



Hranolky **ZÍTRA** pomáhají dětem

50 % z ceny věnujeme nadačnímu
fondu Dům Ronalda McDonalda



Dům
Ronalda McDonalda
nadační fond



KOUPELNOVÉ CENTRUM

1000 druhů obkladů a dlažeb **SKLADEM!!!**



RAVAK

KDYŽ KOUPELNU
TAK RAVAK

SPRCHOVÝ KOUT + VANIČKA/litý mramor

AKČNÍ NABÍDKA: **11000,-**

KAIRA

čtverec/čtvrtek / 90x90cm

marketis
s.r.o.

Na naší výstavní ploše uvidíte vzorové koupelny, které Vám pomohou načerpat inspiraci a vybrat si koupelnu přesně podle svých představ.

www.marketis.cz

AREÁL NÁKL. NÁDRAŽÍ VRŠOVICE

Bartošková ul. 1496, Praha 10

tel.: 972 228 463, 465-6 / mob.: 602 652 177

e-mail: marketis@marketis.cz

Prodejní doba: po-st: 7:00-18:00, čt: 7:00-20:00, pá: 7:00-18:00, so: 8:30-13:00

obklady / dlažba / sanita / sprchové kouty / vaničky / baterie
koupelnový nábytek / stavební chemie / lišty / nářadí / doplňky

ABETONE

RAKO



**Možnost dopravy
po Praze a okolí!**

ABS
ANTISLIP | R10/B | SMOOTH



60x60

R10

B

V3

R

9mm

dlažba:
30x60cm
60x60cm

499,- /m²

Nenechte si ujít speciální nabídku!



Oskenujte QR!

20%
sleva

Platí od:
**10.10.-19.10.
2024**

Nelze uplatnit na výrobky
II. jakosti, akční a výprodejové
slevy nelze sčítat.

**SLEVOVÝ
KUPON**

metro

Knihy i posloucháme.
Možná víc, než čteme.
Vydavatelé sází na
známé hlasy. Mezi ně
patří i Jiří Lábus. **STRANA 4**



INZERCE

ŽALUZIE ROLETY

DODACÍ LHŮTA 2-3 dny

SÍTĚ PROTI HMYZU
MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVYNabízíme 50% slevu
z ceny montáže

ZÁRUKA 5 LET

tel.: 728 863 201

ŽALUZIE SUCHÝ

www.zaluzie-suchy.cz



RADOSLAV VNENČÁK

Hra barev a světla začíná

Dnes **v 19.00** videomappingem Filipa Hodase na **Arcibiskupský palác** na Hradčanském náměstí startuje **Signal Festival**. V Praze se do neděle koná už **podvanácté**.

STRANA 13

INZERCE



Colgate Max White,
Max Fresh, Advanced
WHITE zubní pasty
75 ml, různé druhy

-40%
PŘI KOUPÍ 2 KS

2 PŘI KOUPÍ
KS34⁷⁴
ZA 1 KS

Palmolive
sprchový
gel 250 ml,
různé druhy

2 PŘI KOUPÍ
KS34⁷⁴
ZA 1 KS

Drogerie plná objevů

www.tetadrogerie.cz

Uvedené ceny jsou po slevě.
Akce platí do 22. 10. 2024 nebo do vyprodání zásob.

NEWS



ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

Pozůstalost po hrdinovi

Za války zachránil stovky dětí. Němec-ko zveřejňuje archiv pozůstalosti po Oskarovi Schindlerovi.

Včera to bylo 50 let od smrti továrníka a zachránce Židů za druhé světové války Oskara Schindlera a německý spolkový archiv k této příležitosti zveřejnil digitalizované dokumenty, které se našly v jeho pozůstalosti v roce 1999. Jsou mezi nimi fotografie, úřední dokumenty či obrázky, které Schindlerovi po válce nakreslily a poslaly děti z Izraele. Nechybí ani pověstný seznam se jmény stovek Židů, které Schindler pomocí úplatků a kontaktů dokázal v roce 1943 dostat z koncentračního tábora do své továrny v Brněnci na Moravě a tím jim zachránil život.

Schindler se narodil v roce 1908 ve Svitavách. V 30. letech se stal členem Sudetoněmecké strany Konráda Hen-

leina a později i Hitlerovy NSDAP. Po přepadení Polska Německem v roce 1939 získal v Krakově bývalou židovskou smaltovnu, v níž začal postupně zaměstnávat Židy z krakovského ghetta. V roce 1943 bylo krakovské ghetto zlikvidováno a jeho obyvatelé byli buď pobiti, nebo deportováni do koncentračního tábora Plaszów.

Když poté nacisti rozhodli, že všichni vězni budou převezeni do Osvětimi, Schindlerovi se podařilo své zaměstnance a jejich rodiny dostat do své muniční továrny na Moravě. Zachránil tak více než 1200 Židů, za což v roce 1962 dostal titul „spravedlivý mezi národy“.

Schindler zemřel před půlstoletím, 9. října 1974, v německém Hildesheimu ve věku 66 let. Jeho příběh proslavil v 90. letech film Schindlerův seznam režiséra Stevena Spielberga.

V pozůstalosti se nacházejí také například mikrofilmy a fotografie či obrázky srdce s nápisem „panu Schindlerovi s láskou Debbie“. Řada dokumentů ale dokládá také špatnou finanční situaci někdejšího továrníka po druhé světové válce a tuhou boj, který musel s německými úřady vést o finanční prostředky i osobní uznání. **ČTK**



Letí tam, odkud jiní utíkají

Toto jsou takzvaní lovci hurikánů. Členové Národního úřadu pro oceán a atmosféru. Pro své výzkumy a chování hurikánů využívají speciálně upravený a vybavený letoun WP-3D Orion. Na světě jsou pouze dva takové stroje. Posádka proniká do středů obřích bouří, aby měla co nejpresnější data pro předpovídání vývoje počasí. **MET**



INZERCE

MASOJIKO řeznictví - uzenářství

- | | | |
|--------------------|--------------------|-------------------|
| *metro Roztyly | *metro Zlín | *Francouzská 25 |
| *metro Budějovická | *metro Bořislavka | *Nuselská 54 |
| *metro Můstek | *metro Dejvická | *Moskevská 40 |
| *metro Hradčanská | *metro Luka | *Vršovická 663/73 |
| *metro Ládví | *Jugoslávská 3 | *OC Řepy |
| *metro Stodůlky | *Čs. Armády 714/30 | *OC Nový Smíchov |

VEPŘOVÝ

BOK

bez kosti

AKCE

139⁹⁰

Kč/kg

169⁹⁰

Kč/kg

ČTVRTEK-SOBOTA

Platnost od 10.10. do 12.10.2024

nebo do vyprodání zásob.

www.masojiko.cz

SBĚRATELSKÝ KABINET

MICHELSKÁ 18, Praha 4

RÁDI VYKOUPIME:

VEŠKERÉ HODINKY VČETNĚ PRIM, TĚŽ NEFUNKČNÍ, I DÍLY A HODINÁŘSKÉ POZŮSTALOSTI, MINCE, ODZNAKY, POHLEDNICE, MILITARIE, ZNÁMKY, KNIHY A ČASOPISY, VYZNAMENÁNÍ, BANKOVKY, HRAČKY GRAMODESKÝ, NÁBYTEK DO R. 1970, RÁDIA, LAMPY A LUSTRY, UHLÁKY, SKLO A PORCELÁN, VÁNOČNÍ OZDOBY A BETLÉMY I PAPIROVÉ, MAPY, ANGLIČÁKY, OBRAZY A GRAFIKY, STARÉ NÁDOBÍ A NÁRADÍ, VZDUCHOVKY, ČTYŘLÍSTKY, STARÉ PŘÍBORY, HRNCE A KASTROLY, ATP.

VÝKUP KNIH!!!

2 000 Kč ZA KAŽDÝCH 10 KNIH, KTERÉ OD VÁS VYKOUPIME

CENNÉ KNIHY OHODNOTÍME ZVLÁŠTĚ. VYKOUPIME TAKÉ POHLEDNICE A MAPY!

Přijedeme kamkoliv v Čechách i na Moravě.

Likvidujeme též celé pozůstalosti.

NÁVŠTĚVY PO TELEFONICKÉ DOHODĚ 602 229 348

sberatelskyykabinet@post.cz

Seznámení

• Andulka hledá kamaráda nebo kamarádku kolem 80 let se zájmem o kulturu, výlety, přírodu, zvířata, tanečky, ezoteriku a sport. Tel. 606442552

Ostatní

• Prodám vykrmené králíky, vajíčka, med, brambory. Tel.: 723266481

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

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

BYT/DŮM POPTÁVKA

s přítelkyní hledáme ke koupi byt s rodinným dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu.

Děkujeme za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

• DOBRĚ ZAPLATÍM za Váš byt. Umožním dožítí seniorům. Uhradím případné dluhy, exekuce. Právní servis a slušné jednání. Děkuji J. Jurdo-va 725805115

Zkoumají, jak na agresivní rakovinu

V Česku odstartovala klinická studie, která zkoumá, zda je možné najít nádor slinivky břišní včas. Řeší citlivost testu, který by měl z krve pacienta odhalit případné přednádorové změny. Pokud se účinnost takzvaného lipidického testu prokáže, půjde o zásadní průlom. Test by se pak totiž mohl stát nástrojem pro screening nádorových onemocnění slinivky břišní. Na studii spolupracuje společnost Lipidica s gastroenterology a onkology z Fakultní nemocnice Olomouc a Masarykův onkologický ústav. Do studie se zapojí 15 center po celém Česku. **MET**

Auto nabito za 15 minut

Společnost E.ON otevřela v Českých Budějovicích u hypermarketu Globus nejvýkonnější dobíjecí místo na jihu Čech. U pěti stanic se může najednou nabíjet až deset elektromobilů. Tři stanice mají výkon 300 kW. Pokud vůz dokáže přijmout tolik energie, mohou řidiči s plnou baterií odjždět přibližně za 15 minut. **ČTK**



„Rusové s islamisty chtějí vyvolat v Evropě chaos“

NENÁPADNÁ NEMOC

Podle expertů z České gastroenterologické společnosti ročně onemocní rakovinou slinivky břišní asi 2400 lidí, téměř 2200 jich za stejné období podlehnou.

- „Rakovina slinivky břišní patří mezi nejagresivnější nádory vůbec – do poslední chvíle je bez příznaků, přestože se vyvíjí více než 10 let. Když začnou potíže, je už na léčbu obvykle pozdě. Jedinou nadějí na vyléčení je operace, ke které však dospěje jen asi 20 procent nemocných,“ říká Ondřej Urban, přednosta II. interní kliniky gastroenterologické a geriatrické Fakultní nemocnice Olomouc. **MET**

Moskva si na špinavou práci najímá zločince z teroristických organizací, tvrdí Britové.

Ruská vojenská rozvědka GRU se snaží vyvolat chaos v Británii a v Evropě, varoval v úterý ředitel britské kontrarozvědky MI5 Ken McCallum. Největší teroristickou hrozbu pro Británii podle něho představuje obnovující se al-Káida a Islámský stát, napsala agentura Reuters. McCallum během každoročního projevu k hrozbám, jimž Británie čelí, řekl, že agenti GRU v sou-

vislosti s britskou podporou Ukrajiny „se stále větší lehkostmi provádějí v Británii žhářské útoky, sabotáže a další ještě nebezpečnější akce“.

Británie od začátku ruské invaze na Ukrajinu patří k zemím, které nejvíce vojensky pomáhají Kyjevu. McCallum připomněl, že po vpádu Ruska na Ukrajinu evropské země vyhostily více než 750 ruských diplomatů, z nichž drtivá většina byli špióni. To mělo dopad na fungování ruských tajných služeb. Moskva ale začala využívat třetích osob, jako jsou operativci soukromých agentur a zločinci, kteří mají za úkol odvést „špinavou práci“. To negativně ovlivnilo

úroveň jejich operací, jež lze nyní snáze narušit. MI5 podle McCalluma také od roku 2022 reagovala na 20 operací, za nimiž stál Írán, nicméně většina její práce se týkala islamistického extremismu následovaného krajně pravicovým terorismem. Pokud jde o Írán, ten podle McCalluma stál za „jedním komplotem za druhým“ na britské půdě. Počet vyšetřování možných ohrožení britského státu loni podle něj vzrostl o 48 procent, což dal do souvislosti se zločineckými aktivitami Ruska a Íránu. Šéf kontrarozvědky řekl, že vzhledem k různým typům hrozeb a ohrožení ze strany jiných států MI5 „měla těžkou práci“ a musela

se vypořádat se „závratnou škálou ideologií a přesvědčení“. Stanice BBC napsala, že McCallum v minulosti mluvil veřejně o hrozbách z Ruska a Íránu, doposud ale jeho obvinění na adresu Moskvy nebyla tak silná. Írán obvinění odmítá a varuje, aby Britové přehodnotili své závěry.

Podle české Národní centrály proti organizovanému zločinu stála za výbuchem muničního skladu právě GRU, jejíž agenti útok provedli v říjnu 2014. Tehdy zahynuli dva Češi. Kauzu policie odložila, protože ruská strana nespolupracovala. Případ je označován za zatím nejzávažnější ohrožení Česka od druhé světové války. **ČTK a MAP**

INZERCE

ZKUSTE ŠTĚSTÍ NA DEN KOMINÍKŮ 11. 10.



18+ HRAJ S ROZUMEM

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost!

Češi a knihy. Někteří si vystačí s jednou jedinou po celý rok

Řekni mi, co čteš, a já ti řeknu, kdo jsi. Výrok, který někteří připisují prezidentu Masarykovi, jiní spisovatelům Mauriacovi. Je to ale prý anglické přísloví.

Moderní technika zasáhla i do čtenářských zvyklostí a statistik. V současnosti se za přečtenou knihu nepovažuje už jenom ta ve fyzické papírové podobě. Řadí se sem i kniha elektronická a nově přibyla už i audiokniha. Na čtenářské aktivity tak lze usuzovat hned ze tří technologických pramenů. Zvláště poslední kategorie audioknih zaznamenala v posledních letech nebývalý rozmach.

Knihy posloucháme stále víc
Například v roce 2022 se prodalo cédéček s nahranými knížkami přes čtvrt milionu. Není to málo, ale přece jen v porovnání s papírovými vydáními je to zlomek. Ačkoli dobrat se oficiálních čísel není snadné.

Kolik se ve skutečnosti u nás prodá fyzických knížek, to je totiž z pohledu nakladatelství menší obchodní tajemství. Odhady se pohybují kolem 25 milionů kusů v roce 2022 ve všech publikačních kategoriích.



Dvě třetiny obyvatel starších 16 let tolik knih za rok, jako na snímku paní v liberecké knihovně, nikdy nepřetou. Jsou domácnosti, kde čtou třeba jen děti, rodiče už ne.

3x MAFRA

Nakladatelé spíše uvádějí tržby. Například podle Zprávy o českém knižním trhu 2022/2023 představoval obrát v tomto oboru 8,4 miliardy korun. I z toho lze alespoň rámcově usoudit, jaký podíl mají „sluchové“ knihy v celkových počtech.

Ale i u audioknih roste podíl stažených formátů oproti fyzickému CD. V současnosti je podíl stahovaných textů vůči cédéčkům asi tři ku jedné a stále to roste. Vydavatelé audioknih ale vidí několik překážek bránících plnému rozvoji a šíření audioknih. „Jde o daňové zatížení audioknih, hrozící vyšší DPH, dále nelegální stahování a nemožnost při jejich nákupu uplatnit firemní benefity a programy,“ sdělila místopředsedkyně

Volbu Asociace vydavatelů audioknih Monika Oweys- si na serveru iDNES.cz.

Nejvíce čtou senioři a také vysokoškoláci

Na čtenářské zvyklosti si „posvítí“ i Český statistický úřad (ČSÚ). „Podle výsledků šetření přečte alespoň jednu knihu za rok 64 procent obyvatel České republiky ve věku 16 a více let,“ konstatuje Lenka Kárášová z oddělení statistiky vzdělávání, zdravotnictví, kultury a sociálního zabezpečení ČSÚ.

Větší podíl v jednoknižní skupině má jen sedm zemí, v prvním Lucembursku přečte alespoň jeden výtisk ročně 75 procent čtenářů. Naopak nejmenší podíl čtenářů s jednou knihou má Rumunsko, kde není ani třicetiprocentní.

Špatně na tom nejsme ani v kategorii těch, kteří si za rok najdou čas na pět a více výtisků. V Unii jsme na devátém místě. Mezi deseti knihami a více za rok jsme dvanáctí. V uvedených skupinách jsou lepší třeba Irové, Finové nebo Švédové.

Nejvýkonnější skupinou čtenářů jsou v Česku senioři nad 64 let. Pětina z nich zvládne za rok minimálně deset titulů. Pokud bereme za měřítko vzdělání, nejvíce čtenářů připadá na vysokoškoláky, tam čte nebo poslouchá knihy více než osmdesát procent. V množině lidí se základním, středním nebo učňovským vzděláním přečte deset a více knížek jen osm procent.

Knihy na delší dobu, potomci F. L. Věka jsou tajnosnubní

Čtenářské zvyklosti jsme trochu mapovali i v konkrétních

knihovnách. Například v dějišti známého televizního seriálu, který proslul sloganem Dycky Most!, měla zdejší městská knihovna v prvních devíti měsících roku o zlomek vyšší návštěvnost než za stejné období loňského roku. „Od ledna do září jsme letos zaznamenali 132 087 výpůjček, loni to bylo ve stejném úseku 131 233 výpůjček,“ uvádí ředitel Petr Petrik.

Poznatky sdělila také knihovna ze známého horského střediska Špindlerův Mlýn. „Letos mi připadá, že čtenáři mají knihy u sebe déle a nečtou tak rychle. Zavedli jsme totiž rodinné průkazky, proto jsou údaje možná trochu zkreslené, zvyšuje se počet výpůjček na jednoho návštěvníka. Každopádně

PRAHA AŽ TŘETÍ

17,4

Tolik milionů návštěv zaznamenalo podle ČSÚ všech 5256 knihoven v Česku v roce 2022. Největší návštěvnost nezaznamenala kupodivu Praha, ta je až třetí s 2,018 milionu návštěvníků. První je Moravskoslezský kraj s 2,036 milionu. Jižní Morava na třetí pozici se pyšní 2 033 000 návštěvníky.

PH

pro srovnání s dobou před covidem ubýlo výpůjček časopisů a není takový zájem o veřejný internet,“ vzkazuje čtenářům deníku Metro Marie Čeřovská ze špindlerovské městské knihovny.

Nedobytá jsou ale podrobná čtenářská data z Nového Města na Moravě. Tedy z regionu, který se proslavil obrozeneckým dobrušským vlastencem a spisovatelem Františkem Ladislavem Hekem, v podání spisovatele Aloise Jiráska jako F. L. Věka. „Pro zveřejnění naší knihovny souhlasím pouze s údajem ze statistiky a to, že jsme měli o 4045 výpůjček více než v loňském roce,“ vzkázala našim čtenářům ředitelka novoměstské městské knihovny Lucie Kunteová.

PAVEL HRABICA



Veřejné knihovny půjčují registrovaným čtenářům spolu s textem e-knihy i menší čtečky. Většinou zdarma.



Jiří Lábus patří k nejúspěšnějším načítačům audioknih. Vydavatelé tohoto druhu čtení na známé hlasy hodně sázejí.

Kratom bude mít nová pravidla

Projednávání regulace psychomodulačních látek se ve Sněmovně neustále protahovalo.

Nakládání s látkami typu kratom nebo konopí s nízkým obsahem účinné složky THC bude mít zřejmě od prosince nová pravidla, která mimo jiné omezí jejich prodej.

Přinese je novela o návykových látkách, kterou včera Senát schválil beze změn. Novelu, jež má ochránit před rizikovými látkami s psychomodulačními a psychoaktivními účinky především děti, nyní dostane k podpisu prezident. Poslanecká novela uvedená látky rozlišuje podle rizikovitosti.

Výrobky s psychomodulačními látkami by si mohli podle novely kupovat výhradně dospělí lidé ve specializovaných prodejnách, do nichž by nesměly děti. Zboží by nemohlo napodobovat hračky nebo cukrovinky.

Novela zakazuje prodej prostřednictvím automatů

a pro internetový prodej stanoví omezení, hlavně povinnost ověření věku při prodeji i výdeji. Senát novelu schvaloval se zhruba čtyřměsíčním zpožděním po Sněmovně.

Ministerstvo zdravotnictví si totiž v mezidobí vyžádalo souhlas Evropské komise s tím, že je navrhovaný zákaz vývozu předmětných látek nebo jejich přeshraniční pro-

dej v souladu s pravidly společného unijního trhu.

Protože se projednávání regulace psychomodulačních látek protahovalo, vláda už na jaře s platností do konce

roku zařadila HHC a další konopné deriváty na seznam zakázaných návykových látek. Jejich prodej teď není možný a držení většího než malého množství je trestné. **ČTK**

INZERCE




VYZKOUŠEJTE NAŠI NOVOU PRODEJNU!

PENNY PRAHA - FLORA, UL. HRADECKÁ

Otevřeno denně 7 - 21 h.



85% masa

ŠUNKA S PEPŘEM REZNÍKŮV TALÍŘ

100 g

16,90

~~31,90~~ **47%**



WC BLOK POWER AKTIV

různé druhy

2x 50 g

1 ks 23,45 Kč

46,90

~~69,90~~ **32%**



SMETANA NA VAŘENÍ

12 % tuku

200 g

100 g 5,95 Kč

11,90

~~25,90~~ **54%**



ELEKTRICKÝ ŠLEHAČ*

1 ks

99,90

~~249,90~~ **60%**

Nabídka platí pouze v prodejně PENNY Praha, ul. U Hradecká od 10. 10. do 16. 10. 2024. *Nabídka spotřebního zboží platí do vyprodání zásob. ■ Nejnížší cena za posledních 30 dní.

KRÁTCE

Žádný terorista

V případě květnového atentátu na slovenského premiéra Roberta Fica nevidí slovenský Nejvyšší soud terorismus. K tomu závěru dospěl tříčlenný senát soudců minulý měsíc. Informoval o tom portál Aktuálny.sk. Podle soudu sice obviněný do vazby patří, ale orgán nesouhlasí s právní kvalifikací, podle které je stíhán za terorismus. Policie zpočátku případ vyšetřovala jako pokus o vraždu, na teroristický čin byl překvalifikován necelé dva měsíce po střelbě.

Milton zesílil

Slzy na krajíčku měl americký meteorolog, který v přenosu televizní stanice NBC mluvil o příchodu hurikánu Milton k břehům Floridy. Obvyklý projev nahradila chvílka ticha, na kterou navázal pohnutý hlas meteorologa Johna Moralese. Milton zesílil na nejvyšší stupeň. **ČTK**

Chyby v tisku vyhrazeny. Uvedené ceny jsou v Kč. Ceny jsou bez dekorace. Mohou být použity ilustrační fotografie. Vyhrazeno si právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Pokud v důsledku nečekané vysoké poptávky dojde k nedostatku určitého zboží, omlouváme se Vám a děkujeme za pochopení. Odběr možný jen v omezeném množství (tj. max. 6 ks na osobu a den, trvanlivé mléko max. 24 ks na osobu a den, lahve piva max. 40 ks na osobu a den, není-li uvedeno jinak). *Taktéž označené produkty nesléžejí do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. Tento dokument není nabídkou (návrhem na uzavření smlouvy) ani výzvou k podávání nabídek. Jde o dokument určený pouze k marketingovým a propagačním účelům. Vzhledem k faktu, že společnost Penny Market s.r.o. pravidelně provádí kontrolu na přítomnost reziduí používaných chemických látek při pěstování ovoce a zeleniny, sledává občanské sdružení Zdravá potravina, z. s., (Fér potravina) tyto produkty jako nezávadné. Více na www.penny.cz.

Přijímáme: 

PRAHA

TĚŽKÝM ZKOUŠKÁM NEMU

Sociální nadační fond hlavního města Prahy staví neviditelné mosty mezi těmi, kdo mohou pomoci, a těmi, kdo pomoc akutně potřebují.

Jana je maminka malé dcery, která si prošla útrapami domácího násilí. Když našla odvahu odejít od svého manžela, stála před novým problémem – jak zajistit střechu nad hlavou pro sebe a své dítě? „Jana žila několik let v tichém utrpení. Její manžel, který jí kdysi býval oporou, se změnil ve zdroj strachu a bolesti. Ponižování, psychický nátlak a fyzické násilí se staly každodenní realitou. Ale Jana našla sílu a odvahu – rozhodla se odejít a začít život, kde bude její dcera vyrůstat v bezpečí,“ popisuje Barbora Komberc Novosadová, ředitelka Sociálního nadačního fondu. Tato nezisková organizace byla založena

před dvěma lety a od té doby postavila více než tisíc takzvaných neviditelných mostů přes náročné životní situace Pražanů a Pražanek. Sociální nadační fond nyní spouští kampaň #NeviditelnéMosty, která představuje příběhy podpořených Pražanů a zve pražské obyvatele, filantropy i firmy k zapojení. Jedním z nich je právě ten Janin.

„Najít nové bydlení byl jen první krok. Jana, přestože pracuje v kanceláři, neměla dostatek financí na kauci a první nájem. Bez rodiny, na kterou by se mohla obrátit, zvažovala zoufalé možnosti – například rychlou půjčku, která by jí ale mohla stáhnout do dluhové pasti. V tu chvíli vstoupil do jejího života Sociální nadační fond,“ popisuje Novosadová a dodává, že jí tehdy tato městská neziskovka nabídla bezúročnou zápujčku. Ta jí následně umožnila rychle získat nové bydlení. Tato zápujčka dala Janě prostor a čas, aby se její finanční situace stabilizovala. Jana si požádala o dávku mimořádné okamžité pomo-



Most nemusí být vidět, aby vás podržel. Tak zní heslo kampaně.

ci a další příspěvky od státu, které jí pomohou zvládnout první roky nového života.

„Díky podpoře může Jana začít znovu. Ukázala své dceři, že má smysl vzepřít se násilí a že obě mohou žít v bezpečném domově. Dávka mimořádné okamžité pomoci je dávka státní sociální podpory, která může finančně pomoci lidem v nenadálé životní situaci. Stát nemá povin-

nost vyplatit ji vždy. Pokud Jana dávku získá, může zápujčku hned splatit,“ vysvětluje Novosadová.

Zápujčka Sociálního nadačního fondu Janě umožnila získat bydlení v okamžiku, kdy ho nutně potřebovala. Pokud by jí dávku úřad práce nepřiznal, měla by Jana tři roky čas na splácení formou měsíčních splátek.

Prim hraje bydlení

„Velice často řešíme případy Pražanů, kdy jde o čas, a proto vytváříme takové podmínky, aby se o výsledku dozvěděli klienti co nejdříve. Do dvou tří týdnů od podání kompletní žádosti. Máme čtyři hlavní témata podpory: prvním je zajištění či udržení si důstojného nájemního bydlení. Druhým podpora lidí se zdravotním znevýhodněním a pečujícími tak, aby bylo možné žít i pečovat v domácím prostředí. Třetím podpora pěstounských rodin a čtvrtým podpora sociální práce s lidmi v tíživé situaci formou flexibilních rozpočtů,“ doplňuje Novosadová.

INZERCE

Akceeee!

Do 15. 10. 2024

2 + 1 ZDARMA

**Franz Josef
salát tuňákový**

160 g, více druhů
cena za 1 ks při koupi 3 ks v libovolné kombinaci (100 g = 37,45 Kč)
standardní cena za 1 ks
je 89,90 Kč (100 g = 56,19 Kč)

cena za 1 ks

89,90 Kč
59,93 Kč



Banány
vážené, cena za 1 kg

cena za 1 ks

34,90 Kč
19 Kč
24,90 Kč
20,75 Kč



5 + 1 ZDARMA

**Gambrinus
Original 10**

500 ml
cena za 1 ks při koupi 6 ks
(100 ml = 3,96 Kč)
standardní cena za 1 ks
je 24,90 Kč (100 ml = 4,98 Kč)

**Mikulov
Sommelier
Club**
750 ml
více druhů

29,92 Kč / 100 ml
21,20 Kč / 100 ml



Sledujte nás na:



bonveno_official

Více na www.bonveno.cz

bonVeno

Váš rychlý nákup

Akce platí do vyprodání zásob. Sortiment na prodejních se může lišit. *Nejnižší cena za posledních 30 dní.

SEJÍ PRAŽANÉ ČELIT JEN SAMI



Ředitelka Barbora Komberec
Novosadová 2x SNF HMP

Fond se zaměřuje nejen na okamžitou pomoc, ale také na dlouhodobou udržitelnost. Například osmdesát šest procent klientů Programu podpory bydlení si udrželo bydlení, na které získali příspěvek.

Pomoc rychle a udržitelně

Ze statistik, které si zaměstnanci sociálního fondu vedou, vyplývá, že se také u většiny klientů, respektive žadatelů zlepšilo jejich psychické zdraví a jejich motivace řešit problémy. Bezúročné půjčky

zase poskytly nezbytnou finanční stabilitu při nalezení nového domova. V oblasti péstounské péče umožnila podpora dětem rozvíjet jejich schopnosti a talent a pěstounům poskytla čas na odpočinek i péči o sebe.

„Jen za rok 2023 Sociální nadační fond pomohl získat či udržet bydlení více než sto padesáti domácnostem, zvládat péči téměř sto šedesáti lidem se zdravotním znevýhodněním i pečujícím a podpořit spokojený život pěstounských rodin díky více než dvě stě příspěvkům na kroužky, psychoterapeutickou podporu, letní tábory či speciální vzdělání pro pěstouny,“ uvádí náměstkyně primátora Alexandra Udženija a dodává: „Naše podpora neformálním pečujícím je v rámci tuzemské prozatím unikátní a přála bych si, aby ji vyzkoušela i další města. Možnost krátkodobé regenerace, psychoterapeutické podpory či vzdělávání je pro pečující nedocenitelná. Dobře pečovat mohou ti, kteří mají možnost pečovat i o sebe.“

FILIP JAROŠEVSKÝ

SRDCE NA PRAVÉM MÍSTĚ. PRAHA SPOUŠTÍ KAMPAŇ

V rámci Týdne sociálních služeb ČR spouští hlavní město Praha společně s Asociací poskytovatelů sociálních služeb ČR (APSS) novou kampaň Srdce na pravém místě.

Kampaň je postavena na tvářích a citacích reálných zaměstnanců v sociálních službách, klade si za cíl upozornit na důležitost těchto profesí, poděkovat zaměstnancům za jejich službu. Nabídne ale také volné pracovní pozice v příspěvkových organizacích Prahy, které sociální služby poskytují.

„V sociálních službách je široká škála profesí. Nemluvíme tedy jen o sociálních pracovnících, ale o každém, který svoji práci v sociálních službách pomáhá, aby bylo postaráno o ty nejpotřebnější z nás – a za to jim patří naše velké poděkování. Každý jeden, kdo pracuje v sociálních službách, si zaslouží náš respekt za to,



Jednou z tváří kampaně je také osobní asistent Petr. MHMP

že pomáhá potřebným lidem překonávat ty nejnáročnější životní situace. Od sociálních pracovníků, terapeutů, psychologů, zdravotníků až po kuchaře,“ říká náměstkyně

primátora pro oblast sociálních věcí a zdravotnictví Alexandra Udženija.

Kampaň potrvá přibližně dva měsíce a bude k vidění v tisku, v pražském mobiliáři a přibudou i rozhlasové spoty. Fotografie tváří kampaně nafotila Alžběta Jungrová. Součástí kampaně jsou také webové stránky socialnipracevpraha.cz, kde se nachází základní informace o sociálních službách od obecného popisu služeb až po požadavky na odbornou způsobilost v různých profesích. Také na těchto stránkách najdete seznam všech pražských příspěvkových organizací, které poskytují sociální služby, a seznam volných pracovních míst, jež mají.

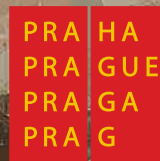
Celou kampaň připravilo hlavní město s asociací v podstatě in-house a rozpočet na její přípravu byl necelých 150 tisíc korun.

JAR

INZERCE

Hlavní město Praha Program podpory cestovního ruchu pro rok 2025

Podávání žádostí
16. 10. – 6. 11. 2024



Nejlepší podívaná? Pod vodou

Bazén Šutka hostí mezinárodní turnaj v podvodním hokeji.

Nepatří mezi mainstreamové sporty, ale jeho historie je už docela dlouhá. Podvodní hokej vymysleli v 60. letech ve Velké Británii. Ve vůbec prvním potápěčském klubu na světě přemýšleli, jak si zpestřit potápění a zároveň se udržovat v kondici. Sport má nemálo příznivců i v Česku. Přesvědčit se můžete 19. října v bazénu Šutka, kde se koná 5. ročník mezinárodního turnaje Pragadise Cup.

Začátek je naplánován na 9. hodinu. „Zápasy budou probíhat na polovině vnitřního padesátimetrového bazénu. Druhá půlka bazénu zůstane přístupna veřejnosti. Bude tudíž možné sledovat zápasy z nejlepší možné tribuny na podvodní hokej – tedy pod vodou,“ zve na turnaj Kateřina Hnilicová z oddílu Praha Narwhals.

Účast na turnaji přislíbilo 19 týmů z celé Evropy. Do Pra-



Soustředění podvodních hokejistů se letos konalo v Prachaticích. Více informací o sportu najdete na webu uw.h.cz.

2x ARCHIV UW.H.CZ



hy přijedou například hráči z Německa, Slovinska, Maďarska, Itálie či Polska. Soutěž bude probíhat ve třech kategoriích – women, junior a open. V poslední jmenované se představí mužské i smíšené týmy. Juniorská kategorie je zase určena pro hráče do 15 let. Právě díky mládeži se hráčská základna podvodního hokeje v Česku v posledních letech rozšířila. V současnosti je registrováno okolo 40 dětí napříč kluby. **MAH**

PODVODNÍ HOKEJ JE ZÁBAVA, ALE ZÁROVEŇ I MAKÁČKA

Deník Metro si netradiční sport vyzkoušel na vlastní kůži.

- „Beru puk a pádím k bráně. Jenže pak to přijde... Potřebuji se nadechnout. Nájezd se mění v boj o kyslík. Když vrátím hlavu pod vodu, puk je dávno v tahu. Trochu se stydím, ale spoluhráči mě chlácholí, že tohle se občas začá-

tečnickům stane. Zklamání ale musí stranou. Jde se opět hrát,“ tak zní závěr reportáže, kterou redaktor deníku Metro absolvoval na podzim roku 2018.

- Jak vypadá výbava podvodního hokejisty a jak tréninková rozsvička, zjistíte na webu Metro.cz, skenujte QR kód.



INZERCE

HALLOWEEN V MUZEU MHD



**Sředa
30. 10. 2024
od 9 do 17
hodin.**

Navštivte Muzeum MHD a přitom si každý udělejte svoji dýni! Návštěvníci, kteří dorazí v halloweenském kostýmu, se mohou těšit na dárek. V 16.45 hodin se na dvoře před vozovnou rozsvítí všechny dýně.

Světový den zraku – den boje proti očním chorobám

Každý rok si druhý čtvrtek v říjnu připomínáme Světový den zraku, který upozorňuje na důležitost péče o zrak a prevenci očních onemocnění. Jedním z nejčastějších očních problémů, na které se v rámci tohoto dne zaměříme, je šedý zákal. Včasná diagnostika a léčba mohou zabránit zhoršování zraku a zachovat kvalitu života.

Světová zdravotnická organizace (WHO) uvádí, že více než 2,2 miliardy lidí na světě má nějakou formu poruchy zraku. Přitom většinu z nich lze předcházet nebo úspěšně léčit. Jedním z takových nejčastějších onemocnění je šedý zákal. V České republice jím trpí více jak půl milionu lidí starších 60 let.

Šedý zákal: Tichý nepřítel zraku

Šedý zákal, známý také jako katarakta, je oční onemocnění, při kterém dochází k zakalení oční čočky. Toto zakalení způsobuje rozmazané vidění, problémy s jasným světlem a obtíže při čtení nebo řízení. Nejčastěji se objevuje u lidí starších 60 let, ale může postihnout i mladší jedince v důsledku genetických faktorů, úrazu nebo některých zdravotních problémů, jako je cukrovka.

Příznaky šedého zákalu se mohou rozvíjet pomalu, a mnoho lidí si tak svého zhoršujícího se zraku nevšimne, dokud není onemoc-

nění v pokročilejším stadiu. Právě proto je důležitá pravidelná oční prohlídka, která může šedý zákal včas odhalit a umožnit zahájení vhodné léčby.

Prevence a včasná diagnostika

Světový den zraku nám připomíná, že prevence je klíčovává. Pravidelné návštěvy očního lékaře by měly být samozřejmostí pro každého, bez ohledu na věk. Pro děti se doporučuje první prohlídka ve 3 letech, další pak při nástupu do školy. Dospělí by měli podstoupit oční vyšetření alespoň jednou za dva roky, a po šedesátce je vhodné navštěvovat lékaře každoročně. Prohlídky jsou důležité zejména pro včasné odhalení očních onemocnění, včetně šedého zákalu, který může být na počátku bezpříznakový.

Vedle pravidelných kontrol mohou rozvoji šedého zákalu napomoci i zdravé životní návyky. Doporučuje se ochrana očí před UV zářením po-



mocí kvalitních slunečních brýlí s UV filtrem, vyvážená strava bohatá na vitamíny a antioxidanty, omezení kouření a nadměrné konzumace alkoholu. Udržování zdravé hladiny cukru v krvi je zvláště důležité pro diabetiky, kteří mají vyšší riziko vzniku šedého zákalu.

Léčba šedého zákalu: Rychlá a účinná operace

Pokud je šedý zákal diagnostikován, existuje účinný způsob léčby: operace. Tento zákrok je jedním z nejčastěji prováděných očních chirurgických výkonů na světě a má vysokou úspěšnost. Během operace lékař odstraní zakalenou čočku a nahradí

ji umělou nitrooční čočkou. Operace je bezbolestná a trvá jen několik desítek minut.

Pacienti po zákroku často uvádějí výrazné zlepšení zraku již během několika dnů. Tato operace má zásadní vliv na kvalitu života, neboť navrácí pacientům schopnost jasně vidět a provádět běžné denní aktivity.

Světový den zraku: Výzva k akci

Světový den zraku je každoroční výzvou k tomu, abychom nezanedbávali péči o své oči. Šedý zákal je jedním z nejčastějších očních onemocnění, které může postihnout každého z nás, a proto je

důležité být na pozoru. Pravidelné preventivní prohlídky u očního lékaře mohou šedý zákal odhalit v raném stadiu, kdy je léčba nejúčinnější.

Nepodceňujeme význam preventivních očních prohlídek a věnujeme pozornost všem změnám ve kvalitě našeho zraku. Správná péče o zrak je klíčem ke kvalitnímu a plnohodnotnému životu, a proto bychom ji měli zařadit mezi své priority. Naše oči si to zaslouží.

Vyšetření zraku zdarma, které se bude konat v Metropoli Zličín o víkendu 19. a 20.10. od 10 do 16 hodin.

**OČNÍ
KLINIKA**

Součástí skupiny

**Innova
Healthcare**

S NÁMI UVIDÍTE LÉPE

SVĚŘTE SVŮJ ZRAK DO RUKOU NAŠICH ODBORNÍKŮ

- Máme více než 20 let zkušeností s operací šedého zákalu.
- Používáme pouze špičkové nitrooční čočky.
- Nabízíme krátké objednací lhůty.



V Hůrkách 1296/10, Praha 13



Metro B, Stanice Hůrka



(+420) 232 232 310



www.ocniklinikajl.cz



Osteoporóza a přínos

denzitometrie kostí



Co je osteoporóza?

Osteoporóza je onemocnění charakterizované úbytkem a změnou struktury kostní hmoty. Název „osteoporóza“ pochází z řeckých slov „osteo“ (kost) a „poros“ (pór, otvor, dutina). Osteoporóza tedy znamená „řidnutí kostí“. V kostní tkáni se vytvářejí malé dutiny a kosti jsou méně pevné. U lidí s osteoporózou dochází ke snížení hustoty a kvality kostí, které se tak stávají křehkými a náchylnějšími ke zlomeninám. Pacienti s neléčenou osteoporózou mají větší riziko zlomenin i při menších pádech nebo při běžných činnostech, jako je kašel nebo ohnutí se. Nejčastějšími místy zlomenin spojených s osteoporózou jsou kyčle, páteř a zápěstí.

Proč je osteoporóza problém?

Osteoporóza se často označuje jako „tichá nemoc“, protože postupuje bez příznaků, dokud nedojde ke zlomenině. Tyto zlomeniny mohou způsobovat silné bolesti, vést ke snížené kvalitě života, a dokonce k dlouhodobému postižení. Nejčastějšími místy zlomenin jsou kyčle, páteř a zápěstí.

Rizikové faktory pro vznik osteoporózy

1. **Věk:** Riziko se zvyšuje s přibývajícím věkem.
2. **Pohlaví:** Ženy jsou k osteoporóze náchylnější než muži.
3. **Rodinná anamnéza:** Osteoporóza či zlomeniny v rodině zvyšují její riziko.
4. **Tělesná konstituce:** Lidé s drobnější postavou mají vyšší riziko vzniku osteoporózy.
5. **Hladiny hormonů:** Nízké hladiny pohlavních hormonů (estrogen u žen, testosteron u mužů) mohou oslabovat kosti.
6. **Strava:** Nedostatek vápníku a vitamínu D může vést k oslabení kostí.
7. **Fyzická aktivita:** Nedostatek pohybu a sedavý způsob života zvyšují riziko vzniku osteoporózy.
8. **Kouření a alkohol:** Užívání tabáku a nadměrná konzumace alkoholu oslabují kosti.
9. **Chronická onemocnění:** Některá chronická onemocnění zvyšují riziko vzniku osteoporózy.
10. **Léky:** Dlouhodobé užívání některých léků, například vyšších dávek kortikosteroidů, přispívá ke ztrátě a změnám kostní hmoty.

Co je denzitometrie kostí?

Denzitometrie kostí (ve zkratce DEXA nebo DXA) je neinvazivní vyšetření, které měří minerální hustotu kostí pomocí nízké dávky rentgenového záření. Na základě naměřené odchylky v kostní hustotě diagnostikujeme osteoporózu a monitorujeme efekt léčby.

Proč byste měli absolvovat denzitometrické (DEXA) vyšetření?

- 1. Včasná diagnostika osteoporózy:**
Denzitometrie odhalí osteoporózu dříve, než dojde ke zlomenině.
- 2. Včasná léčba osteoporózy:**
Včasná diagnostika umožní i včasnou léčbu osteoporózy a usnadní prevenci zlomenin.
- 3. Sledování efektu léčby:**
Pro pacienty s již diagnostikovanou osteoporózou umožňuje denzitometrie sledovat účinnost léčby a průběžné změny v hustotě kostí.

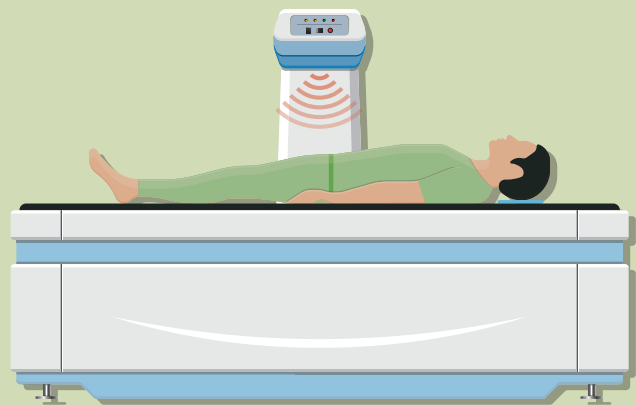
Kdo by měl zvážit denzitometrické (DEXA) vyšetření?

- **Ženy po menopauze**
- **Všechny ženy starší 65 let**
- Ženy mladší 65 let s rizikovými faktory (nezdravý životní styl, chronická onemocnění, léky,...)
- **Muži starší 70 let**
- Muži mladší 70 let s rizikovými faktory (nezdravý životní styl, chronická onemocnění, léky,...)
- **Lidé se zlomeninami nad 50 let** (se zlomeninami i po malém pádu nebo běžných činnostech)

Bezplatné denzitometrické (DEXA) vyšetření na klinice Synexus

Klinika Synexus nabízí bezplatné denzitometrické vyšetření. To je skvělá příležitost, jak zjistit stav vašich kostí bez jakýchkoliv nákladů. Využitím této služby můžete:

- **Získat informace o stavu vašich kostí:**
Naši odborníci vás provedou diagnostickým procesem denzitometrie a poskytnou vám informace o hustotě vašich kostí.
- **Proaktivně pečovat o vaše zdraví:**
Včasné odhalení diagnózy osteoporózy pomocí denzitometrie vám umožní včas jednat.



Jak získat bezplatné denzitometrické (DEXA) vyšetření?

Krok 1: Objednejte se na vyšetření

Zavolejte nám na tel. číslo +420 603 901 722 a domluvte si termín bezplatné denzitometrie.

Krok 2: Navštivte kliniku Synexus

Přijďte na naši kliniku v dohodnutém čase na rychlé a bezbolestné vyšetření hustoty kostí.

Kde: Synexus, Karlovo nám. 2097/10, 120 00 Nové Město, Praha.

Krok 3: Získejte své výsledky

Naši odborníci vyhodnotí výsledky denzitometrie a poskytnou vám doporučení, jak pečovat o vaše zdraví.

Osteoporóza může negativně ovlivnit vaše zdraví a kvalitu vašeho života. Absolvování denzitometrie vám pomůže odhalit osteoporózu včas.

Zdraví vašich kostí je důležité – nečekejte a začněte jednat již dnes.

 **SYNEXUS**

Světelná fauna a flóra budou k vidění i v Troji

Se svítícími zvířátky se můžete i vyfotit.

Pražská zoologická zahrada připravuje výstavu světelných instalací s názvem Světelná zoo. „Návštěvníci budou moci zhlédnout 110 svítících objektů ztvárnujících zvířata nebo rostliny, zahájení je plánováno na 25. října,“ láká mluvčí zahrady Filip Mašek. Podobná světelná instalace v české zoo bude k vidění poprvé. Výstava se chystá ve spodní části areálu a bude pro ni platit samostatné vstupné. Ve světě jsou podobné projekty časté. „Kromě oživení areálu mimo hlavní návštěvnickou sezonu pomáhají i propagaci vlajkových druhů, jako jsou v případě Zoo Praha gorily nebo luskouni. Lampiony, které je ztvárňují, byly vyrobeny speciálně pro Prahu,“ uvedla zoo.



Gorila nížinná, jeden z vlajkových druhů Zoo Praha. Po Vratislavi bude k vidění také v pražské trojské zahradě. GARDEN OF LIGHTS

Světelná zoo bude zahrnovat lampiony 33 druhů zvířat v počtu 110 jedinců a dále rostliny, projekce na zemi nebo takzvané fotopointy, tedy místa na focení. „Podle sociálních sítí má o Světelnou zoo zájem už skoro 30 tisíc lidí. S ohledem na loňskou zkušenost kolegů z vra-

tislavské zoo lze skutečně očekávat návštěvnost v řádu desítek tisíc lidí v průběhu zimy. Neradi bychom však předjímali,“ uvedl Mašek.

Pro Světelnou zoo bude platit samostatné vstupné. Lidé se navíc do areálu zahrady díky výstavě podívají po běžné otevírací době, která je

VSTUPENKY

310

Lidé si mohou zakoupit vstupenky na výstavu světelných instalací na webu společnosti Garden of Lights, která projekt připravuje. Jednorázové vstupné pro dospělého stojí 310 korun, zlevněné pak 260 korun. ČTK

od 9.00 do 18.00. V termínu 25. až 31. října bude expozice otevřena od 18.00 do 21.00 a následně v termínu mezi 1. listopadem a 16. únorem v pátek, sobotu, neděli a svátky od 17.00 do 21.00 a v ostatní všední dny od 17.00 do 20.00. Na Štědrý den a Silvestra bude výstava zavřena. ČTK

Českomoravská bude skoro rok uzavřená

Ve stanici metra B Českomoravská budou nové eskalátory, rekonstruovány budou všechny technologie i obklady ve stanici. Součástí bude bezbariérový výtah. Stanice bude kvůli opravám skoro rok zavřena. Její oprava vyjde na 926 milionů korun a týká se technologických i architektonických prvků stanice.

Dopravní podnik hlavního města Prahy (DPP) na Českomoravské vymění staré sovětské eskalátory za moderní. Při rekonstrukci obnoví také elektroinstalace a další zařízení a dá na místo nové keramické desky, které nahradí skleněné panely s bublinami od designéra Maxima Velčovského. Vybrané firmy budou mít na rekonstrukci podle harmonogramu uvedeného ve smlouvě 516 dní od předání staveniště. Stanice bude pro cestující při opravách uzavřena 341 dní. Stanice by se měla uzavřít do tří měsíců od podpisu smlouvy.

DPP chystá v budoucnu také opravu stanice metra A Flora. ČTK

INZERCE

Oáza klidu a pohody nedaleko Prahy

Dopřejte si zasloužený relax

Wellness antistresový pobyt

3 noci/polopenze od 7.810 Kč na osobu
Uvedená cena je včetně zákonné sazby DPH.

- perlivá Calmonalová koupel
- celotělový zábal se zeleným čajem
- aroma masáž zad
- čínská masáž hlavy
- koupel s Himalájskou solí
- havajská masáž lávovými kameny (záda)
- parafínový zábal na ruce

TEL.: 416 866 007
E-mail: lazne@msene.cz

Více zde
WWW.MSENE.CZ

S Italy zpívá i Estonska

Oblíbené italské pop-operní trio Il Volo vystoupí již tuto sobotu od 20 hodin v pražské O2 areně. Jako hosta si letos kapela vybra- la estonskou sopránistku Elinu Nechayevu, která reprezentovala Estonsko v soutěži Eurovision Song Contest 2018 v portugalském Lisabonu s písní La forza. Il Volo se v téže soutěži představili v roce 2015 s písničkou Grande amore. Před českým publikem umělce tentokrát doprovodí věhlasný orchestr Bohemian Symphony Orchestra Prague. MET



Signal Festival letos opět spolupracuje s předními kulturními institucemi a nabídne návštěvníkům příležitost vidět instalace na prestižních místech v Praze.

SIGNAL

Signal rozzáří i Pražský hrad

Festival světla začíná už dnes večer.

Čtyři dny nabitě audiovizuálním uměním nejen ve veřejném prostoru nabídne Signal Festival ode dneška do neděle, každý den od 19 hodin do půlnoci.

Letošní ročník přinese dvě trasy – Hradčany a Centrum, uvede 22 uměleckých instalací a vůbec poprvé rozzáří i areál Pražského hradu. Součástí tras bude sedm zastávek placené Galerijní zóny a dva videomappingy. Program také zahrnuje první ročník networkingové konference Signal Forum, která zítra a pozítří zaplní CAMP přednáškami z odborníky a odbornicemi z oblasti technologií, nových médií a vědy. Vstupenky na festival jsou k dostání on-line.

„Návštěvníky letos čeká mnoho skvělých instalací od českých i světových umělců. Doporučuji dva velkoformátové videomappingy, jeden na Arcibiskupský palác na Hradčanech a druhý na městskou knihovnu v centru města. Výstavu Strange Attractions v Kunsthalle Praha, která zkoumá hranici mezi řádem a chaosem. Britské studio UVA v ní manipuluje s vnímáním pomocí kyvadla, LED panelů a laserové projekce,“ říká ředitel festivalu Martin Pošta.

Pražský hrad v novém světě

Hradčany letos povede jedna ze dvou tras, která ukáže na dvou kilometrech sedm instalací. První zastávkou je Jízdárna Pražského hradu, kde ko-

rejská umělkyně Seohyo vytvořila barevnou projekci složenou z prvků pražské architektury.

Dále na trase návštěvníky čeká videomapping Filipa Hodase na Arcibiskupský palác. V Galerijní zóně je možné navštívit Národní galerii Praha – objekt Šternberského paláce s monumentálními objekty Jiřího Příhody a také interaktivní projekci Michaela Bielického a Kamily B. Richter ve Schwarzenberském paláci Národní galerie Praha.

Jejich dílo mohou ovládat sami diváci díky kormidlu uprostřed nádvoří a měnit tím prvky na zdech. Díky spolupráci s Pražským hradem se lidé dostanou zdarma i do Jižních zahrad Pražského hradu, kde uvidí objekt zrcadlící své okolí od španělského studia SpY. Trasa je zakončena v galerii Kunsthalle Praha. Zde je k vidění výstava britského uskupení UVA, které je známé například díky spolupráci s hudební skupinou Massive Attack.

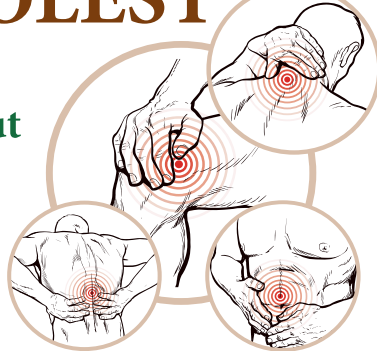
Slavnostní zahájení

Dvanáctý ročník odstartuje už dnes v 19 hodin slavnostním zahájením před Arcibiskupským palácem na Hradčanském náměstí. Je přístupné zdarma pro všechny, kteří chtějí vidět jako první videomapping Eternal Recurrence od digitálního tvůrce Filipa Hodase. Tento český a mezinárodně uznávaný umělec, jehož díla se stávají virálními, si mistrně pohrává s hranicí fikce a reality. Uměleckou projekci doprovodí hudba jednoho z nejúspěšnějších producentů a DJ v Česku Pavla Ridošky alias Rida. **MET**

BOŽÍ PANACEUM NA BOLEST

Uhasí bolesti svalů a kloubů za 7 minut

Seznamte se s fenomenálním analgetickým a protizánětlivým koncentrátem, který vás okamžitě zbaví bolesti, ztuhlosti kloubů, svalových kontraktur a všech nemocí – důvěřujte receptu nemocničních mnichů a brzy získáte sílu a mimořádnou energii do života.



Mast proti bolesti od mnichů:

- Ulevuje od únavné bolesti šíje, páteře, kolen, ramen - za pouhých 7 minut
- Zmírňuje degeneraci, RA (revmatoidní artritidu), artritidu, ischias, bolesti kořenů, kontraktury a svalovou ztuhlost
- Odstraňuje otoky, hematomy a záněty po pohmožděninách, výronech a úrazech
- Uvolňuje napětí v těle a prohřívá bolavé svaly a klouby
- Odstraňuje migrény, neuralgie, křečové žíly, otoky a pocit „těžkých“ nohou

Boží jiskra sv. Rocha + Starověký lék na bolest a artritidu

Uzdravená svědectví:

„Kvůli paralyzující bolesti v kolenou jsem sotva chodila, pohybovala jsem se o berlích. Tuto mast používám na nohy 3 dny a nyní mohu koleno ohýbat hladce a bez bolesti! Je to skutečný zázrak! Otok kotníku je také pryč, nohy neotékají, jsou lehčí - a zítra jdu na dlouhou procházku s vnoučaty.“

– Danička, 61 l.



Zázračná formule sv. Rocha odstraňuje intenzivní bolest jakéhokoli původu již po 1 použití!

Ulevíte si i od té nejvytrvalejší bolesti

Přírodní rostlinné extrakty a látky s nejsilnějšími analgetickými, protizánětlivými, antihemoragickými, antibakteriálními, antivirovými, relaxačními, anestetickými a regeneračními vlastnostmi, uzavřené ve formě koncentrátu pronikajícího přímo do hlubokých tkání pokožky - jsou absolutně nejvíce silná zbraň proti bolesti, artritidě, RA nebo neuralgii. Mast díky flavonoidům a esenciálním olejům hřeje a zneclitlivuje, snižuje svalové napětí, brzdí degenerativní procesy a rapidně zlepšuje pohyblivost již od první aplikace.

Ludvík Heczek - expert MedicReporters v oblasti traumatologie

Zázračná analgetická a protizánětlivá mast St. Roch pouze nyní k vyzvednutí za 0 Kč!

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 31.10.2024 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

POSPĚŠ SI!



Zavolejte: 555 441 914

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



KULTURA

Kouzla, co se vymkla



Martin Hofmann BONTONFILM

**Do českých kin míří
rodinná fantasy
Čaroděj Kajtek
v hlavní roli s Marti-
nem Hofmannem.**

Kdo z holek a kluků si někdy nepřál mít kouzelnou moc? Být neviditelný, udělat si legraci z neoblíbeného učitele nebo vyčarovat kufr plný peněz... To by bylo! Jenže dvanáctiletému Kajtekovi jeho superschopnosti nepřinášejí jen obdiv spolužáků, ale taky spoustu problémů. Vše se navíc zkomplikuje, když o něj

začnou soupeřit síly dobra a zla. Mladého čaroděje čeká napínavý souboj, ve kterém bude muset odolat nástrahám temného mága v podání démonického Martina Hofmanna i vlastnímu pokušení. Do českých kin přijde rodinná fantasy Čaroděj Kajtek 21. listopadu.

Fantasy podle knižní předlohy Janusze Korczaka natočila mladší sestra Agnieszky Holland, polská režisérka a scenáristka Magdalena Łazarkiewicz. „Čaroděj Kajtek je moudrá a hluboká pohádka, která zapadá do dnešního moderního vnímání světa. Nechce ho zjednodušovat, ale naopak – zabývá se jeho komplikovaností. Jedním z hlavních cílů je ukázat, že každý z nás má světlé i stinné stránky, a my se musíme naučit rozpoznat dobro od zla a nést zodpovědnost za naše činy,“ popisuje poselství příběhu. **MET**



PROFIMEDIA

Havelka slaví sedmdesát

Herec a zpěvák Ondřej Havelka, který se narodil 10. října 1954, je milovníkem jazzu, swingu a vůbec kultury z doby mezi světovými válkami. Dvě dekády působil v Originálním pražském synkopickém orchestru, než v roce 1995 založil kapelu Melody Makers. Hraje skladby od hollywoodských muzikálů až po vrcholná čísla swingových bigbandů. Nabízí také dokonalou stylizaci: od kostýmů a účesů až po dobové způsoby. Není proto divu, že Havelka skvěle ztvárnil i pána hlavního hrdiny filmové verze Saturnina. **ČTK**

Matěj Plšek:
Mám plán

Nyní třináctiletý hudebník Matěj Plšek vešel do povědomí širší veřejnosti v roce 2023, kdy skončil druhý ve finále soutěže Česko Slovensko má talent. Už v roce předtím vystupoval dvakrát s kapelou Mirai na koncertech v O2 areně, letos se stejnou kapelou jezdil na jejích letní festivaly Mirai Summer Fest. Nyní Plšek vydává své debutové album s názvem Mám plán. To pokrývá 20. října během koncertu se svou kapelou v klubu Roxy. Vstupenky na něj jsou v prodeji na GoOut.cz za 250 korun. **MET**



ARCHIV M. P.

Festival Art*VR se
zaměří na ženy

Zrod superhrdinky, první menstruace nebo rakovina prsu patří k tématům, na která se zaměří letošní ročník festivalu umění ve virtuální realitě Art*VR. Jeho druhý ročník ponese název Za skleněný strop a chce zkoumat postavení žen ve sféře virtuální reality.

Hlavní program se uskuteční od úterý do neděle 20. října v Centru současného umění DOX. Část bude pokračovat i po jeho skončení do 17. listopadu.

Na festivalu bude soutěžit 15 projektů o čtyři ceny, mezi které patří Velká cena poroty, Cena za nejlepší

design, Cena za nejlepší storytelling a Cena diváků. „Letos se nám přihlásilo mnoho zajímavých projektů – od těch, které pracují s formátem smíšené reality, až po komplexní instalace pro více lidí,“ uvedl ředitel festivalu Ondřej Moravec.

Jedním z projektů, který festival nabídne, bude Babička Lou vyprávějící o seniorece, jejíž život se chýlí ke konci. Aby mohla pokojně zemřít, potřebuje se vyrovnat s bolestnými vzpomínkami. Účastníci mohou léčivou silou dotyku pomoci babičce reflektovat její chyby z minulosti a odpuštění si. **ČTK**

INZERCE

KDY pondělí 14. 10. a úterý 15. 10. 2024 od 10 do 17 h.**KDE Národní dům na Vinohradech,**
(bývalý dům železničářů - 1. mezipatro), Náměstí Míru 820/9,
P-2 Vinohrady, metro stanice A**VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ
a obrazů 17. až 20. stol.****ZLATO:**zubní zlato i (nečistěné)
šperky mince a zlomkovéaž 1800 Kč
za gr**STŘÍBRO:**přibory, tabatěrky
a technické stříbro**HODINKY:**náramkové, kapesní
až do roku 1990**ŠPERKY:**granátové
a brilantové šperky

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

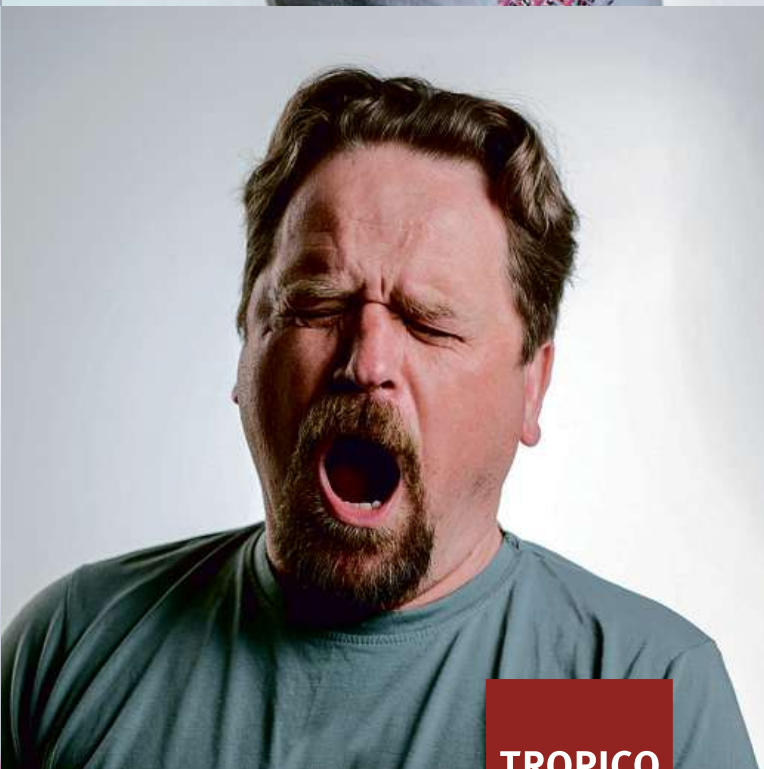
KRÁTCE

Reifová a Vacek
mají nový domov

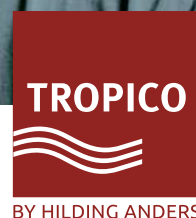
Za více než patnáct let objeli herci a moderátoři Majda Reifová a Petr Vacek republiku se svým představením pro děti. Od 19. října je mohou diváci pravidelně vidět ve Studiu Ypsilon.

Blues Alive

Osmadvacátý ročník mezinárodního hudebního festivalu Blues Alive startuje v Šumperku 14. listopadu. Během tří dnů na něm vystoupí přes 30 kapel a hudebníků. Hlavní hvězdou bude kytarista a zpěvák Devon Allman. Vystoupí také třeba Jana Koubová. **MET**



certifikované zdravotní



BY HILDING ANDERS

Matrace Tropico

Nakažlivě dobrý spánek

www.matracetropico.cz



Nakupujeme levně, ale s pochybnostmi



Herec Ondřej Vetchý podle fanoušků vypadá jako levnější verze hrdiny Wolverine s tváří Australana Hugh Jackmana. 3x REPRO FACEBOOK



Je líbo helmičku pro slepici? Na AliExpressu ji mají za pár korun.



Na portálu Wish nabízejí i kryty na dráčky domácích mazlíčků.



Leoš Mareš změnil image. Nově připomíná slavného fotbalistu.



David Beckham (vpravo) se odbařil nedávno. REPRO INSTA

MARKETPLACES

České e-shopy čím dál častěji volí kratší cestu k zákazníkům prostřednictvím marketplaces, a to nejen k těm v České republice, ale z celého světa. Amazon, Etsy, Emag či Kaufland, to vše jsou příklady velkých on-line tržišť.

- Na on-line tržištích se pohybují zhruba tři miliardy návštěvníků měsíčně, přičemž až 63 procent z nich tvrdí, že před konečným nákupem cenu zboží vždy nejprve zkontrolují na Amazonu, dlouhodobě nejnavštěvovanějším tržišti.

- „Vstup na marketplaces s sebou přináší rovněž zvýšené nároky na logistiku. Jakmile se totiž firma na zahraniční trh začne dařit, bude muset vyššímu objemu objednávek přizpůsobit také své skladové prostory, vybavení i procesy, což je velmi náročné nejen časově, ale také finančně,“ tvrdí Konstantin Margaretis, ředitel a spoluzakladatel softwarové společnosti Skladon. JAR

Více než polovina Čechů, kteří si nakoupili zboží na zahraničním on-line tržišti, následně nevěřila, že je doručené zboží pravé.

Pokud patříte mezi starší ročníky, možná neznáte v posledních letech hojně používaný přívlastek „z Wishe“. Ten se hojně používá například na sociálních sítích a znamená nepřilíživě kvalitní napodobeninu něčeho již existujícího. V poslední době jej internetoví diskutéři použili například v souvislosti se známým tuzemským moderátorem Leošem Marešem, který díky své nové image – zesvětlení vlasů na blond – podle některých komentujících vypadá trochu jako napodobenina anglického fotbalisty a byznysmena Davida Beckhama. Mareš je tedy podle nich Beckham z Wishe.

Průpovědka, která platí

Fráze vznikla díky mobilní aplikaci Wish – jedné z nejstarších mobilních apli-

kací elektronického obchodování na světě. Ta se vyznačuje tím, že podobně jako její konkurenční sourozenci Shein, AliExpress, Trendyol, Temu a mnoho dalších nabízí zboží za neuvěřitelně nízké ceny. Poté co zboží dorazí, se však podle uživatelů na sociálních sítích jak vzhledem, tak kvalitou výrazně liší od toho, jak produkt vypadal předtím na internetu.

Oklamání jako standard

Češi nemají dobré zkušenosti s nákupem levného asijského zboží z obřích on-line tržišť ani podle aktuálního průzkumu společnosti Shoptet. Přestože za poslední půlrok nakoupilo na on-line zahraničních tržištích, takzvaných marketplaces, zhruba padesát dva procent našich, většina z nich se potýkala s problémy. Konkrétně šedesát procent zákazníků mělo pochybnosti o pravosti zakoupeného zboží. Jen část z nich se však snažila zboží reklamovat.

„Široký výběr zboží totiž nabízí často útočiště nekvalitním prodejcům. Ti se snaží vydělat na padělaných výrobcích populárních značek, případně jde o zboží pochybné

kvality. Takové zboží se tváří jako originál, zároveň je však cenově výhodnější, a to až podezřele. Cena bývá například nastavena tak, že nemá konkurenci. Nezkoušení zákazníci tak mohou podlehnout dojmům, že nakupují originál za výhodnou cenu, ale opak je přitom pravdou,“ upozorňuje ředitel firmy, jež poskytuje technické řešení e-shopů, Samuel Huba.

Parfém, mikina i sluchátka

Z průzkumu dále vyplývá, že mezi nejčastější padělky patří elektronika, kosmetika a také oblečení a módní doplňky. Zorientovat se v nabídce přitom není mnohdy jednoduché, z průzkumu vyplývá, že zákazníci upozorňují, že popisky zboží neodpovídají tomu, co jim pak přišlo v zásilce domů. Pokud byl neoriginální nebo nekvalitní výrobek odhalen, jen třicet osm procent dotázaných se pustilo do reklamace. Úspěch s ní následně mělo jen asi šedesát procent z nich. Ti, jimž se reklamovat zboží nepovedlo, si nejčastěji stěžují na problémovou komunikaci s obchodníkem.

„Tím špatné zkušenosti většiny nespokojených zákazní-

ků nekončí. Následují totiž problémy s náklady na zaslání zásilků, které obchody nechťejí propalacet, přestože si za zaslání zboží poplatek účtovaly. Komplikované jsou případy neoriginální nebo poškozené kosmetiky. Tam pak prodejci odmítají reklamaci uznat, přestože parfém voní jinak, a podobně,“ vyjmenovává špatné zkušenosti Huba.

Poslouží stejně jako originál?

Přestože se podle průzkumu drtivá většina dotázaných shoduje, že kupovat padělané výrobky je špatné, zhruba deset procent uvádí, že pokud jim dané zboží poslouží stejně jako originál, ale vyjde na zlomek ceny, jsou k takovým produktům tolerantní.

Zajímavý pohled nabízí též třináct procent zákazníků, kteří tvrdí, že při pořizování oblečení si uvědomují, že velké módní značky bývají výrazně dražší, proto raději podpoří české či lokální výrobce.

„Nemalá část společnosti přemýšlí nad tím, za co a kde utrácí své peníze. Nejde jen o kvalitu, ale také o fakt, že raději nakoupí u lokálních obchodníků a podpoří tím místní ekonomiku,“ uzavírá Huba. FILIP JAROŠEVSKÝ

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

Pronájmy - poptávka

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

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. T: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

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

Vyplátím Vaše dluhy!

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

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

Auto-moto - poptávka

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

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

Práce - nabídka

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

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

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

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

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

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce sociální pracovník/sociální pracovníce OSPOD. Blíže informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa Sociální pracovník/sociální pracovníce SPOD | Praha 6. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 15.10.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Mgr. Dagmar Šobířková, vedoucí oddělení péče o děti a rodinu Telefon: 220 189 611

Přijmeme zaměstnance na pozici

RECEPCE A OSTRAHA

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

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

Přijmeme uklízeč/ky vnitřních prostor,

pouze osoby částečně či plně invalidní na HPP, 10 hodin týdně, samostatnost, spolehlivost, pečlivost, úklid kancelář a sociálního zařízení ap.

Pracoviště Praha 7 a Praha 10.
monika.spilkova@autovars.cz
602 625 905

STAŇTE SE DÁRCEM KREVŇÍ PLAZMY

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

- Pomůžete zachránit lidské životy
 - Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu
 - Občerstvení zdarma a zajímavé dárky
- METRO HRADČANSKÁ**
* dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.

unica plasma | www.unicaplasma.cz
Tel.: 733 474 770

Přijmeme paní na úklid v domácnosti RD

částečně či plně invalidní na zkrácený úvazek 12 hod týdně, běžný úklid domácnosti, samostatnost, spolehlivost.

Práce na HPP Praha 9.
monika.spilkova@autovars.cz
602 625 905

• ZŠ a MŠ Dr. Edvarda Beneše v Praze 9 – Čakovice přijme vychovatelku do školní družiny. Pracovní úvazek 14.hodin přímé práce týdně. Nástup ihned. Životopisy prosím zašlejte na emailovou adresu alena.krzyzankova@gmail.com Tel: 731 521 809

• Hledáme spolehlivé pracovníky na pozici pom. kuchaře/ky - nástup možný ihned, Praha 9 - Gymnázium. Kontakt: anna.rihova@gymlit.cz, tel.: 286028320.

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

• SOŠ CL, Praha – Ruzyně přijme učitele odborného výcviku oboru Mechanik elektrotechnik/Avionik. Nástup ihned (dle dohody). Požadujeme min. ÚŠO v oboru elektromechanik/elektrotechnik. Kontakt: info@skolacivilinohotelectvi.cz

• Základní škola Vodičkova, Vodičkova 22, Praha 1 přijme nejpozději k 1.12.2024 učitele/učitelku aprobace děje-pis-zemepis. V tomto š. r. částečný úvazek 12 hodin týdně (7. a 8. ročník). Perspektiva pracovního poměru na dobu neurčitou od příštího školního roku. Tel.: 222231648, e-mail: d.zelena@zsvodickova.cz nebo info@zsvodickova.cz

• ZŠ Praha 10, Veronské náměstí 20/391 přijme učitele/ku Ma a Fy na 2. stupni jako zástup za PN (od poloviny listopadu na 2-3 měsíce). Životopisy zašlejte na zsvn@zsvn.cz nebo volejte na 274864235.

PRÁCE

v klidném a čistém prostředí

SLUŽBA NA VRÁTNICI

Zaměstnaní na HPP zejména pro invalidní důchodce a osoby se zdravotním znevýhodněním. Vaše zdravotní omezení u nás není překážkou!

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

náborový 15 000 Kč příspěvek



HLEDÁME popeláře, metaře/ky, řidiče sk.B, manipulační dělníky s obsluhou PC

VAŠE BENEFITY:

5 TÝDŇŮ DOVOLENÉ,

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

KONTAKTUJTE NÁS NA:

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

705 809 151
705 809 183
PSAS.JOBS.CZ



Přijmeme recepční, pouze osoby částečně či plně invalidní

na HPP 10-15 hodin týdně, samostatnost, spolehlivost, pečlivost, chod recepce, práce na PC ap.

Pracoviště Praha 7.
monika.spilkova@autovars.cz
602 625 905

Bezpečnostní agentura přijme:

zaměstnance včetně OZP

pro ostrahu objektů v Praze bez možnosti ubytování

Požadujeme: trestní bezúhonnost

Nabízíme: dobré mzdové podmínky

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

Přijmeme automechanika, nejlépe s praxí

Pracoviště Praha 7, servis osob. vozů, výučení v oboru, ŘP B, samostatnost, spolehlivost.

monika.spilkova@autovars.cz
602 625 905

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

• Základní škola Vodičkova 22, Praha 1 hledá učitele/učitelku do 4. ročníku- zástup na cca 2 měsíce. Tel. 222231648, e-mail:info@zsvodickova.cz

NECHCETE ČEKAT NA VÝPLATU? POJĎTE S NÁMI NA

BRIGÁDU

A MY VÁM VYPLATÍME

ZÁLOHU

HNED DRUHÝ DEN

165 - 214,50 Kč/HOD

PRÁCE V SUPERMARKETECH
ONLINE REZERVACE SMĚN

Kontakty:
222 534 534
brigada@creditczech.cz
www.creditczech.cz

Přijmeme osoby uklízeč/ky venkovních prostor

částečně či plně invalidní na HPP 10 hodin týdně, samostatnost, spolehlivost, zametání, úklid sněhu, listí ap.

Pracoviště Praha 7 a Praha 10.
monika.spilkova@autovars.cz
602 625 905

• ZŠ a MŠ Dr. Edvarda Beneše v Praze 9 – Čakovice přijme učitel/ka Anglického jazyka pro 2. stupeň ZŠ. Pracovní úvazek 15.hodin týdně, úterý až pátek. Nástup ihned. Nabízíme moderně vybavenou školu, příjemný kolektiv, potřebnou podporu a další benefity. Životopisy prosím zašlejte na emailovou adresu zscakovice@zscakovice.cz Tel: 734 588 863

Státní podnik CENDIS

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

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

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

Pracovník na mytí vozů s ŘP sk. B,

pouze osoby částečně či plně invalidní na HPP, Autoservis Praha 7, ruční a strojové mytí vozidel. Nutný ŘP sk.B, samostatnost, spolehlivost, pečlivost. Částečný úvazek 10 hod/týdně

monika.spilkova@autovars.cz
602 625 905

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce Sekretář/ka – projektový pracovník/projektová pracovníce. Blíže informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa Sekretář/ka – projektový pracovník/projektová pracovníce (praha6.cz). Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 21.10.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Ing. Marie Kubíková, vedoucí Odboru školství Telefon: 220 189 550

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

• Levná oprava ISSO žaluzií na plastová okna. Výměna: silonového vedení, řetízového ovládání (přetržený řetězek). Cena za 1 křídlo 180 Kč. T. 774518402

Starožitnosti

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

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

VYKOUPIME KNIHY

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

Bibliofilie a cenné knihy oceníme každou zvlášť.

Telefon:

773 735 939

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) zaPlatíme odvezeme

Celá ČR

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

KNIHY!

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

T. 603 478 873

PLAY

Ach, ta Bogotá

Bogotá je hlavním městem Kolumbie a jde zároveň o osmimilionovou metropoli, takže jako v každém latinskoamerickém městě je potřeba se zde chovat obezřetně. Historické centrum La Candelaria je přes den plné turistů, ale je pravda, že v noci už jsou ulice spíš prázdné a chodit pěšky se tu nedoporučuje, je lepší si vzít taxi. Já sama jsem se ubytovala v ulici Calle 18 a večer vyrazila s kamarády na pivo do vedlejší ulice Calle 19. Trošku se nám ten večer protáhl a najednou byly dvě hodiny ráno. Nacházela jsem se asi 200 metrů vzdušnou čarou od svého

Byla to asi jedna z nejdelších nočních cest v mém životě.

hotelu a vzhledem k pozdní hodině jsem si chtěla vzít taxi, přece jen v těchto hodinách bych neměla po ulici chodit sama. Moji kolumbijské kamarádi mi slíbili, že to společně zvládneme a že mě doprovodí až do hotelu. Jejich nabídky jsem využila, i když mi v uších zněl hlas recepčního, který mě varoval, abych se tu po 22. hodině bez taxi nepohybovala. Nicméně ve více lidech se to lépe táhne, proto jsme společně vyrazili směr můj hotel. Musím říct, že to byla asi jedna z nejdelších nočních cest v mém životě. Procházeli jsme ulicí, na které se válelo dost lidí, a neměli jsme tušení, jestli se jedná jen o bezdomovce, nebo o zdrogované jedince. Když se jeden z nich začal zvedat, už jsem si představovala to nejhorší. Posledních pár metrů k hotelu už jsem skoro běžela. I s kamarády jsme tam vběhli a oni sami uznali, že jsme si měli vzít ten taxík. Vždy dodržujte latinskoamerická opatření a zbytečně neriskujte, nevyplatí se to!

TROTAMUNDOS
VĚČNÁ CESTOVATELKA A OBDIVOVATELKA ZAJÍMAVÝCH KULTUR



@mojemetro



Do **Hlídače** na metro.cz přišel mimořádný metrotag. „Dobrý den, náš osmiletý **Alex** denně čte Metro. Moc rád by tam viděl též svůj obrázek, posílám jeho aktuálně nejoblíbenější inspiraci: maršála, generála a císaře Napoleona Bonaparte,“ píše Alexova maminka. Děkujeme a těšíme se na Alexovy další kousky!

#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!

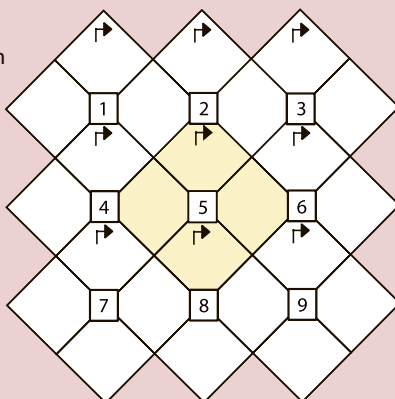
2	9	7	4	8	1	5	3	6
6	5	8	9	7	3	4	2	1
4	1	3	6	5	2	8	9	7
9	4	1	3	2	6	7	8	5
3	6	5	7	4	8	2	1	9
8	7	2	1	9	5	3	6	4
1	8	6	5	3	7	9	4	2
7	2	9	8	1	4	6	5	3
5	3	4	2	6	9	1	7	8
6	2	5	7	9	3	8	1	4
9	3	8	4	6	1	2	7	5
4	1	7	8	2	5	3	6	9
2	5	9	6	7	4	1	8	3
1	8	4	9	3	2	6	5	7
3	7	6	5	1	8	4	9	2
7	4	2	1	8	6	7	2	8
5	9	1	3	4	6	7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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: VÍTR

LUŠTĚNKA

Slova vpisujte okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

- listnatý strom
- noční pták
- roční období
- přechod přes řeku
- tajenka
- rakům vlastní
- zasklené otvory
- nápor
- pes (hanl.)



Z METRA

Politika



BUTCH



SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
17/21 °C	11/15 °C	11/15 °C	12/16 °C

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

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

FOTO: 2x AP

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
20.10 Černá voda (5/6) Krimiseriál (Švéd., 2023). Hrají: R. Lassgard, P. Augustová 21.10 Toulky Českem budoucnosti IV Softwarový průmysl 21.35 Máte slovo s M. Jílkovou Tváří v tvář problému 22.35 Na stopě Zločin nelze vymýtit. S vaší pomocí se mu však můžeme bránit 23.00 Komisař Montalbano Krimiseriál (It., 2020) 01.00 AZ-kvíz	20.00 Julius Caesar: Jak se rodí diktátor (2/3) Vení, víd, víci. Trilogie BBC 21.05 Praha ožralá (6/8) Hospody sídlíšní 21.35 Nejkrásnější treky Evropy (6/11) Itálie 22.05 Zase zpátky Dokument J. Fišera 22.35 Nebe Dokument novináře T. Etzlera 23.50 Velká vlaková loupež Krimifilm (VB, 1978)	20.20 Jedna rodina (92) Narozeniny. Komedialní seriál (ČR, 2024). Hrají: F. Blažek, B. Kohoutová, Z. Vejvodová, T. Jeřábek 21.45 Comeback Krev, pop a slzy. Sitcom (ČR, 2009). Hrají: T. Matonoha, M. Dejdar, K. Leichtová, D. Batulková 22.20 Comeback Boží mlýny 22.55 Na vaší straně Nejste na to sami 23.40 Mentalista II (18, 19)	20.15 Zoo (222) Změna je život. Rodinný seriál (ČR, 2024). Hrají: M. Pecháčková, Š. Bilina, J. Švandová, S. Laurinová 21.45 Inkognito V zábavné show Inkognito se čtveřice osobností snaží uhodnout profesi jednotlivých hostů nebo jejich identitu 22.50 Honeymoon – líbáňky k nepřežití 23.40 Ano, šéfe! 00.50 Policie v akci Čtyři případy, čtyři lidské osudy	19.00 Party ride 21.00 Top 4 Kitkat Óčko chart První čtyři místa v hitparádě diváků Óčka 21.15 Hot hity Žhavé klipy 22.00 Naked Attraction Iberia Premiérové díly španělské nahé seznamky! 22.30 Virtuální svět TV Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova 0.00 Óčko flirt

Nabušené skvosty v Letňanech

Veletrh Prague Car Festival odhalí v Praze od 26. do 27. října dva unikátní sportáky.

Český tým Bretton Racing přiveze na veletrh jeden ze svých dvou vozů třídy LMP3 Ligier JS P320 – Nissan, aktuálně startujících v evropském šampionátu Michelin Le Mans Cup. Osobní účast přislíbil také člen tohoto týmu a automobilový závodník Dan Skočdopole.

Ligier JS P320, představený během 24 hodin Le Mans v roce 2019, od svého uvedení na trh v roce 2020 vyhrál téměř všechny tituly LMP3 a jen loni zvítězil v sedmi světových šampionátech. Základem vozu je karbonový monokok a s celkovou délkou 4605 mm, šířkou 1900 mm a rozvorem 2860 mm dosahuje celkové hmotnosti 950 kg. Srdcem tohoto závodního draka je osmiválcový vidlicový motor Nissan VK56 o objemu 5,6 litru s výkonem



Ligier JS P320 bude vystaven v hale 2 v rámci expozice Racing Expo.



Hellenor čekejte v sobotu od 11 hodin v hale 6.

460 koní. Zmíněný výkon motoru je na závodní trať přenesen přes šestistupňovou sekvenční převodovku Xtrac 1152 s poloautomatickým ovládáním převodových stupňů pádly pod volantem. Vůz, který dosáhne rychlosti až 290 km/h, bude vystaven v hale 2 v rámci expozice Racing Expo.

Brutální mustang

Kousek vedle v hale 6 bude zase v sobotu 26. října v 11 hodin v expozici Spies Hecker Classic Expo odhalena další technologická lahůdka.

Ford Mustang z roku 1967 v úpravě Hellenor. Z původního tvaru karoserie ikonického modelu 60. let však zůstal pouze střední panel střechy. Vše ostatní už je práce šikovných rukou milovníků amerik z pražské firmy Mean Machine Garage. Má extra vyztužené šasi se stavitelným podvozkem, sedmilitrový motor od Nelson Racing Engines. Brutální výkon 1700 koní je přepínaný dvěma turbodmychadly a spolupracuje se čtyřstupňovým automatem Gearstar 4L85E. **HOP**

Busík má slušný dojezd! A bude líp

Na začátku roku jsme vyrazili na lyžovačku elektrickým busíkem od Volkswagenu. Video tehdy pobavilo dost lidí, udělali jsme totiž z elektrického nástupce hipisáckého modelu od VW pártybusíka. Podívejte se na video, stačí najet mobilem na QR ve fotkách, vyfotit ho a otevře se vám náš instagramový profil @mojemetro, kde je podobných skopičín plno. Nedávno jsme kvalitu modelu ID. Buzz vyzkoušeli opět, tentokrát jsme mu naložili na jízdu po městě. Díky 82kWh akumulátoru (využitelných je 77 kWh) má dojezd na jedno nabití reálně kolem 330 kilometrů, což se potvrdilo. Potěšilo nás rychlé nabíjení. V budoucnu má na testy dorazit do Česka prodloužená verze a také s větší baterií, samozřejmě budeme u toho. Model startuje na částce 1,2 milionu. Může se to zdát hodně, ale koukněte na fotky – znáte podobnou styllovku? **HOP**



Nový tým na mapě NHL slavil vítěznou premiéru

Nováček z Utahu získá identitu až příští sezonu.

Kdo nesleduje NHL pravidelně, mohl se nejspíš při pohledu na výsledkovou listinu divit. V prvním kole nového ročníku totiž Chicago Blackhawks prohrálo na hřišti Utah Hockey Clubu 2:5. Zatímco první jmenovaný klub zná asi každý fanoušek hokeje, Utah je na mapě NHL nováčkem.

Tým sídlí v Salt Lake City a hraje Západní konferenci. Letos na jaře schválila Rada guvernérů NHL založení franšízy, kterou vlastní podnikatel Jazz Ryan Smith. Tým ale rozhodně nezačíná od nuly. Utah totiž získal hokejová aktiva klubu Arizona Coyotes, který zároveň pozastavil hokejové aktivity. Nováček odehraje svou zahajovací sezonu



Sean Durzi, Mikhail Sergachev a Nick Schmaltz slaví gól svého týmu Utah Hockey Club. AP

s dočasným názvem Utah Hockey Club, zatímco plná identita bude vytvořena pro sezonu příští. Přesto už je v Salt Lake City o tým obrovský zájem. V hlavním městě

státu Utah dorazilo osmačtyřicet hodin před uvedením permanentek do prodeje hned 34 tisíc objednávek.

Klub má také českou stopu. Na jeho soupisce totiž fi-

guruje i brankář Karel Vejmelka.

Na Utah bude letos upřena velká pozornost. Příběh nováčka je lákadlem. Boom kolem týmu ještě více nakopla i zmiňovaná prémiová výhra.

Prvním střelcem Utahu v soutěži byl Dylan Guenther, který překonal v bráně Chicaga Petra Mrázka v páté minutě střelou zpoza pravého kruhu. Kapitán týmu Clayton Keller zvýšil z dorážky do odkryté branky a v polovině zápasu Barrett Hayton upravil skóre na 3:0 tečí. Chicago zápas zdramatizovalo, prosadili se Teuvo Teräsväin a Nick Foligno. Domáci si pojistili výhru až dvěma góly v poslední minutě. Při hře hostů bez gólmana skóroval opět Guenther a Mrázek poté ještě kapituloval po teči Lawsona Crouseho. Na český brankářský souboj nedošlo, Karel Vejmelka plnil roli náhradníka. **MAH a ČTK**

PERSONÁLNÍ NOVINKY



Marek Zádina končí jako trenér hokejistů Pardubic. Na funkci rezignoval.



Jürgen Klopp se od ledna stane šéfem fotbalových aktivit koncernu Red Bull.



Americký hokejista Peter Mueller se vrací do Komety Brno. AP, ČTK a HC-KOMETA

KRÁTCE

Becker bude chybět šest týdnů

Liverpool se podle anglických médií bude muset obejít bez zraněného brankáře Alissona Beckera až na šest týdnů. Šance na větší vytyžení by se tím mohla otevřít pro českého gólmana Vítězslava Jaroše, který si při sobotní indispozici týmové jedničky odbyl debut v anglické fotbalové lize.

Nový název

Atlético Madrid oznámilo, že se dohodlo na příštích devět let se státní leteckou společností Saúdské Arábie na sponzorské smlouvě na název svého stadionu Metropolitano. Až do roku 2033 tak budou hrát fotbalisté elitního španělského klubu, jenž se 26. listopadu představí v Lize mistrů na hřišti pražské Sparty, na Riyadh Air Metropolitano.

Hubená výhra před školáky

Hokejisté Frýdku-Místku porazili v dopoledním utkání první ligy doma Sokolov 1:0 po samostatných nájezdech. Zápas věnovaný školákům navštívilo v hale Polárka 1958 diváků. Sokolov se i přes porážku posunul do čela tabulky o skóre před Vsetín, který v úterý doma zdolal Chomutov 4:2.

Odmítl lukrativní smlouvu

Ruský hokejový brankář Igor Šestřokin podle televizní stanice NHL Network odmítl nabídku New York Rangers, na jejímž základě se mohl stát nejlépe placeným gólmanem v historii NHL. Rangers údajně předložili hráči osmiletou smlouvu s celkovým platem 88 milionů dolarů. **ČTK**

Nejlevnější vstupenky začínají na 200 korunách

Začal prodej vstupenek na biatlonový Světový pohár v Novém Městě na Moravě, který se uskuteční od 6. do 9. března 2025. Zatím jsou vstupenky přednostně dostupné pro fanoušky, kteří ve Vysočině Areně navštívili některý z předchozích závodů Světového poháru nebo letošní mistrovství světa. Předprodej pro širokou veřejnost začne 18. října.

V Novém Městě se pojede ve čtvrtek 6. března sprint mužů, o den později bude následovat sprint žen. Sobota

bude věnovaná stíhacím závodům obou kategorií a v neděli budou na programu štafety mužů a žen.

Nejlevnější vstupenky na jeden závod začínají na 200 korunách, jsou na tribuny u trati. Na hlavní tribuny na stadionu lze lístky pořídit za 600 a 750 korun na jeden ze závodů ve všední den, případně za 1100 korun na víkendové závody, u nichž pořadatelé očekávají největší zájem fanoušků. K dispozici jsou také balíčky na celý víkend, které stojí od 500 do

2700 korun, nebo permanentka na všech šest závodů. Ta v běžném vstupném vyjde na 800 až 4000 korun. Před všemi tribunami budou velkoplošné obrazovky, aby diváci měli bez ohledu na svoji pozici přehled o dění v závodě.

Nejnáročnější fanoušci si mohou pořídit VIP vstupenky, které jim vedle exkluzivních pozic na tribuně A na stadionu zajistí také přístup do vytápěného VIP stanu s cateringem a volným výběrem alkoholických i nealkoholických nápojů. **ČTK**

ČÍSLO DNE

10

Město Hradec Králové má až deset zájemců o vstup do fotbalového klubu FC Hradec Králové. Většina je ze zahraničí nebo zastupují zahraniční subjekty. Nyní město se zájemci povede rozhovory. Malšovický stadion, který město loni nákladem 800 milionů korun dokončilo, by měl nadále provozovat klub. Přesný počet zájemců o klub vzhledem k běžícímu procesu výběru veřejný není. **ČTK**

iDNES.cz

MEGAHRA O ZLATO

**Vyhrajte
1 000 000 Kč
ve zlatě**

