



7 DNÍ  
PEUGEOT  
16.-22.10. 2023

ÚTERÝ 10. ŘÍJNA 2023 Č. 188 • WWW.METRO.CZ

metro®



NEZMEŠKEJTE  
JEDINEČNOU NABÍDKU



PEUGEOT DOPORUČUJE **TotalEnergies** Spotřeba a emise CO<sub>2</sub> v kombinovaném provozu pro model 308 SW: 4,9–5,8 l/100 km, 127-132 g/km, 3008: 5,4–6,5 l/100 km, 138-146 g/km a 5008: 5,6–6,7 l/100 km, 141-151 g/km. Foto je pouze ilustrativní. Nabídka 7 dní Peugeot je platná do 22.10.2023 a vztahuje se pouze na nákup nového osobního vozu (s výjimkou modelů 508/508SW). \*Pětiletá značková záruka se skládá z běžné dvouleté záruky a následně ze servisní smlouvy Optiway Garantie na další 3 roky / do najetí 60 000 km.

5 LET\*  
ZNAČKOVÉ  
ZÁRUKY

ČESKÁ   
spořitelna

VISA

WWW.NAKUPYONADNES.CZ

# NÁKUPY *OnaDnes* 16.—22.10.

**NAVÍC 5 % ZPĚT  
S MONEYBACKEM  
PŘI PLATBĚ VISA KARTOU  
OD ČESKÉ SPOŘITELNY**

Platí pouze u vybraných obchodníků pro  
platby mobilem a hodinkami na terminálech  
a na všechny platby na internetu.



# metro

## Při nakupování jsme dál opatrní

Pokles tržeb se v českých kamenných prodejnách nebo na internetu stal už pravidelnou součástí života. A to v podstatě bez ohledu na sortiment. Netýká se to samozřejmě jen jídla, kde se snaží lidé hledat rezervy, a některé položky se jinde než ve slevách nenakupují. **STRANA 2**

## „Snažím se neustrnout“

„Největší úspěchy v kanoistice měl taťka, ale i mamka, úspěšný byl i děda, babička i tety. Možná právě proto jsem kanoistiku dělat nechtěl,“ říká v rozhovoru pro deník Metro jeden z nejlepších tuzemských rychlostních kanoistů Martin Fuksa. **STRANA 4**



MAFRA

# Pastrňák bude brát víc, než platili Jágrovi

Hokejový útočník **David Pastrňák** z Bostonu s **13 miliony dolarů (přes 300 milionů korun)** bude v nadcházející sezoně druhým nejlépe placeným hráčem NHL. Překoná i **český rekord** Jaromíra Jágra, který v sezoně 2002/2003 ve Washingtonu bral 11 433 333 dolarů.

# Utrácíme málo, už to trvá dlouho a obchodníci trpí

**Dvě mouky, máslo, pět rohlíků, čtyři housky, kilo brambor, sýr, jogurt. Co možná nejlevnější.**

Ve středočeských Voticích se v květnu 2022 narodilo šest dětí. Momentálně jim je sedmáct měsíců. Pokud budeme jejich život brát statisticky, tak od jejich narození jejich rodiče utrácejí při nákupu stále méně a méně než v předešlých letech (viz box).

**Dvě třetiny nákupů probíhají ve slevách**

Pokles tržeb se v českých prodejnách (ale i na internetu), v podstatě bez ohledu na sortiment, stal už pravidelnou součástí života. Netýká se to samozřejmě jen jídla, kde se snaží lidé hledat rezervy a některé položky se jinde než ve

slevách nenakupují. Podle zjištění společnosti Nielsen se v akcích už od loňského roku prodává nejen jídla, ale i dalšího zboží asi šedesát procent oproti předešlé době.

„Češi jsou při nakupování stále opatrní a svou ekonomickou budoucnost nevidí jinak růžově,“ uvádí Petr Kymlička, partner poradenské skupiny Moore Czech Republic. Jedním z důvodů je, že se velký počet respondentů obává zhoršení hospodářské situace v následujícím roce. O nejistotě spojené s budoucností svědčí vysoká a stále rostoucí míra úspor českých domácností. Ve druhém čtvrtletí dosáhla téměř devatenácti procent, což je o takřka tři procenta víc než před rokem.

Meziročně nejméně postihlo šetření vybavení domácností, asi o deset procent. Šetřili jsme i na oblečení a elektronice. Za co jsme naopak od loňska utratili víc, to byly pohon-

## SEŠUP TRVÁ DLOUHO

# 17

**Tolik měsíců už trvá pokles maloobchodních tržeb v Česku. Částečně se na jeho počátku překrývají epidemie covidu a válka na Ukrajině. I přes mírný pokles cen některých potravin a částečně i energií, a také nižší inflaci, v posledních měsících pokles trvá.** PH

## Jedni vidí tmou, jiní světlo

„Ačkoliv se původně zdálo, že chuť Čechů nakupovat již prakticky nemá kam dále klesat, opak se ukázal být pravdou, když tržby zamířily ještě výrazně níže než před měsícem. Nepomáhá ani růst mezd,“ myslí si Vít Hradil, hlavní ekonom společnosti Cyrrus. Reálné tržby českých obchodníků zůstávají takřka o osm procent pod úrovní z ledna 2020.

Hodnocení finančních expertů se často liší. Jedni hodnotí budoucí vývoj pesimisticky, jiní zase naopak vidí „světlo na konci tunelu“. Ale na delší než roční vize si však troufnou jen málokdo. „Do budoucna bude inflace slábnout, skončí pokles reálných mezd a vystřídá ho mírný růst. Nebude takový tlak na šetření, oživi se maloobchod,“ věří Vladimír Pikora, hlavní ekonom skupiny Comfort Finance Group. **PAVEL HRABICA**

né hmoty. To souviselo i s jejich vysokou cenou. Jak ukazují poslední čísla z letošního léta, v srpnu jsme za ně dali u čerpaček méně o takřka čtyři procenta. Tady se ale projevovalo období, kdy ceny paliv výrazněji klesaly. Pak se zase ceny šplhaly nahoru.

INZERCE

## SVÁTEČNÍ POHODA VE SPA RESORTU LIBVERDA

### VÁNOČNÍ POBYT

3/5 nocí | od 7.720 Kč

Ubytování, polopenze, Štědrovečerní večeře (uvítací příchůtek, slavnostní bufet, čtyřchodové menu, hudba), 2x punč nebo svařák, uhlíčitá koupel, oxygenoterapie, káva a zákusek, animační program, na 5 nocí také masáž a relaxační koupel.

### SILVESTROVSKÝ POBYT

3/5 nocí | od 8.870 Kč

Ubytování, polopenze, Silvestrovská večeře (uvítací příchůtek, slavnostní bufet, půlnoční bufet, sklenka sektu na novoroční příchůtek, živá hudba k tanci a poslechu, program, ohňostroj), novoroční brunch, 2x punč nebo svařák, uhlíčitá koupel, masáž, káva a zákusek, animační program, na 5 nocí také masáž mušlemi a relaxační koupel.



JAN WALTER

## Nový predátor ze západu Čech

In vazí nebezpečnou sršní asijskou, jejíž první výskyt byl zaregistrován minulý čtvrtek v Plzni, je kvůli příhodným životním podmínkám ohrožena zejména západní část země. Zpozornět by měli odborníci a včelaři hlavně v okolí Českých Budějovic či Plzně a v Podkrušnohoří. Vyplývá to z počítačového modelu šíření tohoto predátora likvidujícího včelstva, který letos dokončili odborníci z Přírodovědecké fakulty Univerzity Palackého v Olomouci. V Evropské unii je sršeň asijská považována za vysoce rizikový druh hmyzu, který ohrožuje původní biodiverzitu. „Sršeň asijská představuje vážnou hrozbu pro místní ekosystémy a může negativně ovlivnit zdravotní stav českých včelstev,“ upozornil včelař a odborný asistent z katedry biochemie Jiří Danihlík. Sršeň asijská je invazní druh hmyzu původem z jihovýchodní Asie. V roce 2004 byl poddruh této sršně náhodně zavlečen v kontejneru z Číny na území Francie, odkud se začal rychle šířit do okolních oblastí, a postupně se přibližuje k hranicím Česka. Sršeň asijská je až o 20 procent menší než v České republice běžná sršeň obecná. Jde ale o velmi dravého predátora, který se specializuje na lov hmyzu, zejména včel a dalších druhů opylujícího hmyzu – včely tvoří až 70 procent jeho potravy. **ČTK**

+420 482 368 100-102  
info@lazne-libverda.cz  
[www.lazne-libverda.cz](http://www.lazne-libverda.cz)

LAZNE LIBVERDA  
Při předložení vouchera  
**KAVA ZDARMA**  
MAFRA

# Čeští vinaři chtějí vypustit Bublínu

**Prosecco je, zejména u mladých Čechů, populární. Co na to tuzemští vinaři?**

Na český trh se chystá nová celonárodní značka šumivých a perlivých vín Bublína. S podporou Svazu vinařů vzniká pítí s co nejsnadnějším designem, vhodné i do plechovek na koncerty, ideálně co nejpřístupnější mladým lidem. Vinaři tím chtějí vytvořit konkurenci zavedenému proseccu.

**Stejně jako svatomartinské** Zatímco trh s klasickým vínem se propadá, „bublínky“ táhnou. Vinařské instituce tohoto trendu chtějí využít a zastřešit perlivá a šumivá vína národní značkou podobně, jako to funguje u vína svatomartinského. „V obchodních

řetězcích neustále narůstá prodej perlivých vín na úkor těch tichých. Ještě než jsem nastoupil, diskutovalo se, jak to uchopit. Nyní jsme dospěli k tomu, že by bylo dobré jasně určit charakter tohoto vína, dát mu jeden název, aby byl pro spotřebitele co nejsnáze uchopitelný, a pokusit se na tomto segmentu trhu víc prosadit,“ oznamuje nový ředitel Vinařského fondu Zbyněk Vičar. Této oblasti totiž momentálně jednoznačně dominují vína z dovozu jako například proslulé prosecco.

**Mladí na festivalech. Bublína by mohla být v plechovkách** Záměr má podporu prezidenta Svazu vinařů Martina Chláda. Ten poukazuje na preference mladší generace, která pije výrobky s nižším procentem alkoholu v lifestyle a mainstreamové podobě. Úspěšná by mohla být na festivalech. Celonárodní znač-

ka, která tato stále populárnější vína zastřeší a zákazníkům zaručí kvalitu, se má jmenovat Bublína. Ještě ji však čeká registrace, která je kvůli příliš obecnému názvu možná pouze společně s vizuálem. Hotovo by mohlo být asi za měsíc.

**Pomáhat by měli influenceři** Důvodem propadu zájmu o tichá vína je nižší spotřeba alkoholu u mladší generace a také ekonomická situace, která lidi nutí šetřit na zbytečných výdajích. Vinařský fond chce také posílit komunikaci s konzumenty prostřednictvím sociálních sítí. „Spolupracujeme se dvěma influenceři a rozvíjíme síť lokálních tvůrců, tedy lidí, kteří mají rádi víno a své zážitky sdílejí právě na sociálních sítích. Tento způsob komunikace považují za velmi efektivní,“ sděluje šéf Vinařského fondu Vičar. **IDNES.cz**

## KRÁTCE



Výstava hub v Jihočeském muzeu

ČTK

## Chráněné houby

Jedovaté houby i chráněné houby v jižních Čechách. To uvidí návštěvníci tradiční výstavy v Jihočeském muzeu v Českých Budějovicích. Pro její návštěvníky jsou připraveny čerstvé plodnice aktuálně rostoucích hub s popiskami a panely s texty a fotografiemi. Během výstavy je v provozu stálá poradna pro houbaře, vedená zkušenými mykology. **MET**

## Dobroty. To nejlepší z Itálie

V holešovické tržnici v Praze se ve čtvrtek uskutečnila akce, která návštěvníkům představí to nejlepší z italské pouliční kuchyně. Akce se uskuteční v rámci nové gurmánské série představující kuchyně všech druhů a vůní světa. Kromě pizzy přímo od Itálii lidé mohou ochutnat další speciality. **ČTK**

## Humorný horor

Inscenace volně inspirovaná životem a dílem grafika, malíře, řezbáře, spisovatele a filozofa minulého století Josefa Váchala je první novinkou sezony pro loutkové Naivní divadlo z Liberce. Premiéru bude mít v sobotu. A ač se jmenuje Horror vacui, je v ní i spousta humoru a nadhledu. Váchal, který zemřel v roce 1969 ve věku 84 let, je například i autorem knihy Dáblova zahrádka aneb Přírodopis strašidel. **ČTK**



ČTK

## Korsikou zaduněly výbuchy. Stojí za nimi místní separatisté?

Nejméně dvě desítky domů na francouzském ostrově Korsika poničily v noci na včerejšek výbuchy. Z útoků, při nichž podle prokuratury nebyl nikdo vážněji zraněn, vyšetřovatelé podezírají korsické separatisty. Útočníci umístili výbušniny u domů ve všech částech ostrova. Většinou to byly rekreační nemovitosti, někdy ještě nedokončené. Zdrojem exploze byly často plynové bomby, někdy podomácku vyrobené nálože za použití různých výbušných látek. Nejméně u jednoho z domů objevili policisté nápis, podle něhož za útoky stojí Korsická národ-

něosvobozenecká fronta. Podle prokuratury vše nasvědčuje tomu, že šlo o jejich koordinované dílo. Separatistické skupiny usilují o větší autonomii středomořského ostrova již desítky let. Na svědomí mají stovky podobných útoků, jejichž terčem jsou často symboly francouzské koloniální moci či rekreační domy Francouzů žijících v pevninské části země. Separatisté několik desetiletí usilují o větší finanční či jazykovou autonomii. Chtějí také, aby si domy na Korsice mohli koupit jen lidé, kteří zde alespoň několik let trvale žijí. **ČTK**

## INZERCE

**Česká pošta**

**NEMOVITOSTI  
NA PRODEJ**



**Radiměř**  
Radiměř č. p. 186  
Pardubický kraj

Komerční stavba s bytem.  
Vývolávací cena  
**4 360 000,- Kč**

**Nemanice**  
Nemanice č. p. 85  
Píseňský kraj

Rodinný dům se zahradou.  
Vývolávací cena  
**1 900 000,- Kč**



**Více informací:**  
[www.ceskaposta.cz/nemovitosti](http://www.ceskaposta.cz/nemovitosti)  
[reality.prodej@cpost.cz](mailto:reality.prodej@cpost.cz)

# FRAJER

# Fuksa: Kanoistou jsem dřív být nechtěl

Martin Fuksa je jedním z nejlepších tuzemských rychlostních kanoistů. Před zhruba měsícem se poprvé stal mistrem světa na kilometrové trati. Vedle zlaté medaile vybojoval v této disciplíně, konkrétně v individuálním závodě na kilometr, místo pro Česko na olympijských hrách 2024 v Paříži. Bylo tedy jen otázkou času, kdy se deníku Metro podaří tohohle nymburského rodáka vyzpovídat. „Mám už připsané dva tituly na pětistovce, na olympijské trati však nikoliv. O to víc mě vítězství potěšilo. Jsem ale člověk, který se snaží neustrnout. Udělalo mi to velkou radost, ale koukám dopředu a těším se na další tréninky a na další sezonu, i když teď jsem v odpočinkové fázi,“ říká pro Metro Fuksa.



Martin Fuksa je český rychlostní kanoista, který se specializuje na kategorii C1. Sportu se věnuje také jeho mladší bratr Petr. TOYOTA

me každý den, a jsou i týdny, kdy trénujeme jen pětkrát v týdnu. Většinou trénujeme dvoufázově, tedy ráno i odpoledne, a na soustředěních pak trénujeme trojfázově. To znamená, že trénujeme také před snídaní, buď jdeme běhat, nebo na vodu. Pak máme většinou dvě fáze na vodě a do toho je buď žim, nebo posilování. Během zimy jezdíme také na běžkách nebo chodíme do bazénu.

## A hlavní část přípravy?

Ta probíhá v Nymburce, kde jsem se i narodil a mám tady dovoleno trénovat, i když reprezentuji Duklu Praha, za což jsem moc vděčný. A pak samozřejmě vyjíždíme i na soustředění, nejdříve jsme byli v Kolumbii. Trávíme tam sedm týdnů, abychom se vyhnuli české zimě a mohli trénovat na lodi o trošku dřív. Jezdíme i do Itálie nebo do Turecka.

## Jste pověřivý? Praktikujete před závodem nějaký rituál?

Jsem hodně pověřivý a rituálů mám nespočet. Jsou to takové malé věci, které dělám a potřebuji je udělat, abych se během závodu cítil komfortně. Ať už to je to, co si dám k snídani, jakou rozčivku provádím, když jdu na vodu, na jakou stranu plata loď pokládám, nebo to, co mám na sobě. Jsou to malé detaily, ale dělám je neustále. Občas se mi stane, že se po úspěšném závodě rituály nabalují a je jich až moc. Ale když je dělám, jsem na takové přirozené vlně a soustředěný. A to je fajn.

## Jak se nejlépe odreagujete po obzvlášť náročném tréninku?

Rád vyrazím s manželkou na výlety. Narodila se nám dcera, takže rád naložím holky do našeho auta a jedeme třeba někam s kočárkem, dáme si někde dobré jídlo a kafe. To mám nejradši, vypadnout na chvíli z města. Nerad jezdím úplně daleko, protože se díky kanoistice nacestují až dost. Bohatě mi stačí výlety po Čechách. Během volna jezdím i na kole, buď v okolí Nymburka, nebo si navážu kolo na auto. Tímhle způsobem si hodně odpočinu.



FILIP JAROŠEVSKÝ  
filip.jarosevsky@metro.cz

## Jak probíhá vaše příprava na olympiádu?

Já jsem vybojoval místo nejen na singlu, ale také na deblu s bráchou. Moje příprava na olympiádu probíhá tak, že po mistrovství světa jsme jeli ještě na závod Světového poháru právě do Paříže, kde se olympiáda příští rok pojede. A od té doby mám volno, po sezoně to potrvá do půlky října. Užívám si zaslouženého volna. Lehce sportuji, většinou jezdím na kole a od půlky října zase začnu makat na olympiádu. Čekají mě soustředění v cizině a tréninky doma.

## Jaká máte v souvislosti s olympiádou očekávání?

Popravdě, nemám žádná očekávání, teď to úplně neřeším, abych byl upřímný. Jsem rád, že se mi na olympiádu podařilo nominovat. Jediné, co mám v hlavě, je, že oproti olympiádám v Tokiu a Rio de Janeiru, které byly daleko od domova, je Paříž kousek, tak doufám, že se přijedou podívat kamarádi a rodina. A těším se, že budu závodit takhle blízko domova na největší sportovní akci na světě.

## Vyrazí vás příští rok do Paříže podpořit také vaše rodina?

Věřím, že ano, že se na závody podaří získat lístky nejen mojí rodině, ale i kamarádům a budou mi fandit přímo v Paříži.

## Těšíte se také na kolekci oblečení pro českou výpra-

## vu? Letos ji připravil fashion designér Jan Černý, a nemá to být tedy marné.

Samozřejmě se na tohle těším moc. Jen mám bohužel většinou takovou smůlu, že naše kanoistické závody bývají většinou až na konci celé olympiády. Mám za sebou dvě olympiády a nikdy jsem se nezúčastnil přímo zahajovacího ceremoniálu. Zahajovací kolekci jsem na sobě tudíž měl jen během zkoušení, ale tentokrát doufám, že od Honzy Černého to bude takový styl, který si rád vezmu i v civilu třeba do kavárny nebo při procházce po městě. Věřím, že kolekce bude stylová, to já mám rád. Nepochybují, že Honza kolekci zvládne a bude to skvěle vypadat.

## Jak jste se k rychlostní kanoistice vůbec dostal? Byla odma-lička vašim snem?

Kanoistika mým snem nebyla. Já jsem ji dělat vůbec nechtěl, věnovala se jí totiž skoro celá moje rodina. Největší úspěchy měl v kanoistice taťka, ale i mamka, úspěšný byl i děda, babička i tety. Možná právě proto jsem kanoistiku dělat nechtěl. Na základce jsem se věnoval hlavně hokeji.

## Kdy se to tedy zlomilo?

Zlom přišel až po nástupu na střední školu, kdy jsem začal ke kanoistice postupně přibírat. Našel jsem tu skvělé kamarády a bavila mě ta parta lidí u vody. U nás v Nymburce

trénuje pořád děda s taťkou, trénuju tady i já, i když jezdím za Duklu Praha.

## Jak se daří rychlostní kanoistice v Česku v porovnání se světem? Které země jsou její kolébkou?

České kanoistice se daří výborně, podařilo se mi vyhrát mistrovství světa, takže minimálně v kanoi jsme určitě nejlepší na světě. Jinak klasicky jako v ostatních sportech jsou hodně dominantní Němci, a když mohli závodit Rusové, tak také oni. Dále Maďari nebo Poláci. Kanoistika je nejsilnější především v Evropě, kde je největší konkurence. Na mistrovství světa se k Evropě přidává ještě Brazílie nebo Kuba.

## Je hodně těžké pro tuto specifickou disciplínu shánět v tuzemsku sponzory?

Musím říct, že mám to štěstí, že mám manažera, který sponzory sehnat dokáže. Jsem moc rád, že můžu spolupracovat například s Red Bullem nebo s Toyotou, díky kterým mám vůz na vlastní používání, na svoje osobní věci. Toyota nám zapůjčí i větší auto, když je potřeba také na soustředění. Red Bull je sponzor číslo jedna, jsem ale moc vděčný i za menší partnery.

## Jak často a kde trénujete?

My trénujeme od října do srpna, průměrně šestkrát v týdnu. Jsou týdny, kdy trénuje-



Fuksa se raduje z titulu mistra světa. KANOE.CZ

## JE TO V RODINĚ

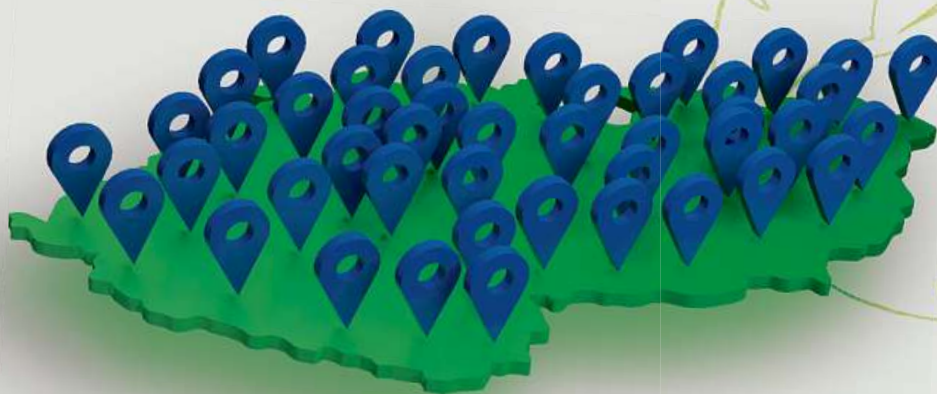
Martin Fuksa je trojnásobným mistrem světa, dvanásťnásobným mistrem Evropy a držitelem dvou světových rekordů.

- Má mladšího bratra Petra, který se také věnuje profesionální kanoistice. Oba jsou sportovními svěřenci svého otce Petra Fuksy (olympionika, mistra světa a Evropy). Jejich dědečkem je Josef Fuksa, předseda TJ Lokomotiva Nymburk, bývalý kanoista a reprezentační trenér. S manželkou Annou má dceru Emily. **MET**

# BENU

Více než  
**350**  
lékáren

## Jsme vám zase o krok blíž.



Najděte si tu svou nejbližší na **BENU.cz**

## Nová BENU mobilní aplikace!

### BENU Lékárna vždy po ruce

Všechny výhody užívání **BENU aplikace**  
najdete na [www.BENU.cz/aplikace](http://www.BENU.cz/aplikace).



Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play



[www.benu.cz](http://www.benu.cz)

# Na dětskou pokožku patří jen speciální kosmetika

## Citlivá pleť vyžaduje optimální péči.

Novorozenci a malé děti mají pokožku křehkou a náchylnou k ekzémům a vyrážkám, protože ještě nemá dostatečně vybudovanou ochrannou bariéru.

Kosmetika, kterou pro nejmenší vybíráte, proto musí být kvalitní a speciálně určená dětem. „Nejlepší volbou je návštěva lékárny. Zde najdete dermatokosmetiku, která se od té běžné odlišuje především tím, že je založena na vysoké účinnosti, kterou dokládají klinické studie. Na vývoji produktů se podílejí odborníci z oblasti dermatologie, farmacie a například také oftalmologie,“ radí odborná konzultantka lékáren Benu Ivana Lánová.

Dětská pokožka není tak odolná jako pleť dospělých,

proto je náchylnější na podráždění, a to zejména v přicházejícím chladnějším období. „V důsledku toho je nutné ji ochraňovat. S tím nám snadno může pomoci například lékařská vazelína. Ta účinně pečuje o jemnou dětskou pokožku a zvyšuje její odolnost vůči působení vnějších vlivů. Hydratuje ji a zvláčňuje a zároveň ji krásně vyživuje,“ doporučuje Veronika Balousová ze společnosti Vaseline.

Děti poměrně často trpí na nejrůznější problémy s kůží, konkrétně je to atopický ekzém (objevuje se po třetím měsíci věku) a seboroická dermatitida (projeví se do tří měsíců věku). Důvody onemocnění nejsou zatím známé, ale jejich projevy můžeme účinně zmírnit stravou a používáním vhodné kosmetiky.

Seborea se vyskytuje především na místech, kde je pokožka bohatá na mazové žlá-

zy. Nejčastěji ve vlasech, v obočí a na trupu. U novorozenců můžeme často zaměnit seboroickou dermatitidu za atopický ekzém. Počáteční projevy jsou totiž skoro stejné. Dermatitida se projevuje suchými šupinkami ve vlasech nebo žlutohnědými mastnými šupinami, které se mohou rozšířit i na další místa. „Pokud byla u vašeho dítěte potvrzena seboroická dermatitida, je nutné používat přípravky určené pro její léčbu. Vždy používejte dětský šampon. Pokožku můžete masírovat pomocí kartáčku na vlasy nebo houbičky a krému,“ říká Ivana Lánová.

Atopickým ekzémem trpí až deset procent dětí. Projevuje se šupinatými ložisky, která svědí. Nejprve se objevují v obličejí, poté na rukou a nohách a nejčastěji je najdeme v ohybech kůže. Nejdůležitější je pokožku pravidelně promazávat.

„U ekzému používejte vždy kosmetiku, která je určená přímo atopikům a je přizpůsobena věku vašeho dítěte,“ radí Lánová. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## POZOR NA SLUNCE

Dětská pokožka je velmi citlivá na sluneční záření. Nemá totiž dostatečné množství melaninu, a nedokáže se tak přirozeně chránit. Proto je důležité ji chránit.

- „Nejlepší ochranou je samozřejmě stín, obecně se doporučuje, aby se děti do dvou let věku vůbec nepalovaly. Pokud se ale přece jen pohybují na slunci, používejte opalovací krémy pro kojence, které jsou na bázi minerálních filtrů,“ doporučuje Ivana Lánová. **HUD**

# ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

INZERCE

## 83 procent maminek netuší, dokdy by měly používat dětskou kosmetiku, ukázal průzkum



Ačkoliv většina maminek v péči o dětskou pokožku důvěřuje přírodním produktům, jen málokterá ví, že je speciální péče nezbytná až do 6. roku dítěte. Nový průzkum společnosti Weleda odhaluje, jaké mylné představy maminky mají a jakou roli v péči o pokožku hrají přírodní složky.

Když se dítě narodí, je jeho pokožka podstatně tenčí než pokožka dospělých, a je tedy mnohem citlivější a více zranitelná. Jak dítě roste, kůže se dále vyvíjí. Strukturou a funkcí se kůží dospělého podobá až přibližně od 6. roku života, ještě v období dospívání je však stále zranitelnější a náchylnější ke vzniku kožní infekce.

**O nutnosti péče do 6 let věku ví jen 17 % maminek** „Dětská pokožka je až pětkrát tenčí než kůže dospělého, takže neplní tak dobře ochrannou funkci před UV zářením, dehydratací nebo vznikem infekce, a to zejména u novorozenců a menších dětí. Kůže miminek je zároveň ještě imunologicky nezralá a zvýšeně propustná pro možné dráždivé a toxické látky. Častěji hrozí vznik infekcí a intoxikace,“ popisuje dermatoložka **MUDr. Lucia Mansfeldová**. „U dětí do 6 let pak stále přetrvává větší sklon k dehydrataci, a taky ke vzniku infekce, zejména z toho důvodu, že se pohybují v kolektivu,“ dodává.

O tom, že pokožka jejich dětí vyžaduje speci-  
fický přístup, jsou dnes maminky obecně dobře

informované. Potvrzují to průzkum značky Weleda, podle kterého celých 97 % maminek používá pro své děti produkty určené k péči o dětskou pokožku.

Povědomí o tom, do kdy je vlastně nutné věnovat dětské kůži zvláštní péči, ale bohužel již tak rozšířené není. Průzkum Weledy ukázal, že největší podíl konkrétně 24 % respondentek si myslí, že dětská pokožka potřebuje speciální péči do 3 let. Asi 6 % maminek dokonce uvádí nutnost speciální péče jen do 1 roku věku dítěte. O potřebě speciální péče do 6 let ví jen 17 % respondentek. Přibližně stejný podíl maminek pak otevřeně přiznává, že nevědí, do kdy se o pokožku svých dětí starat.

**Hydratace je základ. Téměř polovina maminek promazává dítě každý den**

Jedním ze základů péče o dětskou pokožku je pravidelné promašťování. „Miminka mají snížený obsah podkožního tuku, předškoláci zase běžně trápí suchá kůže a atopický ekzém. Proto je u dětí potřeba pravidelně o kůži pečovat a často promazávat, čímž se posílí odolnost kůže a kožní bariéra. Promazávaná a opéčovaná pokožka je zároveň i lepší mechanickou bariérou proti drobným poraněním, jimiž by se do kůže mohla dostat infekce, například impetigo,“ upozorňuje dermatoložka **Lucia Mansfeldová**.

Důležitost promašťování kůže dle průzkumu maminek našťastí nepodceňují. Celou pokožku dítěte každý den promazává 47 % z nich, zhruba 22 % pak obden. Asi 14 % maminek maže své dítě dvakrát denně. Potřebnou hydrataci lze dítěti dopřát například přímo při koupeli, a to použitím vhodných produktů. Nejčastěji maminky koupel obohacují o oleje, které používá necelých 38 % z nich. Používané oleje by přitom měly být co nejkvalitnější, přírodní a certifikované.

**O průzkumu značky Weleda**

Průzkum věnovaný tématu péče o dětskou pokožku probíhal během září 2023 formou online dotazníku. Zapojilo se do něj přes 600 respondentek.

[www.weleda.cz](http://www.weleda.cz)

## Duševní problémy by neměly být tabu

Podle statistik má s duševní chorobou zkušenost každý pátý člověk a jeden z 25 lidí trpí trvalými příznaky. Duševní zdraví je přitom předpoklad zdraví fyzického a nedílnou součástí kvalitního života. Psychické poruchy a nemoci zaznamenávají v posledních desetiletích celosvětově obrovský nárůst. Na dnešek připadá Světový den duševního zdraví. „Polovina všech těchto poruch začíná kolem 14 let věku, ale většina z nich není odhalena a léčena,“ upozorňuje revizní lékařka Vojenské zdravotní pojišťovny Kristina Slavíková.

Diagnostika a léčba duševních poruch sice zaznamenaly od poloviny 20. století velký pokrok, mezi veřejností stále ještě panuje mnoho předsudků, které mohou nemocným bránit vyhledat včas lékařskou péči. Duševní porucha může postihnout kohokolí, konkrétně deprese navíc prožívá celou řadu jiných onemocnění či postižení, a ztěžuje tak rekonvalescenci. Mezi nejčastější duševní nemoci pak patří mimo jiné neurozy, deprese, úzkosti, dále bipolární porucha, schizofrenie, poruchy osobnosti nebo užívání návykových látek.

Duševní porucha může postihnout kohokolí, konkrétně deprese navíc prožívá celou řadu jiných onemocnění či postižení a ztěžuje tak rekonvalescenci. Mezi nejčastější patří mimo jiné neurozy, deprese, úzkosti, dále bipolární porucha, schizofrenie, poruchy osobnosti nebo užívání návy-



Podle statistik má s duševní chorobou zkušenost každý pátý člověk. **PROFIMEDIA**

kových látek. Do jisté míry lze těmto zdravotním problémům předcházet prevencí, tedy aktivním životním stylem s dostatkem pohybu a včasným vyhledáním pomoci. „Například deprese a úzkosti lze léčit pomocí psychoterapie, léků nebo jejich kombinací. Psychiatrická péče se zaměřuje nejen na zmírnění příznaků duševní choroby, ale i na zvýšení samostatnosti, kvality života a rozvíjení schopností pacienta,“ dodává Slavíková.

Konzultovat svůj stav je možné i se svým praktickým lékařem, který poradí, na kterého specialistu se obrátit, u závažnějších případů vystaví žádanky na vyšetření u klinických psychologů či psychiatrů. **ČTK**



# OBŘÍ FRONTY NA BEZPLATNÝ ZESILOVAČ KLOUBŮ



Od rána se u výrobce tvořily fronty na bezplatný výrobek.

**Lidé s těmito stavy dostávají antidegenerativní přípravek ZDARMA:**

- Revmatismus → Artróza → Bolesti kloubů → Chronické bolesti zad → RA
- Praskání v koleni → Zánět sedacího nervu → Ztuhlost kloubů → Degenerace
- Deformace kloubů → Snížená pohyblivost kloubů → Vykloubená ploténka
- Kontraktury → Snížená pohyblivost po úrazu, zranění, vykloubení, zlomenině



Získali jsme **jediné oprávnění v ČR** od výrobce  
na **DISTRIBUCI 100 VÝROBKŮ ZA 0 Kč** - pro prvních 100 lidí!

**Rychlá žádost po telefonu - zavolejte hned! 555 441 923**

**Patent: INOVATIVNÍ REGENERÁTOR KLOUBNÍ  
CHRUPAVKY ZA 72 H**

JEN V PRODEJI, ZATÍM VE 4 ZEMÍCH ↓

V Německu, Norsku, Francii a Anglii  
zvrátil pokročilou artritidu a zachránil  
19 700 lidí před implantací endoprotézy.

- **Odstraňuje zhoršené bolesti kloubů a svalů po první aplikaci**
- **Odstraňuje praskání kolen**
- **Zvyšuje pohyblivost kloubů 2krát**
- **Zmírňuje vyzařující bolest páteře, krku, kyčlí, ramen a "křivení" kostí**
- **Zvyšuje produkci kloubní tekutiny až o 89 %**
- **Bojuje proti revmatismu, RA, artritidě, ztuhlosti kloubů a degenerativním změnám**

**Akce "PŘÍPRAVA ZA 0 Kč" je jednorázová!**

Nejúčinnější přípravek pro neinvazivní opravu kloubních chrupavek, šlach a vazů. **POPRVÉ K DISPOZICI PRO MIMONEMOCNIČNÍ POUŽITÍ.**

**NEPROPÁSNĚTE SVOU JEDINOU ŠANCI.**

**Souhlas:  
VÝDEJ  
PŘÍPRAVKU  
PO TELEFONU**



v České republice bez fronty - **POUZE TEĎ!**

Vyzvedněte si přípravek na opravu kloubů  
za **0 Kč** na telefonním čísle: **555 441 923**

**98,7% účinnost** proti  
osteoartikulárním onemocněním

**Podmínky: Věk alespoň 18 let.**  
1 osoba si může vyzvednout 1 balení přípravku

# PLAY

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

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

## V hotelu Paříž

Odjakživa mám rád hotely a letištní haly, jsou to místa, kde se setkávají zvláštní lidé – totiž cestovatelé. Ti letištěm procházejí nebo tam čekají, zatímco v hotelech bydlí. A snad právě nádech putování, poznávání nových krajín a cizokrajnost osob, které se zde kumulují, dodávají těmto místům onen pro mě lákavý odér. Život mě už zavál na všemožná místa, takže jsem měl možnost pobýt v hotelu Ritz-Carlton, Sheraton, Sacher, 12 apoštolů, Hilton, Pupp, Carlsbad Plaza a dokonce i v Imperiale v Ostravě. Miluji ten ozvuk starých

**„Miluji ten ozvuk starých časů, cinkátko na recepci a portýry v uniformách.“**

časů, cinkátko na recepci, portýry v uniformách a snídaně od do, kde si dáte, takřka cokoliv chcete. Jediné, co jsem ještě nikdy nezažil, je noc v parádním hotelu v Praze! Je to celkem logické – vždyť jsem Pražák. Až jednou! Můj kamarád Pavel, kterému jsem to nezištně světil, mi daroval noc v hotelu Paříž a rovnou v apartmánu 601, jehož součástí je věžička, ve které se točila scéna z filmu Adéla ještě nevečeřela! Ó, jak jsem zaplesal! Vyrázili jsme s mým synem Janem, který pel hodnotných budov rovněž zbožňuje, a ubytovali se v posledním patře secesního skvostu, o němž psal už Bohumil Hrabal. Kochali jsme se výhledem kolkolem z věžičky, báječně si popovídali s paní Ludmilou, která prožila život v Paříži a do hotelové kavárny chodí poslouchat bravurního pianistu, vypili (já) welcome drink (svůj i synův), a když jsme usínali s výhledem na Prahu, jen jsem polohlasem pronesl: Je t'aime Paris, mon amour.



JAKUB KOHÁK  
LE PARISIEN

### POČASÍ

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
16/20 °C	21/25 °C	20/24 °C	18/22 °C

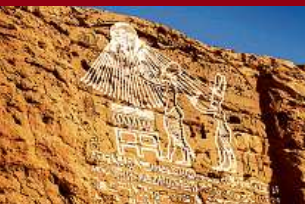
Teplotní rekordy: ↓ -0,1 °C (1782) ↑ 23,0 °C (2018) Bio: ❤️❤️❤️

### ČT1



- 20.10 Vyprávěj**  
Shledání. Seriál (ČR, 2009-2013). Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová
- 21.05 Vyprávěj**  
Miss. Seriál (ČR, 2009-2013)
- 22.00 Kam k nám (6/9)**
- 22.49 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony**
- 22.50 Případy detektiva Murdocha XV**  
Detektivní seriál (VB/Kan., 2021)
- 23.35 Toulavá kamera**
- 00.05 AZ-kvíz**

### ČT2



- 20.00 Kronika starověkého Egypta**  
Metropole
- 21.00 Co je ti? Nic**  
Případů dětí s psychickými problémy stále přibývá a doplnění dětské psychiatrické péče je v alarmující situaci
- 22.05 Lesk a bída Spindlerova Mlýna**
- 22.30 Neratov**
- 23.00 Rudolf Jedlička**
- 23.50 Paparazzi, lovci senzací**  
Pohled na práci kameramanů

### NOVA



- 20.20 Jedna rodina (31)**  
Jak pohlídat Mikeše. Komedialní seriál (ČR, 2023). Hrají: T. Kostková, T. Jeřábek, F. Blažek, B. Kohoutová
- 21.40 Comeback (24)**  
Rozvod. Sitcom (ČR, 2009). Hrají: T. Matonoha, M. Dejdar, K. Leichtová, D. Batulková
- 22.15 Comeback (25)**  
Prohozz
- 22.50 Kriminálka Las Vegas (16)**  
Přilíš tuhý kořínek. Krimiseriál (USA, 2000)
- 23.50 Dr. House III (5, 6)**

### PRIMA



- 20.15 Zoo (139)**  
Nekrmte zvířata. Rodinný seriál (ČR, 2023). Hrají: M. Pecháčková, E. Burešová, S. Milfajtová
- 21.40 7 pádů Honzy Dědka**  
Populární talk show 7 pádů Honzy Dědka v nové sezoně ze Švandova divadla
- 22.50 7 pádů Honzy Dědka**
- 23.55 Ano, šéfe!**  
Zdeněk Pohlreich je zpět v plné síle proto, abyste v hospodách nejedli blafy!
- 01.05 Policie v akci**  
Čtyři případy, čtyři lidské osudy

### ÓČKO



- 11.00 Óčko hity**
- 15.00 Mixxxer Live**
- 17.00 Óčko hity**
- 17.30 Gamingmania**  
Novinky ze světa her s Bárou Hací
- 17.35 Óčko hity**  
Klipy nonstop
- 22.00 Naked Attraction**  
Seznamka na tělo
- 22.30 Óčko flirt**  
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

# Pardubice chtějí mít čtvrtou výhru

**Tři české celky se představí v hokejové Lize mistrů.**

Hokejisté Pardubic budou v dnešním zápase Ligy mistrů na ledě Servette Ženeva hájit vítěznou sérii. Dynamo ovládlo poslední tři utkání mezinárodní soutěže a v tabulce se drží na sedmém místě. Vítkovice a Třinec čekají páté zápasy v Lize mistrů zít-

ra. Ostravané přivítají Biel, Oceláři budou hrát na ledě Stavangeru.

Pardubice doposud v soutěži získaly devět bodů, stejně jako Ženeva. Závěrečné dvě utkání ale odehrají venku, po cestě do Švýcarska je čeká příští týden ve středu zápas na ledě Belfastu. „Myslím si, že to bude kvalitní a náročné utkání se soupeřem, který na tom bude velmi dobře bruslařsky i fyzicky,“ řekl obránce Michal Hrádek.

Zatímco Dynamo se do Ligy mistrů zapojí jako vedoucí celek extraligy, Vítkovice jsou poslední. Vedení klubu včera obměnilo složení trenérského štábu, s hlavním koučem Milošem Holaněm povedou mužstvo sportovní manažer Roman Šimíček a Pavel Trnka. Vítkovice jsou s šesti body čtrnácté a drží postupovou pozici do play-off. Třinec v soutěži získal jen čtyři body a je sedmnáctý, šanci na postup však stále má. **ČTK**

## Češi bez Krále i Staňka

Z nominace české fotbalové reprezentace na nadcházející říjnové zápasy kvalifikace mistrovství Evropy v Albánii a s Faerskými ostrovy vypadli kvůli zranění středopolař Alex Král a brankář Jindřich Staněk, který byl po střetu

v nedělním ligovém utkání s Jabloncem krátce v bezvědomí. Trenér národního mužstva Jaroslav Šilhavý místo nich těsně před včerejším srazem v Praze povolal gólmána Matěje Kováře a obránce či záložníka Lukáše Masopusta.

Reprezentace se ve čtvrtek utká v Albánii v přímém souboji o první místo v kvalifikační skupině. Soupeř má o dva body více. V neděli zakončí český celek říjnový program doma proti Faerským ostrovům. **ČTK**



### Boj o šišku

Nejen ve Francii na MS se hraje špičkové ragby. O šišku umí parádně zabojovat také holky a kluci všech věkových kategorií. V neděli to dokázali na hřišti Rugby Clubu Slavia Praha, kde se uskutečnil tradiční turnaj malých ragbistů a ragbistek do 10 let. Do Edenu přijely týmy z celé republiky, pořadatelé ze Slavia napočítali téměř dvě stě malých bojovníků a bojovnic. **MET**

### KRÁTCE

#### Finálová pětice

Česko budou ve finále tenisového Poháru Billie Jean Kingové reprezentovat Markéta Vondroušová, Karolína Muchová, Barbora Krejčíková, Kateřina Siniaková a Linda Nosková. Oznamil to včera kapitán Petr Pála.

#### Jdou na dračku

V předprodeji vstupenek na hokejové mistrovství světa 2024 v Praze a Ostravě si fanoušci zakoupili přes 92 tisíc lístků. Volný prodej začne dnes v 10.00. **ČTK**

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

#### Oznámení

• Srdečně zveme na přednášky Apoštol Pavel a archeologie – část 1, 2 a 3 vždy v pondělí 16., 23. a 30.10. v 18.00 ve Freskovém sále Staré radnice Brno. Přednese historik W. Bynum. Porádají Krestane-brno-vin.cz. Vstup zdarma.

#### Nemovitosti - poptávka

#### Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

**737 352 730**

#### Nemovitosti - nabídka

#### Se spolujednateli není řeč?



**774 301 409**

Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte. Nepotřebujete souhlas spolujednatelů.

**skayocapital.cz**

#### ČÍSLO DNE

2

Výkonný výbor UEFA dnes na zasedání ve švýcarském Nyonu rozhodne o pořadatelích ME pro roky 2028 a 2032. Mělo by jít o formalitu. O organizaci šampionátu v roce 2028 se uchází pouze Velká Británie s Irskem, o následující Itálie s Tureckem. **ČTK**

INZERCE

**iDNES.cz**

**MEGAHRA**

**VYHRAJTE**

**500 000 Kč**

**VE ZLATĚ**

2x více bodů ve článcích **iDNES Premium**

**CM** ČESKÁ MINCOVNA



# LÉČEBNÁ KÚRA BONUS

Využijte jedinečné nabídky zvýhodněných termínů

Františkovy Lázně

7 nocí již od 14 140 Kč

TIP

na vánoční dárek

DARUJTE ZDRAVÍ  
SVÝM BLÍZKÝM



7 nebo 14 NOCÍ  
(možnost prodloužení)

PLNÁ PENZE  
(snídaně, oběd a večeře)

ALL INCLUSIVE NÁPOJE  
neomezená konzumace  
vybraných alkoholických, nealko-  
holických, teplých a studených  
nápojů během obědů a večeří

LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA  
7 nocí = vstupní, 14 nocí = vstupní a výstupní



18 LÉČEBNÝCH PROCEDUR  
TÝDNĚ (kombinaci procedur  
určuje ošetřující lékař  
při vstupní prohlídce)

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC:

- VSTUP DO AKVAPARKU  
A@UAFORUM  
Spa Resort Pawlik - Aquaforum:  
pondělí - neděle, Belvedere, Tři lilie,  
Dr. Adler, Luisa a Metropol: pondělí - pátek
- JÍZDENKA NA VLAK  
za zvýhodněné jízdné z celé ČR

Lázeňský hotel	ZIMA 2023		ZVÝHODNĚNÉ TERMÍNY 2023/2024				
	08.10. - 03.12.		05.11.-19.11.	19.11.-03.12.	03.12.-17.12.	07.01.-21.01.	21.01.-04.02.
	7 nocí	14 nocí	14 nocí	14 nocí	14 nocí	14 nocí	14 nocí
Lázeňský hotel METROPOL ***	14 140	28 820	•	•	21 210	•	•
Lázeňský hotel LUISA ***	14 840	29 680	25 228	23 744	22 260	23 744	25 228
Lázeňský hotel Dr. ADLER ***	14 840	29 680	•	•	22 260	23 744	25 228
Lázeňský hotel TŘI LILIE	16 310	32 620	•	•	•	•	•
Lázeňský hotel BELVEDERE ***	16 660	33 320	•	•	24 990	26 656	28 322
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** - budova B	19 950	39 900	33 915	31 920	29 925	31 920	33 915
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** - budova A	21 770	43 540	37 009	34 832	32 655	34 832	37 009

Uvedené ceny se vztahují na osobu a pobyt ve dvoulůžkovém pokoji kat. Standard (u hotelu Tři lilie kat. Komfort), ceny ostatních kategorií na [www.frantiskovylazne.cz](http://www.frantiskovylazne.cz). Ceny ve zvýhodněných termínech není možné kombinovat s jinými slevami, včetně slevy VIP Clubu Františkovy Lázně. Pobyt začíná v den příjezdu večer a končí snídaní v den odjezdu. Místní poplatek z pobytu bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle platného znění ve výši 50 Kč za osobu a den. Kulturní poplatek dle podmínek stanovených ve VOP a cenových ujednání Františkovy Lázně AQUAFORUM a.s. je zahrnut v ceně pobytu a není účtován zvlášť.



INFORMACE A REZERVACE

 **351 012 345**

info@frantiskovylazne.cz  
[www.frantiskovylazne.cz](http://www.frantiskovylazne.cz)

Při rezervaci  
uveďte prosím kód:  
**217561**

