodloužit nouzový stav. „Pojďme se bavit o odškodňování, jak otevřít školy, o očkování. To odpovídá zájmům lidí,“ řekl šéf

ODS Petr Fiala. „Nám nejde o to, aby vládní koalice zvedla ruku pro náš návrh odškodňovacího zákona. Chceme mít možnost o něm vůbec diskutovat,“ uvedl lídr občanských demokratů.

Ostře kriticky se o nouzovém stavu vyjádřil šéf STAN Vít Rakušan. „My jsme to už čtyřikrát odmítli a máme toho dost, má toho dost i většina obyvatel,“ řekl Rakušan. „Děláme všechno pro to, aby nouzový stav nemusel pokračovat,“ řekl v úterý ve Sněmovně šéf Pirátů Ivan Bartoš.

Komunisté rozhodnou

Pomocí vládě s prodloužením nouzového stavu už nehodlají komunisté, kteří dosud vládu při prodloužování nouzového stavu podporovali. Vláda totiž porušila slib, který KSČM dala, že by se do škol více dětí mohlo vrátit již od února. Poslanecký klub KSČM se včera dohodl, že

Co by znamenal konec?

Vláda chce prodloužit nouzový stav do 16. března. Zatím je schválen do neděle.

- Konec nouzového stavu by znamenal konec některých opatření.
- Skončilo by uzavření maloobchodu a služeb. Neplatilo by omezení volného pohybu nebo omezení pobytu cizinců.
- Obnovil by se provoz škol. Byl by to i konec pomoci armády lékařům.

nepodpoří další nouzový stav. Vyhověl výzvě výkonného výboru ÚV KSČM. Komunisté tak potvrdili, že 32 let od sametové revoluce jsou důležitými hráči v dění v Česku. **idNES.cz a MET**

Vykázání. Bez povinné roušky



Poslanec L. Volný ČTK

Předseda Sněmovny Radek Vondráček ze včerejší schůze vykázal z jednacího sálu nezařazené poslance Lubomíra Volného a Mariana Bojka. Neměli nasazené roušky a nenasadili si je ani na jeho výzvu. Vondráček je poté nechal vyvést ze sálu, přerušil kvůli tomu jednání. Ochranářská služba je po několika minutách vyvedla. Oba poslanci již dříve oznámili, že odmítají nosit ve Sněmovně roušku, a to, jak uvedli, z občanských a politických důvodů. Uvnitř Sněmovny je nošení roušky povinné. Vondráček nejprve označil chování obou poslan-

ců za nepřístojné. Ani na jeho výzvu si roušky nenasadili, proto jim udělil napomenutí. Podle Vondráčka se čekalo, že oba poslanci něco podobného provedou. **ČTK**

„Dostaneš flákanec“

Konflikt se odehrál v lednu při schůzi k prodloužení nouzového stavu. Předsedající Tomáš Hanzel po varováních vypnul Volnému mikrofon se zdůvodněním, že nemluví k tématu. Volný, který byl bez roušky, označil ČSSD za zkorumpovanou politickou partaj a její členy za zbabělce a pokrytce.

- Pak přišel mluvit na místo předsedajícího, jak předtím avizoval. Hanzel se mu v tom snažil zabránit. Při strkáníci Volný prohlásil větu o „flákanci“, která se hned stala hitem na internetu. Mluvil o poslancích, kteří přišli Hanzelovi pomoci.

INZERCE

**VYBER SI
A MŮŽEŠ JÍ(S)T**

albert
Fresh
BISTRO

albert
STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

EXKLUZIVNĚ U NÁS

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

NEJLEPŠÍ POVÍDKOVÁ ANTOLOGIE



ROBOT 100

KNIHU POHODLNĚ ZAKUPÍTE TAKÉ
V INTERNETOVÉM KNIHKUPECTVÍ WWW.KOSMAS.CZ

Krátce

V Novinách testují krematorium pro obézní nebožtíky

V Novinách pod Ralskem na Českolipsku zahájilo testování svých dvou pecí nové krematorium, které buduje majitel jablonecké pohřební služby a předseda Sdružení pohřebnictví ČR Ladislav Kopal. Podobné zařízení je zatím v Česku unikátní, pece americké výroby si dokážou poradit i s tělem abnormálně obézního člověka vážícího 450 kilogramů. Tito zemřelí se zatím museli pohřbívat do země, i když si to třeba nepřáli.

Rath ve vězeňské nemocnici

Lékař a bývalý středočeský hejtman David Rath, který si odpykává sedmiletý trest za korupci, bude pracovat v brněnské vězeňské nemocnici. Vězeňská služba potvrdila, že bezpečnostní sbor chystá zařazení druhého lékaře z řad odsouzených. Rathův advokát Adam Černý bez dalších podrobností sdělil, že jeho klient byl do Brna převezzen. Rath by měl pracovat pod dohledem jako praktický lékař a bude vypomáhat i na covidové jednotce. **ČTK**



Nové krematorium pro obézní

ČTK



Postižení a jejich rodiny chtějí zlepšení

V Praze se konal happening lidí s postižením za zlepšení dostupnosti pomoci a rozšíření škály příspěvků na péči. Akce s názvem Zařadte pětku chce upozornit na připravovanou novelu zákona o sociálních službách, ve které chybí řešení situace lidí s postižením a seniorů s nejvyšší potřebou pomoci.

ČTK

Autoservisy dál řidiče podvádějí

Zkoušejí figly na zákazníky. Společnost Cebia tvrdí, že se výrazně prodlužují termíny a kvalita oprav klesá.

„Celková úroveň prací v českých autoservisech se v loňském roce zhoršila,“ konstatuje Martin Pajer, ředitel společnosti Cebia, která kromě ověřování původu dovezených aut už několik let zadává audit právě na kvalitu prací v autoopravnách.

Je to zaručeně nové!

Deník Metro má příklad za všechny. „V servisu mi vyměnili celý mechanismus včetně motoru za zcela nový, ale po třech měsících se závada opakovala,“ vzpomíná drobný živnostník, kterému odešlo automatické stahování předního okénka u malé dodávky.

Podruhé dal svůj vůz do jiné autoopravny. Automechanik mu nabídl, že vadné díly použije z havarovaného vozu, jsou kvalitní a cena opravy bude třetinová ve srovnání s tou předchozí. „Když jsem auto přebíral, řekl mi technik, že ten porouchaný mechanismus byl už hodně jetý, určitě to nebyl originál ani nový díl z druhoví výroby, přitom mi tehdy tvr-

dili, že použili originální díl, dokonce mi staré součástky předali v krabici od toho takzvaně nového,“ komentuje zážitky z autoservisů živnostník. A přidává ještě příhodu, kdy se mu kdysi jiný servis snažil ve faktuře naučtovat vyměněné mechanicky nastavitelné zpětné zrcátko jako elektricky ovládané. Rozdíl v ceně byl asi dva tisíce korun.

Nejčastějšími administrativními závadami byly neúplně sepsané zakázkové listy, v nichž chyběly informace o stavu pohonných hmot a počtu najetých kilometrů. Nejčastějšími technickými závadami pak bylo nepředložení všech vyměněných dílů, nekvalitně provedené lakování či fakturování opravy dílů, které nebyly poškozené.

Scházejí kontejnery

V celkovém hodnocení se loni kvalita provedených prací v autorizovaných i neautorizovaných servisech zhoršila nejen během samotného roku, ale i meziročně. Cebia konstatuje, že se leckde výrazně prodlužují i termíny původně domluvené opravy. Na vině je i nedostatek kontejnerů při přepravě náhradních dílů, které automobilky i servisy objednávají z Číny a dalších asijských zemí. Navíc ceny přepravy v některých případech stoupají až na čtyřnásobek těch loňských a předloňských.

Jak se kontroluje

Audit autoopraven probíhá v několika úrovních.

- Může se jednat o kontrolu po pojistné události, po opravě, před opravou, mystery repair a pick-up audit.
- Kontroly probíhají neohlášeně, servis není předem informován o návštěvě auditora. Pravidlem Auditů servisů je princip opakované kontroly. Auditóři navštíví jeden servis až třikrát za rok.

Skokanem roku je Zlínsko

Ale i mezi negativními zprávami se najdou dobré. Co do kvality oprav se podle společnosti Cebia výrazně zlepšily autoservisy ve Zlínském kraji, ten byl co do procentuálního vylepšení vyhodnocen jako skokan roku. Z necelých devadesáti procent se v roce 2019 přiblížili autoopraváři téměř ke stovce. Na špiče se dlouhodobě drží hlavní město. Opačným skokanem roku, směrem dolů, jsou jihočeské autoopravny. Tam se ve zjištěných auditu propadla úroveň kvality a spolehlivosti opraven téměř o dvacet procent.



PAVEL HRABICA
pavel.hrabica@metro.cz

Zima. Taková tu dlouho nebyla

Dopravu už několik dní komplikují sníh a námraza. Podle meteorologů bude Česko až do zítřka zasypávat další sníh. Řidiči musejí zůstat ve střehu. Kvůli velmi nízkým teplotám působí sůl, kterou používají silničáři, velmi pomalu. Problémy mohou mít zejména kamiony.

Několik silnic bylo včera kvůli počasí neprůjezdných, v některých městech se zpožďovala městská hromadná doprava, nejezdily ani některé re-

gionální vlaky. Komplikace byly na dálnicích, kde se opět tvořily několikakilometrové fronty. Varování policie platí i nadále zvláště u hranic s Německem. Včera se také hodně bouralo.

Arktický mráz nás potrápí nejméně dva týdny. V druhé polovině týdne na mnoha místech v Česku nastanou arktické dny. „Taková zima tu dekadu nebyla,“ řekla meteoroložka Dagmar Honsová. **ČTK a IDNES.cz**

Silné mrazy nejspíše i přes víkend

Vydatné sněžení v Česku doprovodí také silné mrazy.

- Teploty mohou klesat až k 12 stupňům pod nulou. Uvedl to včera Český hydrometeorologický ústav.
- Meteorologové už dříve informovali o tom, že na severu Česka bude silný mráz od čtvrteční noci. Jejich upozornění před silným mrazem platí do odvolání.
- Novou sněhovou pokrývku meteorologové očekávají zejména ve Zlínském kraji a v částech Moravskoslezského a Jiho-moravského kraje.

- Od pátku do zhruba poloviny února jsou pak předpokládány převážně ve večerních a nočních hodinách silné mrazy na celém území. Minimální teploty budou nejčastěji mezi minus deseti až minus 15 stupni, při zmenšené oblačnosti mohou lokálně klesat až ke zhruba minus 18 stupňům, doplnili meteorologové.

- Sníh a námraza komplikují dopravu v Česku už od neděle. Několik silnic je kvůli počasí neprůjezdných. Lidé také musí počítat se zpožděním městské hromadné dopravy nebo výpadky v regionálních spojích.

Číslo dne

1354

Prodej hybridních aut na českém trhu vzrostl o 53 procent na 1354 vozů. Vyplývá to z údajů Svazu dovozců automobilů. První příčku si udržela Toyota, která v lednu prodala 323 hybridů, následuje Ford (229), za ním skončilo Volvo (213) a Škoda (161). Mladoboleslavská značka zároveň vede v prodeji elektromobilů se 111 vozy. Odbyt elektromobilů se snížil o 40 procent na 231 aut. Celý trh osobních aut přitom v lednu klesl o 23 procent.



To je pohoda

Návaly sněhu přinesly kromě komplikací na silnicích také radost. Sníh si užívají děti (na horním snímku na Zbraslavi), ale také sportovci (na snímku dole běžkaři v Pardubicích). 2x ČTK



Zeman. Další jeho výrok u soudu

Za výrok prezidenta Miloše Zemana o bývalém poradci Zdeňku Šarapatkovi se nemá omlouvat ministerstvo financí, ale sám Zeman jako soukromá osoba. Rozhodl o tom Ústavní soud. Celá věc se vrací k obvodnímu soudu. O co v případě jde? Prezident v listopadu 2017 v televizi Barrandov řekl, že Šarapatku vyhodil pro neschopnost. Šarapatka ale odešel z Úřadu vlády v době, kdy byl Zeman premiérem, a to po dohodě. Na to soudem reagoval sám Šarapatka, který chce po Zemanovi omluvu. „Soudím se o čest celé roky,“ řekl s tím, že Zeman lže. Jedná se o další z prezidentových výroků, které jsou u soudu. Nejznámější je ten o novináři Ferdinandu Peroutkovi. **ČTK**



VELKÝ VÝPRODEJ ZBYTKŮ LÁTEK

Akce platí od 1. 2. do vyprodání zásob

SLEVY 50% – 70%

POUZE NA PRODEJNÁCH
Haškova 10 | Praha 7
Hůrka 1034 | Kralupy n/Vlt.

MALOOBCHOD • VELKOObCHOD • E-SHOP

OC Galerie Harfa | Praha 9 | tel.: 234 132 218
OC Šestka | Praha 6 | tel.: 225 023 222
Galerie Butovice | Praha 5 | tel.: 234 141 333
Haškova 10 | Praha 7 - Letná | tel.: 233 376 536
Košícká 27 | Praha 10 - Vršovice | tel.: 271 740 541
Sázavská 34 | Praha 2 - Vinohrady | tel.: 222 510 625
Kralupy nad Vltavou | Hůrka 1033 a 1034 | tel.: 311 284 924



LÁTKY.CZ

Číslo dne

25

Tolik let uplynulo od první schachové partie mezi počítačem a geniálním mozkiem. Umělo inteligenci zastupoval stroj nazvaný Deep Blue od firmy IBM, který dokázal vyhodnotit až 200 milionů postavení za sekundu. Na straně nedokonalého člověka seděl ruský velmistr Garri Kasparov. Série, která trvala osm dní, dopadla dobře pro lidstvo, Kasparov vyhrál 4:2 při dvou remízách. Rok na to přišla odveta. Tu již superpočítač od IBM nad Kasparovem vyhrál 3,5:2,5.

Mladí lidé odmítají očkování

Izrael nabízí vakcínu zdarma pro všechny nad 16 let.

Židovská země má ke včerejšku proočkováno 5,8 milionu obyvatel, to znamená 65 procent populace. Zdánlivě jde o velký úspěch.

„Většina z rizikových skupin už procesem prošla,“ vítá epidemioložka Kalanit Kayeová. „Problém jsou ale mladí lidé, kteří si neuvědomují důležitost vakcíny a věří dezinformacím,“ krčí rameny odbornice, jež zdůrazňuje, že pro vytvoření kolektivní imunity je třeba proočkovat nejlépe 70 a více procent obyvatel.



Hromadná vakcinace v osmimilionovém Izraeli PROFIMEDIA.CZ

bornice, jež zdůrazňuje, že pro vytvoření kolektivní imunity je třeba proočkovat nejlépe 70 a více procent obyvatel.

Potíž Izraele tkví v tom, že jde o zemi s velkým zastoupením jedinců do 16 let – tvoří

30 procent obyvatel. Pro srovnání – Česko má takto starých dětí a teenagerů jen 18 procent.

Právě lidé pod 16 let jsou zatím globálně vyloučeni z očkovací kampaně, dokud

vakcína neprojde oficiálními testy na této věkové skupině. Výsledky by měly být známy až v létě.

Izrael, jenž je v pelotonu proočkování suverénně napřed, musí spoléhat právě na statisíce mladých lidí mezi sedmnácti a třiceti lety. Ti ale zájem většiny ignorují.

„Na začátku jsme očkovali mezi 100 a 120 tisíci lidmi denně, v posledních několika dnech nedosahujeme ani poloviny těchto čísel,“ uvádí epidemioložka Kayeová. „Nerozumím lidem, kteří si nepřipravili pro injekci. Je to velká chyba,“ uzavírá. **HAL**

Trump. Žaloba je v Senátu

Právníci bývalého amerického prezidenta Donalda Trumpa v obsáhlém memorandumu napadají ústavní žalobu, impeachment, který včera začali projednávat senátoři.

Dnes začne argumentace, na kterou budou mít žalující strana a obhájci každý po 16 hodinách. Na stole bude obvinění z vyprovokování ná-

silí proti vládě Spojených států poté, co podle obžaloby Trump dva měsíce podkopával důvěru ve výsledky podzimmních prezidentských voleb. Jeho příznivci 6. ledna po bojovně laděném projevu končící hlavy státu napadli Kongres, kde právě v tu chvíli začínalo oficiální sčítání hlasů prezidentských volitelů.

Trumpovi právníci vytrvale odmítají vznesená obvinění a zpochybňují ústavnost impeachmentu v momentě, kdy už Trump není v úřadu. Vše označují za politické divadlo.

Expresident přitom musí nově čelit podezření, že se 2. ledna telefonicky snažil zvrátit výsledky voleb ve státu Georgia. **ČTK a HAL**

Krátké

Finanční injekce

Poslanci Evropského parlamentu podporují co nejrychlejší spuštění fondu krizové pomoci pro země Evropské unie. První peníze ve výši 750 miliard eur (téměř 20 bilionů korun) by země mohly dostat ve druhé polovině roku.

Světlo pro vězně

Spolupracovníci vězněného ruského opozičního předáka Alexeje Navalného plánují další protest. Příznivce vyzvali, aby v neděli večer vyšli na dvorky svých domů a zapnuli svítily na svých mobilních telefonech. **ČTK**

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

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

POPTÁVKA BYTU

koupím byt na horách či blízko hor - Sumava, Krkonoše, nebo Jizerky. Na stavu nezáleží. Děkuji za nabídky. Tel: 773 117 381

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

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

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/ stavební pozemek na horách či blízko hor - Krkonoše, Orlické, Jizerky nebo Šumava. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel: 773 117 381

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

• Koupím byt nebo dům v Praze, zaplatím požadovanou cenu a nechám bydlet nebo dožít. Vše na dohodě 777603019.

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL
real estate

JURIS REAL, spol. s r.o.

nabízí přímý výkup, zprostředkování prodeje, dražbu nebo aukci.

A to za nejvyšší možnou tržní cenu.

Před prodejem vyřešíme právní vady,

dluhy, exekuce.

Možnost okamžité výplaty zálohy.

605 300 003

www.prodejtojinak.cz

Pronájmy - poptávka

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

• Hledám menší byt pro 2 os do 14 tis. nebo větší do 19 tis. Požadavky: centrum do 40 min, MHD, dlouhodobě, lodžie výhodou. RK nevolat. 605845088.

Práce - nabídka

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

• Pracovník/ce na třídění, roznos časopisů, kancelářské práce. Na zkrácený pracovní poměr. Místo je pro OZP, ID. Praha 10 Tel. 608 672 900

• Přijmeme zaměstnance na pozice administrativa/ recepce, Telefonní operátor, kontaktování našich zákazníků - spokojenost po servise. Pozice je vhodná pro ID, OZP práce na HPP zkrácený úvazek 10-15 hod/ týdně. Volejte 602625905

• Přijmeme zaměstnance Technik výstupní kontroly vozů po servise 10 hodin týdně. Garancní technik 15hod týdně, nutné technické zaměření. Pozice je vhodná pro ID, OZP práce na HPP zkrácený úvazek 10-15 hod/ týdně. Volejte 602625905

• Domov pro seniory na Praze 2 (48 klientů) hledá zdravotní sestru do přátelského kolektivu. Bonusy, prémie, 15 směn/měs., možnost zajištění ubytování. dana.jakoubkova@cssp2.cz.

Hledáme instalatéra/topenaře.

Požadujeme manuální zručnost a spolehlivost. Práce po Praze s nástupem IHNEDE. info@havlinzb.cz | **602 396 662**

m2c

Náborový příspěvek pro ID nebo OZZ až 15.000 Kč

Práce v ostraze po celé Praze

Volejte zdarma: 800 111 112

Čerpací stanice TOME GAS Černý Most - Praha 9, Velké Přílepy

přijme:

OBSLUHU NA HPP

17 000 - 18 000 Kč/měsíc

pouze pro zájemce s inval. důchodem/ZPS

Tel.: p. Dubský 727 871 595

HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE:

RECEPCE A OSTRAHA

Požadujeme invalidní důchod.

Mzda od 100 Kč/hod.

Nabízíme náborový příspěvek 10.000 Kč, vyplácíme denně.

Tel.: 800 888 440
(bezplatná linka)

• Přijmeme zaměstnance na úklid vnitřních prostor, úklid kanceláří, Pozice je vhodná pro ID, OZP práce na HPP zkrácený úvazek 10-15 hod/týdně. Volejte 602625905

• Vydělávejte až 25 tis Kč čistého! Ostraha budov, staveb, vrátnice atd. Pro muže i ženy, možné týdenní zálohy, ubytování. ZDARMA 800100286

• ZŠ Praha 9 - Čakovice hledá vychovatele/ku do ŠD na 1/2 úvazek. Nástup 1. března 2021. Váš životopis zasílejte prosím na e-mail: ty.matejickova@gmail.com.

• Bezpečnostní agentura přijme pracovníky ostrahy OZP a OZZ pro ostrahu a recepční služby pro objekt na Praze 1 - Na Příkopě, směnný provoz Po - Pá. Mzda 110 Kč -130 Kč/hod. Požadujeme profesní certifikát kvalifikace Strážný, výpis z rejstříku trestů. Kontakt: 602157032 p. Stanley.

• Úklidová firma přijme zaměstnance na denní úklid, 8-16 hod, Praha 2, Karlova univerzita. Vhodné i pro důchodce. Kontakt: 777158684

Vyzrajte na nástrahy zimy

Jak na oslabenou imunitu?

Během zimy prochází imunita nejen vašich dětí, ale celé rodiny zatěžkávací zkouškou. Pobyt v dětském kolektivu pak představuje asi největší riziko. Přitom stačí málo – kvalitní a ověřený přípravek z lékárny se skvělou chutí.

Hlíva ústříčná PRO DĚTI s Rakytníkem JACK HLÍVÁK je vysoce kvalitní doplněk stravy z tradiční řady Imunit®, který byl vyvinut dle posledních poznatků moderní farmacie. Svým unikátním složením s přírodními certifikovanými beta-glukany z hlívy ústříčné, extraktem z rakytníku a dalšími vitaminy se přípravek stává jedinečným na českém trhu. Zároveň díky obsaženému selenu přípravek posiluje obranyschopnost organismu a díky jódu zajišťuje normální růst dětí. Navíc s dárkem pro celou rodinu: Vytvořte si vlastní 3D mořský svět.



Bylinná mast na průdušky

V mrazivých dnech se kašel a nachlazení vyhne pouze málokdo. Proto je dobré se pořádně připravit. Vyzkoušejte zaručený zdravotnický prostředek **PSÍ SÁDLO Medical Dr. Weiss®**. Bylinnou mast, která je vyráběna podle originální receptury legendárního švýcarského léčitele.

Konzistence masti s extrakty z 10 léčivých bylin je na bázi včelího vosku, jenž věrně kopíruje funkci a účinek původního živočišného sádla. Eukalyptová silice rozpouští tuhé hleny a uvolňuje ucpaný nos, tymiánová silice usnadňuje vykašlávání usazeného hlenu z dýchacích cest a usnadňuje dýchání. Psí sádlo se tradičně maže na hrud' a záda, ale je možné aplikovat menší množství také pod nos a do oblasti spánků. Mast obsahuje rovněž hydratační přísady, které dokonale pečují o pokožku. K dostání v lékárnách.



Ekzém? Řešte příčinu, nejen následky!

Trpíte atopickým ekzémem? Pak je neustálé promazávání suché a svědivé pokožky zřejmě vašim denním chlebem. Hydratace ekzematické pokožky uleví, neřeší však příčinu problému. Tou je nedostatečná funkce kožní bariéry.

Místo nekonečného mazání a mírnění atopických projevů podpořte u pokožky funkci kožního pláště. Ten je totiž zodpovědný za její přirozenou obranyschopnost. Pomohou přírodní látky. **Atopos ošetřující krém** díky složení s konopným olejem, rašelinou a panthenolem nejen dlouhodobě hydratuje a zvláčňuje suchou a svědivou pokožku atopiků i lupénkářů, ale především obnovuje její funkci kožního pláště. Tím je redukována skutečná příčina kožních problémů. Řešte ekzém v zárodku, předejděte obtížím.

Vyzkoušejte i další konopné přípravky Cannaderm dostupné v lékárnách a zdravých výživách.



SEBOREA, LUPÉNKA nebo ATOPIE ve vlasech? Máme řešení!

Co mají společného seborea, lupénka a atopie ve vlasech? Nepříjemné a bohužel vytrvalé svědění vlasové pokožky, které významně omezuje náš běžný život. Pokud toužíte po účinné a rychlé úlevě, máme pro vás řešení.

Capillus šampon seborea zmírňuje tvorbu šupin a zarudnutí vlasové pokožky. Především však také rychle a dlouhodobě ulevuje od nepříjemného svědění. Přírodní složení nedráždí vlasovou pokožku. Naopak konopný olej a extrakt pomáhají k její přirozené obnově. Sůl z Mrtvého moře společně s grepovými semínky ničí přemnožené kvasinky. Pravidelným používáním šamponu tak vyřešíte nejen akutní stav, ale i opakovaný návrat potíží. Capillus šampony z řady Cannaderm jsou k dostání v lékárnách a zdravých výživách.

Díky unikátnímu přírodnímu složení získal šampon značku CPK - certifikovaná přírodní kosmetika.



Sudoku

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

Luštěnka

P	A	N	Ž	U		
1						
CH	V	A	L	K	I	
		2				
V	O	D	P	O	D	
			3			
T	Í	N	O	D	S	
4						
L	O	G	A	T	A	K
		5				

Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Napište svou bublinu



Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
***	***		
-5/-1 °C	-8/-4 °C	-8/-4 °C	-8/-4 °C

Teplotní rekordy: ↓ -24,3 °C (1956) ↑ 14,5 °C (1775) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.55 To je vražda, napsala XI</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Hříšní lidé města pražského (7)</p> <p>20.55 Hercule Poirot X</p> <p>22.35 Příběhy slavných... Miloš Kopecký</p> <p>23.30 Případy detektiva Murdocha XIII</p> <p>00.10 AZ-kvíz</p> <p>00.40 Máte slovo s M. Jilkovou</p> <p>01.40 Banánové rybičky</p> <p>02.15 Dobré ráno</p>	<p>16.05 Marco Polo: Rozluštěné tajemství</p> <p>16.55 Tajemství Vatikánu (4/5)</p> <p>17.50 Fenomén Dukla</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Babylon</p> <p>19.25 Kus dřeva ze stromu (4/26)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Kamera na cestách: Kostarika, země harmonie</p> <p>21.00 Mistři medicíny</p> <p>21.30 Generálové (2/6)</p> <p>22.25 Letecké katastrofy</p> <p>23.10 Lovců (6/12)</p> <p>00.10 Hon na Josefa Mengeleho</p> <p>01.00 Hitlerův vpád na východ: Oběti</p>	<p>16.00 Mentalista VI (16)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Co na to Češi</p> <p>18.25 Ulice (3988)</p> <p>18.25 Malé lásky II</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Výměna manželek XIII</p> <p>21.40 Malé lásky II</p> <p>22.35 Smrtonosná zbraň II (19) Jesseyho holka. Seriál (USA, 2017)</p> <p>23.30 Mentalista VI (15, 16)</p> <p>01.10 Castle na zabiti V (22)</p> <p>01.50 Smrtonosná zbraň II (20)</p> <p>02.30 Malý Sheldon (15)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (881)</p>	<p>16.25 Policie v akci</p> <p>17.25 Krimí zprávy</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.40 Sport</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.15 Sestřičky (41) Kdo je tady hvězda? Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.50 Poklad z půdy</p> <p>23.55 Policie v akci</p> <p>00.55 Námořní vyšetřovací služba XI (3) Najdi letadlo. Krimiseriál (USA, 2013)</p> <p>01.50 Policie v akci</p> <p>02.50 Policie v akci</p> <p>03.50 Prostřeno!</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>13.00 Óčko trendy</p> <p>14.30 Smartmania</p> <p>14.35 Óčko trendy</p> <p>15.00 #VIDIMSE V MIXXERU</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 #MASTERCHAT</p> <p>17.45 Óčko hity</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ & SK České a slovenské klipy</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Pozitivní vibrace</p> <p>23.00 Óčko flirt</p> <p>1.00 Body Fixers</p> <p>1.30 Óčko flirt</p>

PAVEL MAURER

MILOVNÍK JÍDLA



Sloupek

NAŠE ZMRZLÉ VITAMINY

Čerstvé ovoce a zelenina nejsou v zimě vždy úplnou výhrou! Naše civilizace nás sice rozmazlila čerstvými saláty a borůvkami servírovanými běžně v únoru na pultech, ale kdo ví, jak to vlastně je?

Přinést v tomhle mrazu z lesa čerstvé jahody nebo maliny umí jen Maruška z pohádky Dvanáct měsíčků. Otázkou je, zda musíme za každou cenu konzumovat produkty, které patří do jiného ročního období. Je to pro naše tělo správné a zdravé? Nebo je pro nás lepší kysané zelí, růžičková kapusta, řepa a mrkev, či dokonce zmrazená zelenina?

Citát

Naše prababičky měly celkem jasno. Co bylo naloženo či zkvašeno, to se jedlo.

Naše prababičky měly celkem jasno – co bylo naloženo, zkvašeno, sušeno (křížaly), zavařeno, to se jedlo. Vše ostatní – až to poskytla příroda čerstvé. Podle vědků

z Harvardu ztratí některé mražené potraviny méně vitamínů, ale i chuti než zdánlivě „čerstvé potraviny“, jež ovšem byly dlouze transportovány a často i nevhodně skladovány.

Pro přípravu mražené zeleniny a ovoce se většinou totiž sklízí zralé plody, zatímco u mnohých čerstvých vyhlížejících jablíček, avokáda, banánů či petržele musíme předpokládat, že vše bylo předčasné sklizeno, aby to uměle a pomalu dozrávalo už ne v mateřské půdě, na keři nebo na stromě, ale v umělém prostředí a aby to překonalo dlouhý transport, než se to k nám dostane na stůl.

Takže mražené je podle vědců často – kupodivu – lepší! A tak, když to aspoň trochu půjde, nejzte, nepijte ani nežijte blbě!

Anketa

f Kdo bude prezidentem ČR v roce 2031?



Standa Doležal
Doufám, že ne jakýkoli Klaus.



Janča Tanclová
Proč ne Daniel Landa?



Michal P. Matějka
Jestli Kalousek, tak emigruju.

@mojemetro



@bambajak je šotouš par excellence. „Dneska by si 9241, tedy moje Milla, po výkonu zasloužila trošku umýt. Jezdila po dlouhé době moc příjemně,“ říká tramvaják @bambajak. A přihazuje tagy #bambajka #skoda15t #iamthedriver #pankrac #depot #pankracdepot #transport #bambajakovo_ocko #mojemetro.

#METROTAG

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

Dopisy a vzkazy

Černá je dobrá!

Vážená paní Plosková, po přečtení vašeho „černého“ dopisu v úterním Metru jsem se začala více dívat po lidech. Nevím, proč by černé oblečení mělo být známkou nedostatku vkusu. Rozhodně na mě působí elegantněji člověk v černém než leckterý barevně nesladěný cestující, který vypadá, jako kdyby ráno vylétl z „Rákosova pavilonu“. U dětí to platí dvojnásob. Je kolikrát až ostudné, do čeho jsou rodiče schopni obléct děti v zájmu barevnosti. Černá určitě není praktická, na dětském kočárku zejména, jen se barva dobře kombinuje a, představte si, někomu se může prostě líbit!

E. VOPÁLKOVÁ

Vysvětlete mi to

Udivuje mě, když vidím v TV záběry z natáčení seriálu, kde v uzavřeném místě pracuje televizní štáb, herci, komparzisté, a nikdo nemá roušku a o dvoumetrovém odstupu nemůže být ani řeč.

TOMÁŠ VOJÁČEK, PRAHA

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

ŽIVOT

Komiks

F POHODĚ
:-)

Javorový list

A. Židkova



MIRONET

Nejnovější
Galaxy Watch

7.790,-

SAMSUNG Galaxy Watch 3 (41 mm)
chytré hodinky II AMOLED displej
NFC II Bluetooth

www.mironet.cz

Zobrazování času. Pouze vrchol ledovce

Chytré hodinky se staly součástí každodenního života velké části uživatelů chytrých technologií. S množstvím nabízených produktů od různých výrobců se za poslední roky roztrhl pytel. Nositelná elektronika nabízí širokou škálu zaměření, funkcí a specializací. Stejně jako je tomu na poli chytrých telefonů, i chytré hodinky mají své vlajkové lodě. Mezi nejčerstvějšími novinkami najdeme chytré hodinky od výrobce Samsung. Jedná se již o třetí generaci Galaxy Watch, která s sebou přináší

to nejlepší z předchozích verzí, ale také mnoho novinek.

Prémiové multisportovní GPS hodinky Samsung Galaxy Watch 3 v nadčasovém designu jsou vhodné pro sportovce, vyznavače outdooru i pro běžné nošení. Základem těchto hodinek je dvoujádrový procesor Samsung Exynos 9110 pracující na frekvenci 1,15 GHz, doplněný o 1 GB paměti RAM. Pro data je připravena 8GB velká paměť. Hodinky disponují barevným displejem, který nabízí perfektní čitelnost za každé situace díky rozlišení 360 x 360 obra-

zových bodů. Integrovaný snímač srdečního tepu umístěný na spodní straně hodinek měří váš tep přímo ze zápěstí a monitoruje jej 24 hodin denně.

Z bezdrátových technologií je k dispozici Wi-Fi, Bluetooth či NFC. Hodinky jsou díky certifikaci IP68 voděodolné do 5 atmosfér a pohání je operační systém Tizen 5.5.

Neváhejte tedy a zamiřte do internetového obchodu Mironet.cz, kde najdete prémiové chytré hodinky značky Samsung v ceně již od 7790 korun.



Samsung Galaxy Watch 3

Trojrozměrný hrdinný instalatér překonává nová dobrodružství

Když se vysloví jméno Mario, zkušeným hráčům se vybaví doslova celé dětství.

Dobrodružství, kde se Mario snaží dostat skrze složité dvourozměrné úrovně, aby nakonec zachránil princeznu, se vrylo hluboko do paměti mnohým z nás. Postup byl vždy stejný: opakovat úroveň do té doby, než jste znali nazpaměť každou překážku, každého nepřítele a prakticky nic vás nemohlo překvapit. Od devadesátých let se Mario přenesl doslova do jiné dimenze. Z dvourozměrného světa se hrdinný instalatér přesunul do světa trojrozměrného, což přineslo kromě nových dobrodružství i nové

herní mechaniky a nástrahy. Cestujte s Mariem a Luigiem do království Sprixie ve hře Super Mario 3D World, která původně vyšla na konzoli Nintendo WiiU a nyní si ji můžete užít na konzoli Nintendo Switch. Bowser unesl princeznu Sprixie a je jen na Mariovi a jeho parťácích, aby ji zachránili. Království je ovšem plné nástrah a záluďných zákoutí, s kterými si musí Mario poradit. Při cestě za vysvozením může hráč vyzkoušet průlezy průhlednými rourami, házení balony nebo lezení po zdech.

Jedná se tedy o intenzivní zábavu založenou na legendárních postavách, která vás zaručeně vtáhne do děje. Tak neváhejte a zakupte si hru Super Mario 3D World + Bowser's Fury pro Nintendo Switch v internetovém obchodu Mironet.cz za skvělých 1399 korun.



Super Mario 3D World

3x MIRONET

Designovka

Moderní designový doplněk, který navíc vypráví technologický příběh starý přes 66 let. To je limitovaná edice hodin Nixie od české značky Noyce Joyce postavená z číslicových výbojek, takzvaných digitronů. Spojuje letitou technologickou historií prvních displejů z minulého století s aktuálními designovými trendy, které sází na retro vzhled doplněný industriálními kovovými prvky. Hodiny jsou navrženy jako originální stavebnice, kterou si musíte nejprve složit. Více na noycejoyce.com/cs.



Mariánské Lázně. Léčí následky nemoci covid

Jedny z nejznámějších západočeských lázní mají dlouhodobé zkušenosti s léčením respiračních onemocnění. Díky této úspěšné praxi, výjimečné poloze a přírodním zdrojům jsou v Mariánských Lázních schopni pomoci také pacientům po prodělaném onemocnění covid-19. Léčba je možná i v pátém stupni PES, a to jak při pobytech přes pojišťovnu, tak také pro samoplátce, kteří zvolí zdravotní pobyt.

Nejcitlivějším místem těla se v souvislosti s onemocněním covid-19 stává dýchací

ústroj, přičemž tato nemoc může vést až k zápalu plic. Právě léčením stavů po komplikovaných zánětech plic se v Mariánských Lázních už desítky let zabývají. Pomáhají zde rovněž pacientům s astmatem nebo chronickou bronchitidou.

V lázeňských zařízeních se klienti nemusejí bát žádné nákazy. Poskytují mnohonásobně vyšší míru hygienických opatření, než s jakou se klienti setkají v běžném životě, v obchodních centrech nebo hromadné dopravě. Více na ensanahotels.com.

Seniorské taxi. Od Konta Bariéry a Dr.Max

Letos vyjíždějí do ulic dalších tří obcí vozy speciální autodopravy pro seniory, které poskytuje Konto Bariéry Nadace Charty 77 díky sponzorství největší české sítě lékáren. Projekt Taxík Maxík funguje už od roku 2016.



V Orlové bude Taxík Maxík provozovat karvinský Červený kříž.

Foto: Karel Šanda

Protiepidemiologická opatření se podepsala na tom, že předávací ceremoniál, při kterém si reprezentanti měst přebírají klíčky od nových vozů pro sociální taxislužbu, proběhl skromněji než v uplynulých letech.

To podstatné se ale nezměnilo: auta vyjela a s letoškem začínají sloužit potřebným. Čerstvě Čáslavi, Orlové a Ústí nad Labem. Tyto lokality se tak řadí k předeslým a jejich výčet

už dnes zahrnuje desítky obcí. „Ačkoli služba zahajuje provoz krátce po Novém roce, auta si provozovatelé přebírají tradičně o Adventu a v předvánoční čas dvacítkového roku 2020 jsme měli to potěšení předávat už 20. automobil,“ říká Daniel Horák, generální ředitel lékárenské sítě Dr.Max

Celkem se předávaly čtyři vozy – tři do nových destinací a jeden vystřídá už doslouživší Taxík Maxík v Liberci. „Liberec byl městem, kde služba startovala a lidé tam o ni mají zájem pořád, což se bez obnovy vozového parku neobejde,“ vysvětluje Daniel Horák. O službu však projevují zájem

další a další obce. „Radnic, které chtějí mít ve svém městě zvýhodněnou seniorskou dopravu, stále přibývá. Jsem ráda, že jsme k tomu projektem Taxík Maxík přispěli a ukázali starostům, jak mohou stárnoucím spoluobčanům, ale i handicapovaným lidem pomáhat. Po pěti letech

fungování projektu je, myslím si, rostoucí zájem víc než skvělá vizitka pro náš společný projekt,“ říká ředitelka Nadace Charty 77 Božena Jirků. Taxíky Maxíky navíc skvěle obstály i v době koronavirové krize, kdy potřebným rozvážely ochranné pomůcky, dezinfekci i nákupy.

Tělu prospěšné otužování

Když se píše o posilování imunity, většinou nechybí doporučení k otužování. Proč je to tak důležité?

„Hlavním přínosem otužování je vybudování silné obranné schopnosti organismu. Otužilcům se vyhýbají virová onemocnění, optimalizuje se krevní tlak, zlepšuje se stav alergií. Otužování působí pozitivně na kardiovaskulární i lymfatický systém, dokonce může působit i na hubnutí, ovšem pouze u trénovaných jedinců, kteří se pravidelně otužují minimálně dva roky. Otužilci pak nebývají tolik náchylní ani na změny počasí, které dělají běžným lidem často těžkosti,“ vysvětluje Iva Bílková, hlavní fyzioterapeutka Fyziokliniky. Otužování má i velmi dobrý efekt na psychiku člověka.

Nic se ale nemá přehánět, a pokud nejste „trénovaní“, tak vyběhnout rovnou ve spodním prádle do sněhu nebo se naložit do vany plné ledové vody není určitě ten pravý počin. Začněte pomalu a postupně přidávejte. Nejlepší je začít s ochlazováním vzduchem, tedy méně se oblékat, venku se zahřívát pohybem a doma nenosit ponožky. „V rámci ranní rutiny můžete začít oplachováním obličejů. Postupně si pouštějte studenou vodu na zátylek. Až poté, co si zvyknete na chlad, můžete začít přemýšlet o dalším kroku,“ říká osobní trenér se zálibou ve výživě David Plíml, který se osobně otužuje.

Dalším krokem může být deset sekund trvající studená sprcha po obvyklé teplé sprše – a to každý den. I tak krátká doba stačí na vyplavení potřebných hormonů a posilování zdraví. Poté je třeba tělo osušit ručníkem a nejlépe prohrát zevnitř díky svalové aktivitě pár poskoků nebo dřepů. Po nějaké době můžete přejít na stude-

nou sprchu, což by u začátečníků nemělo překročit dobu dvou minut.

Otužování je dlouhodobý proces, ale po poctivém dodržování na sobě pocítíte první pozitivní účinky již po pár týdnech. „U otužování platí jediné heslo – vytrvalost. Dobrým tipem, jak začít s otužováním, je i koupání se v přírodě během léta, kdy nejsou nejteplejší dny a venku je chladno. Důležité ale je po tomto koupání vysušení a zahřátí těla,“ vysvětluje David Buchta z Primulus.

Přibližně po patnácti dnech se tělo na působení chladu adaptuje. „Parametry buněčné imunity se normalizují a časem dochází k jejich zvýšení nad původní úroveň. Důležitá je ale pravidelnost a přiměřenost. Jestliže to přezene, stane se opak toho, čeho chceme docílit, a chlad na nás bude působit negativně a stresově se všemi svými důsledky,“ varuje fyzioterapeutka Iva Bílková. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Začněte pomalu, neskákejte hned do studené řeky. PROFIMEDIA.CZ

Jak na to

Otužování je výbornou prevencí nejen proti chorobám z nachlazení, ale pomáhá i proti bolestem zad či žaludečním vředům a podporuje psychiku.

- Otužovat se dá nejen pomocí sauny a ledové sprchy, otužování jsou i procházky v chladném prostředí nebo ranní rozvíčka u otevřeného okna.
- Jsou ale lidé, kterým otužování nelze doporučit. „Případy, kdy nelze otužování doporučit, jsou zánětlivá onemocnění

ní svalů nebo křečových žil. V té chvíli už je otužování pro organismus velká zátěž – zánět by se mohl zhoršit,“ říká Iva Bílková

- Ideální denní doba na studenou sprchu je ráno na lačno. Pokud byste se nasnídali, organismus by při otužování směřoval vyšší množství krve do žaludku a do střev a mohla by chybět v jiných svalích – to může mít za následek u lidí s nižším krevním tlakem pocit na omdlení.

Krátké

Úřadovala mlha

Superobří slalom žen, kterým mělo s denním zpožděním začít mistrovství světa ve sjezdovém lyžování v Cortině d'Ampezzo, byl kvůli mlze zrušen. Na startu měla být i olympijská vítězka Ester Ledecká. Pořadatelé super-G přeložili na čtvrteční dopoledne, dnes bude v Itálii kvůli špatné předpovědi počasí volný den. **ČTK**



Sparta vede, porazila Třinec

Hokejisté Sparty uspěli v přímém souboji o první místo s Třincem po výsledku 3:2, přestože prohrávali po první třetině 0:2. V čele tabulky mají náskok čtyři body. Třetí Mladá Boleslav zdolala až díky nájezdům Litvínov 3:2. **ČTK**

Biatlon. České čekání na medaili

Zatím je to letos bída. Českým biatlonistům to ještě v aktuálním ročníku Světového poháru necinklo. Šanci napravit si bilanci mají na mistrovství světa. To ve slovinské Pokljuce začíná právě dnes. Z loňského MS v Anterselvě Češi obhajují bronzovou medaili ze smíšené štafety a překvapivé třetí místo Lucie Charvátové ve sprintu. Nejbližší k medaili měla v této sezóně

Markéta Davidová, která pravidelně končí v první desíce.

Největšími favority šampionátu jsou Norové, kteří dominují zejména mezi muži. Zástupcům této severské velmoci patří první čtyři místa v průběžném pořadí Světového poháru v čele s Johannesem Thingnesem Bøem. Také v ženské kategorii jsou Norové v čele. **ČTK**

Tenis. Strídavé úspěchy Čechů v Melbourne

Česká tenistka Karolína Plíšková vstoupila do Australian Open jednoznačnou výhrou. Za 51 minut porazila Italku Jasmine Paoliniovou 6:0, 6:2. Dál jde i Karolína Muchová, která zdolala někdejší vítězku French Open Jelenu Ostapenkovou z Lotyšska 7:5, 6:2. Barbora Krejčíková strávila na kurtu téměř dvě a půl hodiny, než Číňanku Čeng Saj-saj udolala 6:3, 2:6 a 6:2. Naopak Marie Bouzková, Barbora Strýcová i Kristýna Plíšková se s prvním grandslamovým turnajem sezony rozloučily hned v úvodu. Při melbournské premiéře postoupil také Tomáš Macháč, jehož španělský soupeř Mario Vilella ve čtvrtém setu vzdal. **ČTK**

Fotbalové Brno kritizuje VAR

Za zmetky platit nebudeme, říká majitel klubu

Vedení Zbrojovky Brno dopíše adresovanému předsedovi Fotbalové asociace ČR Martinu Malíkovi zkritizovalo současnou činnost videorozhodčích. Majitel klubu Václav Bartoněk oznámil, že nováček první ligy nebude hradit poplatky za VAR. „V posledních zápasech našeho klubu se s tímto prostředkem ke

Mráz posunul zápasy

Některé víkendové duely ligového programu se budou hrát v dřívějších časech.

- Například Slavia nastoupí v sobotu s Pardubicemi od 16 hodin. Totéž platí i pro nedělní duel Sparty s Karvinou.

zvýšení kvality' pracuje zcela chaoticky, nesystémově, nejednotně a s velkou mírou chybovosti," uvedl Bartoněk

a upozornil, že neutěšený stav nevnímá jen v zápasech Zbrojovky. „Děje se tak i v utkáních ostatních klubů, což ostatně vyplývá i z vyjádření médií, odborné veřejnosti a v některých případech i samotné komise rozhodčích," doplnil. V takové situaci se odmítá finančně spolupodílet na činnosti videorozhodčích. „V principu úhlu pohledu majitelů klubů se tedy jedná o vadu výrobního procesu. A z logiky věci přidané hodnoty výroby se za zmetky neplatí," prohlásil Bartoněk. **ČTK**



Přijedou

Fotbalová Slavia dostala od ministerstva zdravotnictví výjimku, která umožní Leicesteru přijet do Prahy k zápasu úvodního kola vyřazovací fáze Evropské ligy. Všechny osoby, které přicestují z rizikových zemí, musejí do karantény. Jamie Vardy a jeho spoluhráči tuto povinnost nemají. **ČTK**

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

PŘIJEDEME (pro více než 300 ks) ZAPLATÍME ODVEZEME

Celá ČR

tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariaty.cz

Práce - nabídka

• Úklidová firma přijme zaměstnance na strojové mytí chodeb, 7-15 hod, Praha 5, FN Motol. Na sedící mycí stroj. Praxe vítána. Kontakt: 604242342

• Úklidová firma přijme invazivní důchodce na 1/2 úvazek na úklid kanceláří. Mzda 9000 Kč + bonusy. TEL.: 774510686

Knihy a časopisy

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

Ostatní

• Starožitný nábytek a velkou **KNIŽNÍ POZŮSTALOST** koupím za solidní cenu. Knihovnu, křesla, stůl, lampu, zajímavé obrazy aj. pro styl. čítárnu. T: 603478873

Výměny

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

Starožitnosti

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

Finance - nabídka

Odkupujeme Pohledávky.cz
+420 777 11 22 21

• Vyplatíme Vaše dluhy, záštavy, exekuce! Vy koupíme Vaši nemovitost! Peníze vyplatíme ihned! V nemovitosti můžete i nadále bydlet! Tel.: 731911992.

metro

**BOJÍTE SE RÁDI?
TEMNÁ ZÁKOUTÍ
POZNEJTE
NA METRO.CZ**

Až 1 000 000 Kč za STAROŽITNOSTI
obrazy, nábytek, hodiny, hodinky, porcelán, bronz, stříbro, šperky, šavle a jiné zajímavosti
PORADÍM
tel.: 603 505 686

Legendární Jizerská 50 se tentokrát pojede i virtuálně

Vládní opatření pustí na trať jen profesionály.

Běžkařští nadšenci přesto o svůj závod nepřijdou.

Tisíce lyžařů na startu, unikátní atmosféra, hromadné sdílení sportovní radosti i bolesti uprostřed horských lesů. Taková vždy byla legendární Jizerská padesátka.

Její 54. ročník však bude úplně jiný: závodit přímo na trati královského závodu na 50 kilometrů v neděli 14. února smějí kvůli koronavirovým restrikcím jen profesionálové. „Jizerskou padesátku však dělá unikátní především účast hobíků (člověk, který věnuje poměrně dost času nějakému koníčku – pozn. red.). Proto jsme se rozhodli uspořádat



Loňskou Jizerskou padesátku vyhrál mezi profesionály Nor Andreas Nygaard.

MAFRA

virtuální závod, díky kterému budeme moct na více než padesátiletou tradici Jizerské 50 navázat alespoň na dálku, a uctít tak památku horolezců z Expedice Peru 1970," uvedli pořadatelé.

V čem virtuální podoba lyžařské legendy spočívá? Až do 28. února si každý může zajet svůj závod nejen v Jizerských horách nebo v České republice, ale také kdekoli v celém světě.

Zúčastnit se lze na běžkách, ale v rámci volného závodu také na kole, bruslích, během či chůzi. Své výkony můžete sdílet s ostatními skrz klub ČEZ Jizerská 50 v aplikaci Strava.

Všichni lyžaři registrovaní na 54. ročník jsou automaticky přihlášení i na virtuální závod a už brzy mohou očekávat svůj startovní balíček. Až domů každému dorazí křišťálová medaile, startovní číslo, pamětní medaile a další dárky. Virtuální závod však bude otevřený i všem dosud neregistrovaným účastníkům.

Závod je součástí Worldloopet Virtual Racing League, a tak se stanete členy celosvětového společenství běžkařů. Můžete se zároveň přihlásit na jakýkoliv jiný závod ve světě. Za výkon obdržíte elektronický diplom a analýzu výsledků. Pokud jde o profesionály, ty v Jizerských horách čeká v neděli klasický závod zařazený do prestižní série Ski Classics. Už v pátek si to však elita rozdělá ve sprintu o slušné peníze. Nejrychlejších šest mužů a šest žen si mezi sebe rozdělí 200 tisíc korun. **HAV, 5PLUS2**

INZERCE

**Jsme s vámi
ve stopě
i podél trati**

S mobilní aplikací **EPF** od Nadace ČEZ pomáháte pohybem.

Ať už zimu trávíte v běžecké stopě, na sjezdovkách nebo procházkami, každá aktivita znamená body pro vámi vybraný projekt, který Nadace ČEZ finančně podpoří.

Stáhněte si **EPF** zdarma do svého telefonu.

#pomahejpohybem

NADACE ČEZ

SKUPINA ČEZ



-28%
Ovocný jogurt
z Valaška
150 g, 2 druhy
dříve 13,90

9⁹⁰

100 g = 6,60 Kč



-22%
Cremore Duo
190 g, více druhů
dříve 21,90

16⁹⁰

100 g = 8,89 Kč

ZNÁTE
Z TV



-46%
Kotányi
Mlýnek s kořením
od 33 g, více druhů
dříve 64,90

34⁹⁰

100 g = od 37,93 Kč



**+1 BOD
NAVIC**
Calvo
Tuňák
slunečnicový olej,
vlastní šťáva
3x 80/56 g, 2 druhy
dříve 119,90

-43%
67⁹⁰

100 g = 43,53 Kč



-30%
Bacchini
Kuskus
500 g
dříve 39,90

27⁹⁰

100 g = 5,58 Kč



**+1 BOD
NAVIC**
-33%
Granko
od 400 g, 2 druhy
dříve od 89,90

59⁹⁰

100 g = od 13,31 Kč

ZNÁTE
Z TV



-44%
Margot
od 81 g, více druhů
dříve 15,90

8⁹⁰

100 g = od 9,98 Kč



-27%
Orion
Atelier čokoláda
od 95 g, více druhů
dříve 54,90

39⁹⁰

100 g = od 39,90 Kč

30
1 dávka = 3,33 Kč



-54%
Perwoll
Speciální prací gel
více druhů
dříve 219,90

99⁹⁰



**+1 BOD
NAVIC**
-44%
Velvet
Toaletní papír
4 role, 2 druhy
dříve 89,90

49⁹⁰

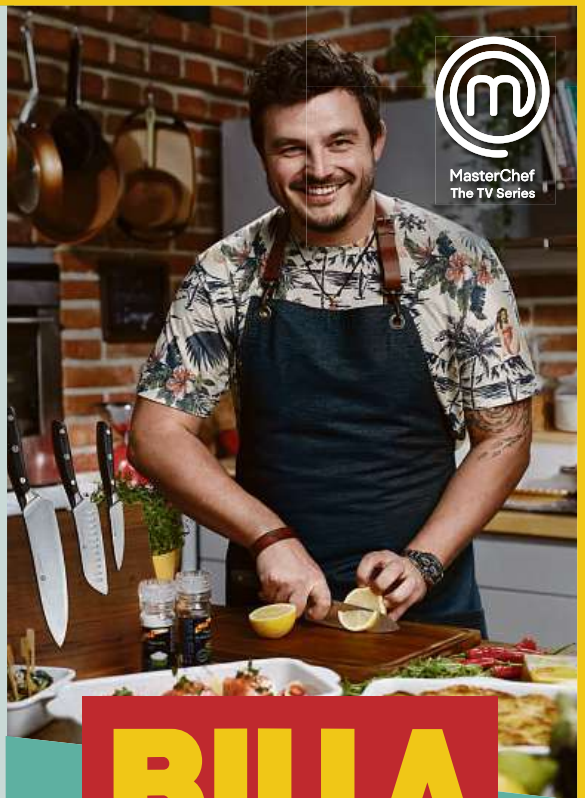
1 role = 12,48 Kč

EXTRA VELKÝ
NÁVIN

Nabídka platí od středy
10. 2. do úterý 16. 2. 2021.
Otevřeno i v neděli.



www.billa.cz



BILLA

**MISTREM
VE SVÉ KUCHYNI**

Sbírejte nálepky, získejte kvalitní
nádobí a nože MasterChef a vařte
jako šéfkuchař.

Sleva
až 91 %



Za každých 250 Kč utracených v řetězci prodejen
BILLA dostanete u pokladny nálepku.
Za 20 nebo 10 nálepek na sbírací kartě
a odpovídající doplatek získáte vybraný
produkt MasterChef.

Nálepky obdržíte u pokladny od 13. 1. do 23. 3. 2021. Nádobí MasterChef si můžete
v našich prodejnách vyzvednout až do 30. 3. 2021 nebo do vyprodání zásob.

©2021 Endemol Shine Group B.V. Endemol Shine, MasterChef and the MasterChef logo are registered
trademarks of Endemol Shine Group BV and used under license. All Rights Reserved.