

LAMAX

metro®

PÁTEK 10. LISTOPADU 2023 Č. 210 • WWW.METRO.CZ

Black Friday na MAX s audiem od LAMAX.



 smarty.cz

Více se dozvíš
na **smarty.cz**

Auto-moto - poptávka

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

Práce - nabídka

• Bezpečnostní agentura MALGEN přijme muže i ženy na volné pozice v Praze. Nástup ihned na DPP i HPP. Mzda 140-220 Kč/h. Volejte zdarma 800991100

• Hledáme paní na pomoc v domácnosti pro českou rodinu, věk od 50 let. Německá část Švýcarska, kontakt: ansimek@gmail.com, další informace po telefonu.

• Přijmeme strážné na pozici na Praze 1, 4, 8 a 9. Pochůzková činnost, práce s PC na DPP, čistý RT, zálohy možné. Tel: 777077611, volat 8-17h.

• Puncovní úřad v Praze hledá nové kolegyně a kolegy na pozici průběr - tradiční fyzicky nenáročná práce v oblasti zkoušení drahých kovů. Jistota státní správy a pracoviště v centru Prahy. Požadavky: maturitní zkouška a manuální zručnost při práci s drobnými předměty. Tel. 606650414, 776090030

• Brigáda pro každého - NOČNÍ VYBALOVÁNÍ zboží za 181,50 - 187 Kč/hod. Směny dle Vašich možností, zálohy, prodejny v Praze a okolí. Tel: 222534534

• Nabízíme 165-170 Kč/hod za denní doplňování v zboží. Práce v týdnu nebo o víkend, zálohy, směny dle možností - ONLINE REZERVACE. Tel: 222534534

HLEDÁME
bezpečnostního pracovníka, vrátného.
Až 150 Kč/hodina.
Možnost ubytování a příspěvku.
Pro více informací volejte: 608 730 845.

SPŠS, škola hl. m. Prahy, Betlémská 4/287, Praha 1, hledá:

• **KUCHAŘE/KY**
• **POMOCNOU SÍLU DO KUCHYNĚ**

CV pošlete na adresu: jana.kohoutova@betlemska.cz

POJĎ PRACOVAT DO PRAŽSKÝCH SLUŽEB!



MÁME POBOČKY PO CELÉ PRAZE

KOHO HLEDÁME

ŘIDIČ SK. B • ŘIDIČ SK. C • ZNAČKAŘ
• MANIPULAČNÍ DÉLNÍK práce na PC
• POPELÁŘ • METAŘ

PRAŽSKÉ SLUŽBY, a.s. Pod Šancemi 444/1, Praha 9, Tel.: 704 657 974, 705 809 151 www.psas.cz

• Přivýdělek na víkend 185,90 - 213,60 Kč/hod - POKLADNÍ i bez praxe - zaškolení, směny si volíte sami-ONLINE REZERVACE, Praha a okolí. Tel.: 222534534

• Brigáda na víkendy-Pultový prodej lahůdek/dopek pečiva - 194,26-210 Kč/hod, zálohy denně, zaškolení, nástup ihned. Tel.: 222534534, www.creditczec.cz

• Přijmeme zručného údržbáře s čistým rejstříkem a řidičským průkazem sk. B pro Ošetřovatelský domov Praha 3. Zájemci volejte: 770171528.

• Přijmeme ihned pracovníky do skladů v Praze. Velký výběr pozic. Možnost brigádně či dlouhodobě. Zálohy týdně + ubytování. Hartigova 208 (Konecova), zvonek náboje, každé Po, St či Čt 10-14h. Tel: 776001640

• Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola a Gymnázium Praha 1 Alšovo nábřeží 6 přijme kvalifikovaného učitele Českého jazyka. Pracovní smlouva, nástup dle dohody. CV zasílejte na pohlova@szspraha1.cz

• ZŠ a MŠ J. Seiferta, Praha 3 hledá na HPP od 1. 3. 2024 HOSPODÁŘE/KU dotazy a životopis zasílejte na e-mail: info@skolaseiferta.cz

Čerpací stanice TOME GAS
Plzeňská ul., Praha 5
Přijme obsluhu na HPP

Mzda
30.000 - 35.000 Kč/měs.
Tel.: 727 871 595

SPŠS, škola hl. m. Prahy, Betlémská 4/287, Praha 1, hledá:

• **OBRÁBĚČE KOVŮ (M/Ž)**
• **TRUHLÁŘE (M/Ž)**
s praxí, pro výuku ve školních dílnách.

CV pošlete na adresu: reditel@betlemska.cz

• Soukromé zdravotnické zařízení na Praze 1 hledá všeobecnou nebo dětskou sestru na výpomoc. A recepční na několik půldnů nebo dnů v týdnu. Víta-né jsou i důchodkyně. Hezké pracovní prostředí a příjemný kolektiv. Volejte: 607652579.

• Přijmu ženu na úklid malé prodejny knih v OC BOŘISLAVKA P6 (možno i důchodkyně). Prac. doba 7:00 - 8:45 hod., po, st, pá. (neděle 2x měsíčně), 250 Kč čistého za jeden úklid. Na DPP nebo živ. list. Tel.: 603421247

Starožitnosti

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

**Bibliofilie
a cenné
knihy
oceníme
každou
zvlášť.**

**Telefon:
773 735 939**

• Sběratel koupí staré vzduchovky, vzduchové pistole, vojenské a hasičské odznaky. Tel.: 602343563, email: alesla@centrum.cz

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

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

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u Nás až po tel. domluvě.
Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelaskykabinet@post.cz

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, šperky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy,. Děkují Dyn. Tel. 702401621

• KOUPIM starý a starožitný nábytek a nábytek z chrom. trubek, hodiny, obrazy atd., vlastní odvoz. Tel.: 777126007, stary.nabytek@seznam.cz

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

Pronájmy - poptávka

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. Potřebujeme: dlouhodobě, dobré MHD, nábytek nerozhoduje, ale dobrý stav ano. RK nevolat. Tel. 605845088

Ostatní

• Pomozte mi zachránit nevinná chlupatá ušatá zvířata. Králíkovo tajemství 132. NKP

• Koupím výroční bankovky 1000 Kč s přitiskem ČNB. Rychlé jednání, tel.: 602380190.

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

• Pro svého klienta hledám ke koupi malometrážní byt v Praze. Bez provize, platba vlastními zdroji. Tel.: 60733779

Nemovitosti - poptávka

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

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

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



Nemovitosti - nabídka

Se spolumajiteli není řeč?



774 301 409

Vykoupíme váš podíl za víc, než myslíte. Nepotřebujete souhlas spolumajitelů.
skayocapital.cz

Seznámení

JURIS REAL

**Nabízíme
přímý výkup
nemovitostí.**

Vyřešíme právní vady, dluhy a exekuce. V případě zprostředkování prodeje nabízíme možnost okamžité výplaty zálohy.

800 22 33 88
prodejtojinak.cz

• Ještě jste nenašla toho pravého? Rádi vám pomůžeme najít partnera v Bavorsku. www.vdejsedobavorska.cz nebo 702891012

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990. T. 734843403

Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme
(pro více než 300 ks)
zaplatíme odvezeme

Celá ČR

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

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



metro

**MOJE MĚSTO
MOJE METRO**

Hledáte práci?

Jste v **invalidním důchodu** nebo **osoba zdravotně znevýhodněná?**

U nás jste na tom správném místě.

Služba v Praze na vrátnici v klidném a čistém prostředí.

preventa
service

Volejte zdarma 800 108 111 • Nebo pište na borpraha@preventa.cz

metro

PROFIMEDIA

TÝDENÍK
5+2
UVNITŘ



Raketový padel. Poblázní i Čechy?

Boom sportu, který je jakousi kombinací tenisu a squashe, Česko zatím **jen dohání**. Rostou ale kurty, do klubů se hlásí více členů. **Jak se padel hraje?** Vyzkoušeli jsme ho. **STRANA 22**

INZERCE



„Rusko probudilo spící konflikty“

Evropa by měla být na pozoru. Rusku nejde pouze o Ukrajinu. Tou jen začalo rozkolísání mezinárodního řádu, říká Pavel.

Ruská agrese na Ukrajině je jen začátkem závažnějšího problému. Podle prezidenta Petra Pavla se probouzejí zamrzlé konflikty. Hlava státu to řekla v projevu na konferenci Diplomacie a bezpečnost v Černínském paláci. Pavel považuje také za zásadní pokračovat v podpoře Ukrajiny ve všech oblastech. Případný úspěch Ruska by byl naším společným neúspěchem, uvedl. „Existující konflikty se stále prohlubují a přibývají i nové,“ řekl Pavel. K obavám podle něj vedou rostoucí sebe-

vědomí a asertivita revizionistických mocností i teroristických organizací, polarizace uvnitř společností, překotný technologický rozvoj, dezinformační vlny, křehkost mezinárodního, hospodářského i právního modelu nebo obavy z dopadů přicházející klimatické krize.

Rusko podle prezidenta není ani zdaleka na Ukrajině poraženo. Je podle něj potřeba pokračovat v podpoře napadené země ve všech oblastech. Je to klíčové pro Evropu i pro mír a stabilitu v celém světě, míní. Za nutné považuje zabránit tomu, aby se ruská imperiální politika stala zdrojem inspirace pro možné následovatele. „Nejde totiž jen o Ukrajinu. Rozkolísání mezinárodního řádu je patrné téměř všude. Probouzejí se zamrzlé konflikty například na Kavkaze, stále větší znepokojení způsobuje vlna vojenských převratů v afri-

kých zemích. Výbušný potenciál současné krize na Blízkém východě, kterou vyvolal barbarický útok Hamásu na Izrael, je pak zřejmý nadevše,“ řekl prezident. Jedním z nástrojů pro zajištění bezpečnosti musí podle Pavla zůstat diplomacie.

Rekl, že vždycky musí předcházet vojenskému řešení. Také považuje za důležité posilovat takové vazby, které snižují závislost na nespolehlivých partnerech a pomohou k návratu na technologickou špičku. „Přispíváme k tomu, aby se konflikt nerozšířil, a pomáháme hledat řešení vedoucí k mírovému soužití,“ řekl Pavel. Česká diplomacie musí být podle něj aktivní i v zemích globálního Jihu, které jsou v mnoha ohledech zranitelné. Jejich nestabilita či příklon ke globálním autoritářským aktérům představují reálnou bezpečnostní hrozbu, míní. **ČTK**



Pivo

Pivovarem roku 2023 je podle Sdružení přátel piva Rodinný pivovar Bernard v Humpolci. Minipivovarem roku se stal Pivovar Rampušák z Dobrušky, sládkem roku organizátoři vyhlásili Petra Petružálka ze stejnojmenného pivovaru. Padla další pivovarnická ocenění. Například pivovar BadFlash dostal cenu za nejlepší ležák a nejlepší tmavé svrchně kvašené pivo (na snímku je jeho spoluzakladatel Jan Charvát). **ČTK**

INZERCE



BEZ PROUDU TO NEJSOU VÁNOCE

Tak rozzáří své blízké a naděl jim pořádně **rozprouděné dárky** z pivovaru Proud.



proud

Stávka končí. Hollywood zase může jet

Americký odborový svaz herců SAG-AFTRA se předběžně dohodl s hollywoodskými studii na podmínkách ukončení druhé ze dvou stávek, které letos ochromily americký zábavní průmysl.

Stávka trvající 118 dní oficiálně skončila včera po 9. hodině ranní středoevropského času. Neznamená to však okamžitý návrat herců do práce, dohodu ještě musí potvrdit vedení odborů a pak i hlasování mezi zhruba 160 tisíci členy. Po více než šesti měsících se nicméně rýsuje konec sporů o pracovní podmínky, které otrásl americkým filmovým a televizním průmyslem, píše agentura AP. Už v květnu začali v Hollywoodu stávkovat scenáristé. Poté se k nim přidali herci.

Méně peněz a také ohrožení uměloú inteligencí

Stávka souvisí s platovými podmínkami při práci pro streamovací služby, které jsou podle umělců výrazně horší, než tomu bylo u tradičních televizních produkcí. Za oběma protesty jsou také obavy z nahrazování lidské práce obsahem generovaným uměloú inteligencí (AI). Herce znepokojuje, že studia by díky pokroku AI mohla manipulovat s jejich podobiznami nebo nahrazovat lidské herce digitálními obrazy. Odbory o nové smlouvě jednaly s Aliancí filmových a televizních producentů (AMPTP), tedy sdružením hájícím zájmy velkých studií, streamovacích služeb a produkčních společností.

Lepší podmínky

Vyjednávající SAG-AFTRA podle deníku Los Angeles Times získali kolektivní smlouvu na tři roky, která zvyšuje minimální mzdu, příspěvky na zdravotní a penzijní pojištění a také podíl umělců na ziskách ze streamování. Skupina

AMPTP ve vlastním prohlášení navržený kontrakt označila za „nové paradigma“ a uvedla, že nabízí hercům nejvyšší nárůst mezi jednotlivými smlouvami v dějinách SAG-AFTRA. Kdy by mohla

být dohoda ratifikována, není zcela jasné.

Škody za miliardy

Členové odborového svazu scenáristů se vrátili ke psaní scénářů koncem září. Kvůli

pokračující stávce herců však bylo mnoho produkcí stále bez práce. Podle odhadu Milken Institute stálo přerušení práce v Hollywoodu Kalifornii více než šest miliard USD (138 miliard korun). Filmová

studia musela odložit premiéry a natáčení řady snímků včetně filmu Duna: Část druhá, nejnovějšího dílu Mission: Impossible a hraného remaku animované klasiky od Disneyho Sněhurka. **ČTK**

INZERCE

Pá-Ne

super
prodloužený
víkend

OD 10. 11. DO 12. 11.

VÍKENDOVÝ KUPÓN NA SLEVOU V APLIKACI

-25%

CHLAZENÉ RYBY

+ Aktivovat za 10 bodů

✓ vhodné i pro pečení

ZLATÁ HANÁ
Tuk rostlinný 63% / mléčný 11%
Max. 10 kusů na osobu/den
250 g (=100 g 7,16)

CENA PLATNÁ JIŽ OD 8. 11. 2023

CHLAZENÉ POTRAVINY

-30%
39,90
27,90

1 kg balení

• Pomeranče dovoz Španělsko I. jakost 1 kg balení

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

VŽDY LEVNĚ
pouze
26,90

RODINNÉ KAKAO

SEBITA RODINNÉ Oplatky kakaové 130 g (=100 g 15,31)

VŽDY LEVNĚ
pouze
19,90

PODEBRADKA PROLINIE Minerální voda ochucená různé druhy 1,5 l PET láhev (=1 l 8,60)

VŽDY LEVNĚ
pouze
12,90

VINIUM Veltínské zelené, Modrý Portugal, Muškát Otonel 3 l Bag in Box (=1 l 46,64)

VŽDY LEVNĚ
pouze
139,90

3 l balení

HARMONY Toaletní papír Flora/Dino 3vrstvý Max. 5 balení na osobu/den 8x17,5 m (=1 role 6,24)

VŽDY LEVNĚ
pouze
49,90

8 rolí v balení

ÚSTECKO JE DRAŽŠÍ

4

Ceny starších domů ve třetím čtvrtletí meziročně klesly o jedno až deset procent. Výjimkou je pouze Ústecký kraj, kde ceny meziročně vzrostly o čtyři procenta. Nejvíce cena za metr čtvereční klesla v Hradci králové. V Praze letos cena metru čtverečního ve starších domech činila 95 700 korun, tedy přibližně o 4400 méně než v minulém roce. **ČTK**

• Tato cenová nabídka neplatí pro prodejny Ostrov, Praha-Čestlice, Praha-Hloubětín, Praha-Palmovka.

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

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

Akceptujeme tyto platební prostředky:



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

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



Moje první volba

Biskupové chtějí více vymítačů ďábla. Musí hledat

Kněží, kteří se stanou exorcisty, musí mít vzdělání a pověření od biskupa.

Katolíti biskupové by chtěli mít ve svých diecézích více vymítačů ďábla, často se jim ale nedaří nalézt kněze vhodné pro výkon této činnosti. V rozhovoru s katolickou agenturou SIR to řekl nový předseda Mezinárodní asociace exorcistů (AIE) a český katolický kněz Karel Orlita. Zdůraznil rovněž, že je mylné po-

hlížet na exorcisty jako na katolické čaroděje. Podle Orlity by řada katolických biskupů chtěla mít ve své diecézi aspoň jednoho či dva exorcisty. Často to však není možné. Biskupové si podle Orlity stěžují, že nemají mezi svými kněžími vhodné lidi pro výkon této služby. „Nestačí mít dobrou teologickou přípravu a být dobrým knězem, abyste mohli dělat exorcistu – chce to ještě něco víc,“ řekl v rozhovoru nový předseda AIE.

Podle Orlity někteří věřící nemají jasnou představu o tom, kdo je a co může dělat vymítač ďábla. „Jsou tu i lidi, kteří se na nás obrací, jako bychom byli dobrými čaroději, katolickými čaroději,“ řekl Orlita. Podle něj exorcisté mají za úkol zvýšit „kvalitu křesťanského života“ věřících. V katolické církvi mohou vymítání ďábla praktikovat jen biskupové či kněží, kteří dostali od biskupa pověření.

ČTK

TŘINÁCT EXORCISTŮ JE TAKÉ V ČESKU



PROFIMEDIA

Mezinárodní asociace exorcistů je podle informací na svých stránkách jediným podobným sdružením, které oficiálně uznává Vatikán.

- Má zhruba 900 členů, kteří jsou aktivními a pomocnými exorcisty. Přibližně polovina členů asociace působí v Itálii, v Česku jich je podle údajů sdružení 13.
- Obřad vymítání ďábla se zakládá na víře katolické církve, že ve světě působí satan a další zlí duchové. Podle církevního historika Francise Younga praktika vymítání ďábla dopro-

vází katolickou církev téměř od jejích začátků. U věřících i církevních hodnostářů se těšila v minulosti střídmé oblibě.

- Exorcismus byl podle historika nejméně praktikován v 60. letech 20. století, pak se díky aktivitám konzervativních kněží z Afriky, Asie a Latinské Ameriky v katolické církvi. V těchto oblastech katolíci čelí tlaku konkurenčních evangelických a letničních hnutí.



Zánět: spouštěč depresí

Deprese. Po zubním kazu je to druhá nejčastější nemoc na světě. Ročně kvůli ní spáchá sebevraždu milion lidí, v Česku je to asi 1300 případů. Dosud se mělo za to, že za ni může „rozhozená chemie“ v mozku. Zdá se ale, že vše je trochu jinak. Podle posledních vědeckých poznatků může být jejím spouštěčem dlouhodobý zánět někde v těle. „I banální neléčené infekce jsou rizikové a vedou v řadě případů k propadu do deprese. Pacienti, kteří jsou často nemocní, trpí na chřipky nebo angíny, mají vyšší riziko duševní poruchy. U depresivních pacientů může navíc neléčený zánět snižovat účinnost antidepresiv,“ varuje psychiatr Juraj Tkáč. Budeme jednou depresivní stavy léčit protizánětlivými léky nebo antibiotiky a antidepresiva odsuneme na druhou kolej? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

MET

KRÁTCE

Lyžování. Letos za stejnou cenu

Zimní středisko Lipno, největší lyžařský areál na jihu Čech, nechá v nové zimní

sezóně ceny skipasů stejné jako loni. V nejvyšší sezóně od Vánoc do 5. ledna a od 3. února do 8. března zaplatí dospělý za jednodenní skipas 1190 korun, dítě 810 korun.

ČTK

JURIS REAL

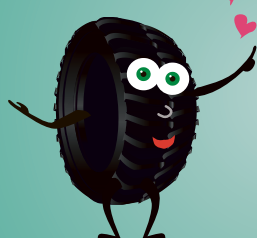
Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu nebo chaty. Vyřešíme právní vady, dluhy nebo exekuce. Okamžitá výplata zálohy! Již 23 let zkušeností.

Volejte zdarma **800 22 33 88**
www.prodejtojinak.cz

HONDA

Zpětný odběr pneumatik



Honda Motor Europe Limited, organizační složka Česká republika

Kámo, odpadní pneumatiky předej na místo zpětného odběru www.glogistics.cz


Inzerce pro potřeby § 13 „Informování konečného uživatele a osvětlová činnost“ zákona č. 542/2020 Sb., o výrobcích s ukončenou životností.

KDY pondělí 13.11., úterý 14.11., od 10 do 17 h.

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


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

ZLATO: zubní zlato i (nečištěné) šperky mince a zlomkové


až 1500 Kč za gr

STŘÍBRO: přibory, tabatěrky a technické stříbro

HODINKY: náramkové, kapesní až do roku 1990

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

Investujte s e-Finance Group

podílejte se na investicích do komerčních a bytových nemovitostí

Proč e-Finance, a. s.?



1,6 miliardy Kč

je hodnota komerčních a bytových nemovitostí ve vlastnictví koncernu e-Finance, a.s.

181 milionů Kč

již vyplatil koncern e-Finance, a.s. na úrocích plynoucích z dluhopisů určených veřejnosti

22 let

Koncern e-Finance, a.s. byl založen v roce 2001 a již 22 let investuje v ČR do nemovitostních projektů

až 9 % ročně

je nadstandardní zhodnocení z dluhopisů pro veřejnost

Bližší informace o nemovitostním portfoliu e-Finance, a.s. najdete na internetových stránkách www.e-finance.eu v záložce **Pro Investory**

Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Společnost e-Finance má nově ve svém portfoliu dluhopisů **třileté dluhopisy s výnosem až 9 %**.

až **9%** roční výnos

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

Dluhopisy nesou pevné zhodnocení ve výši **9 % p.a. za první výnosové období, 8 % p.a. za druhé a 5 % p.a. za třetí roční výnosové období**. Uvedený úrok je fixovaný po celé období a jeho výše se nemění bez ohledu na případný pokles bankovních úrokových sazeb, které podle předpokladu odborné veřejnosti začnou klesat již ve 2. pololetí tohoto roku.

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

Jedná se např. o tyto projekty:

► **EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar**, jejíž součástí je kromě luxusního hotelu s exkluzivním wellness i vlastní řemeslný EFI Pivovar či EFI Hostinec.

► **eFi Palace Hotel*****, který nabízí jak hotelové, tak dlouhodobé ubytování, parking, kongresové prostory, vlastní klubové fitness centrum, wellness centrum a v létě i SunBar s bazénem.

► **Zámek Račice v Račicích-Pístovicích**, který je tvořen hlavní budovou s nádvořím, předzámčím, podzámčím, okolními pozemky a lesy, které v úhrnu čítají přes 50.000 m². V hlavní budově v sezóně probíhají prohlídky ve dvou poutavých okruzích. Prostory Předzámčí a Podzámčí nabízí luxusní ubytování v apartmánech s terasami a pokoji. Od čer-

vence 2023 nabídne Předzámčí nově i moderní sál – Konírnu. Tento sál je vhodný pro pořádání svateb, firemních akcí, konferencí apod.

► **EFI Residence Holzova 28**, která nabízí krátkodobé i dlouhodobé ubytování v lukrativní čtvrti Brno-Líšeň

► **EFI ApartHotel Horní Lipová v Jeseníkách**. Tento horský apartmánový hotel disponuje 15 plně vybavenými apartmány vč. parkovacího místa. V současnosti e-Finance díky velké poptávce uvolnila apartmány do prodeje, které se takto stanou skvělou investiční příležitostí. Do budoucna se zde plánuje výstavba druhého apartmánového hotelu včetně kongresových prostor, fitness a wellness centra.

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

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



Zámek Račice

EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar

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



www.e-finance.eu/dluhopisy



info@e-finance.eu



+420 515 555 555



Bratislavská 52, Brno

e-Finance
Reality

UVAŽUJETE O PRODEJI NEBO PRONÁJMU NEMOVITOSTI?

Postaráme se o prodej Vaší nemovitosti nejen v Brně, ale na celé jižní Moravě.
Ivo Škaroupka ☎ 602 523 215 ✉ skaroupka@e-finance.eu



EFI

Zámek Račice
RAČICE-PÍSTOVICE

CELOROČNÍ PROHLÍDKY, WELLNESS I UBYTOVÁNÍ NA ZÁMKU RAČICE



Zveme Vás na

Zámek Račice

Račice – Pístovice na Vyškovsku
30 km od Brna

NOVINKA

Nově zrekonstruované Podzámčí od letošní sezony nabízí 11 stylově zařízených apartmánů pro 2-4 osoby, společenskou místnost s krbem a kuchyní. Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou a venkovním vyhřívaným bazénem.

Prohlídkové okruhy v provozu celoročně.

- ☑ Pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova
- ☑ Příjemné posezení s občerstvením
- ☑ Společenský sál Konírna
- ☑ Výborná řemeslná piva z EFI Pivovaru
- ☑ Stylový party stan v předzámčí
- ☑ Unikátní prostředí pro svatby a společenské akce
- ☑ V Podzámčí venkovní vyhřívaný bazén s terasami
- ☑ Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou



e-Finance

EFI Zámek Račice
člen e-Finance Group

Račice I. Račice – Pístovice
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz
www.zamekracice.cz

I v 21. století je pro mnohé lidi v Česku jídlo špatně dosažitelné

ČESKO POMÁHÁ

10

Před tolika lety, v listopadu 2013, se Česká republika poprvé připojila ke sbírkám potravin.

111

Tolik obchodů se v roce 2013 zúčastnilo první Národní potravinové sbírky v celém Česku.

PH



Potravinová sbírka je součástí celoročního úsilí Potravinových bank, které v regionech shromažďují jídlo jak od jednotlivců, tak firem a obchodních řetězců.

MAFRA

BANKY NA JÍDLO

56

Před tolika lety byla založena první potravinová banka na světě. Stalo se tak ve městě Phoenix v Arizoně ve Spojených státech a zakladatel se jmenoval John van Hengel. V Evropě vznikla první potravinová banka v roce 1984 v Paříži. V roce 1986 byla založena Evropská federace potravinových bank, Česká federace potravinových bank vznikla v roce 1994.

PH

Někde plné lednice a spíše a nádoby na bioodpad s pečivem, zeleninou a ovoce a někde těžké dilema samozvitelek, za co koupit na další den dětem svačinu do školy.

Zatímco v počátcích potravinové sbírky se do akce zapojilo něco málo přes stovku prodejen (viz box), třeba jen účast super a hypermarketů Albert tuto sobotu tento počet překonává o deset. „Oproti jarnímu kolu sbírky jsme přidali více než dvě desítky prodejen a zákazníci tak budou mít možnost pomoci

a darovat potraviny ve více regionech,“ říká Jiří Mareček, ředitel komunikace obchodů Albert. A k tomu dalších než tisíc obchodů s jídlem ostatních firem po celé zemi. Jen loni jich bylo rekordních 1540.

Nejsou mezi nimi ale čistě potravinářské prodejny, možnost nakoupit a hned za pokladnou darovat lze i v drogeriích, protože potravinové banky pomáhají také s hygienickými potřebami. Do sbírk se v posledních letech zapojily i rozvázkové společnosti, přes něž lze on-line objednat potraviny s dlouhou trvanlivostí, prášky na praní, mydla a podobně.

Inflace a prudké zdražování během loňského a letošního roku stojí za tím, že většína potravinových bank, které pomáhají jak jednotlivým

INZERCE

VLASOVÝ HIT

Vzkaz pro Aleše z Pardubic, Jarku z Ostravy a Honzu z Vyškova, které trápí úbytek vlasů, nám poslal Milan z Brna.

Pana Milana otravoval rychlý úbytek vlasů s tvořením nepřijemných čelních koutů až do okamžiku, než narazil na speciální vlasovou kosmetiku THERMAL. Z její kolekce si vybral vlasový krém THERMAL za 330 Kč a šampón THERMAL také za 330 Kč.

Tyto výrobky tvoří spolu kompletní kúru v poměru 2 ks TH krému a 1 ks TH šampónu, kterou užívá dva měsíce a nemůže si ji vynachválit. Poslal nám i adresu, kde lze účinné přípravky objednat.

Je to: SENS – 697 01 Kyjov, Komenského 606. Tel.: 518 615 091

www.thermal-sens.cz

rodinám, tak třeba i dětským domovům, hlásila letos téměř vyprázdněné regály. Ve skladech zásadně chybějí trvanlivé potraviny.

V roce 2022 podpořily banky tři sta tisíc lidí, bylo to o třicet procent více než v roce 2021. „Je potěšující, že se nám podařilo vybudovat fungující systém pomoci pro spoluobčany v nouzi. Jejich počet bohužel každým rokem narůstá, podle statistik se v současné době nachází pod hranicí chudoby až 15 procent všech obyvatel České republiky,“ uvádí Aleš Slaviček, předseda České federace potravinových bank.

Za deset let trvání sbírky se podařilo vysbírat 4659 tun potravin, tedy v přepočtu 9,32 milionu porcí jídla, a 595 tun základních hygienických potřeb. PAVEL HRABICA

VOX POPULI

Dojídáte, nebo necháváte na talíři zbytky? Doma, či v restauraci? Snažíte se potravinami neplýtvat? Čtenáři Metra se svěřují.

- **Daniel Prokop:** Dojídám a ještě vyližu talíř.
- **Miroslav Kuhn:** Dnes mám oběd ze zbytků, co nedojedly děti k večeři za poslední tři dny.
- **Kateřina Knížková:** Někdo z rodiny si vždycky zahraje na popelnici.
- **Ivča Nesvedová:** Potravinami neplýtvám, mám svého osobního dojižděče. Je to vděčný strážník.

Naše hračky

Muzeum východních Čech v Hradci Králové připravilo výstavu Kouzlo hraček. Představuje československé hračky hlavně z druhé poloviny 20. století.

ČTK



3x ČTK

Oblečení z druhé ruky zná každý. Ale co teprve panenky?

Projekt pomáhá planetě i matkám na mateřské dovolené.

Příběh Evy Hubové připomíná film Barbie. Zakladatelka projektu Zachráněny se snaží dávat nový život panenkám, které mají něco za sebou. V Barbie světě, Barbie landu, chcete-li, jí jsou určitě vděčné.

Projekt Hubové vznikl ve chvíli, kdy se rozhodla stáhnout staré panenky pro dceru z půdy. „Nějaké už byly zašlé, tak jsem je nejdříve opravila. Udržitelnost a snaha neplýtvat mě navedly k tomuto projektu,“ popisuje Hubová, která na to konto začala bazarové staré panenky skupovat a opravovat je.

Co je cílem vašeho projektu?

Cílem je vykouzlit úsměv na tváři dětem, které dostanou „novou panenku“, kterou si mohou rozbalit. Jako máma mám chuť dceři dopřát nové věci, ale přijde mi škoda, že tolik hraček a panenek končí nevyužitých a zapomenutých. Dále se samozřejmě snažíme pomoci maminkám, které se tohoto procesu účastní.

Jak probíhá proces tvoření?

Panenky od rodin odkupujeme, ale jsou i tací, kteří nám je darují. Tím zákazník pomá-

há maminkám, které se na zachráně podílí. Panenku je třeba opravit, ušít šatičky, zachránit vlasy, někdy i dobarvit lak a tak podobně. Poté je třeba ji zabalit a připravit tak, aby byla jako nová.

Kolik taková panenka stojí?

Cena se pohybuje stejně, jako je cena panenky v obchodech. Dá se říct zhruba od 350 do 650 korun. Takže zákazníci, kteří kupují Zachráněny, tím sice neušetří tolik, ale nákupem zachráněny jsou podpořeny české rodiny. Cena není stanovena podle výroby panenky a ceny v obchodě, ale podle obecných parametrů, jako je kloubová, klasická, malá.

Prokázaly vám při začátkách náklonnost například další podobné projekty?

Ano. Iniciativa se tváří jako konkurence, ale ve skutečnosti je to projekt, který byl spuštěn tou dobou, kdy jsem začala opravovat své první panenky a projekt Zachráněny byl opravdu v prvních fázích. Úspěch v prvních dnech byl právě díky Radkovi Kilevníkovi z reHračky.cz, který Zachráněny sdílel na sociálních sítích první den po startu. Dokonce nám od něj dorazila krabice panenek pro náš projekt.

Užijete se tím?

V tuto chvíli to není nic, co



Projekt vznikl nedávno.

by generovalo profit. Veškeré příjmy jsou opět investovány zpět, aby projekt dostal svého potenciálu. Naopak ta investice, kterou jsem v průběhu příprav udělala, byla celkem značná. Každá panenka má na sobě opravdu malou marži. Po odečtení ceny panenky, ceny práce, oblečku a ostatních úprav je konečný profit jen tak velký, aby pokrýl provozní náklady.

Plánujete z toho důvodu například zvedat cenu?

Cenu panenky zvedat neplánujeme, ale věřím, že s větším odbytem kusů se sníží



Panenka před opravou 3x E. H.

i celkové náklady a tím bude přibývat zisk, který nám umožní růst a realizovat další nápady.

Máte tedy nějaké plány do budoucna?

Plánů je hodně. Chceme mít zachráněnková centra, ale to je ještě otázka daleké budoucnosti. Chystáme ale de luxe panenky, které vlastnily budoucí kadeřnice a stylistky. Jsou tedy ve velmi bláznivém stavu, ostříhané, obarvené a podobně. Takovým je třeba napíchat nové vlasy a je to dost náročné. K tomu bychom chtěli přidat i prémiové šatičky. Něco jako když z nejhoršího vřaku uděláte luxusní auto. Ty pak budou cenově trošičku vyšší.



TEREZA ŠIMURDOVÁ
tereza.simurdova@metro.cz



Výsledek po opravě na prodej

RECYKLACE

Kromě projektu Zachráněny existují i další firmy, které prodávají recyklované hračky.

- Green Toys – Značka je oceňována za výrobu hraček, která je šetrná k životnímu prostředí.
- P.L.A.Y. – Hračky pro psy jsou ekologické. Jejich výplň tvoří certifikovaný materiál z recyklovaného plastu.
- reHračky – Shromažďují nepotřebné hračky a nabízejí je dalším dětem za symbolickou cenu i zdarma. Podle nich jsou hračky od toho, aby dělaly radost dětem. **TES**

INZERCE

BAUHAUS®

KOVOVÝ REGÁL

180 x 90 x 40 cm

5 polic,
nosnost police 175 kg

599,-!



Nakupte
on-line na
bauhaus.cz

Tato nabídka platí do 30. 11. 2023. Ceny jsou uvedeny včetně DPH. Chyby a změny jsou vyhrazeny.

f/bauhauscz

Prohlédněte si zblízka kostýmy ze StarDance

Výstava se koná v Tančícím domě.

Originální kostýmy z televizní soutěže StarDance... když hvězdy tančí mohou zájemci ode dneška vidět na výstavě v Galerii Tančící dům. Přehlídka s názvem Šaty, které tančí nabídne zhruba šedesát oděvů účinkujících, například hereček Jany Plodkové, Anny Polívkové, Veroniky Arichtevy nebo herce Romana Vojtky. Přehlídka potrvá do 25. února. „Ve dvou patrech galerie můžete vidět kostýmy všech vítězných párů a taky ty nejhezčí kostýmy, které jsme vybrali,“ zve ředitel Galerie Tančící dům Robert Vůjtek. Zároveň si mohou návštěvníci prohlédnout i osm kostýmů moderátorů StarDance Terezy Kostkové a Marka Ebena.

Návštěvníci uvidí všechny vítězné šaty z 11 řad soutěže



K vidění jsou mimo jiné i šaty zpěvačky Heleny Vondráčkové, ve kterých tančila v polské verzi soutěže StarDance.

MAFRA

a dále i doplňky jako rukavičky, šperky, boty a vlasové ozdoby. Oděvy na výstavě doplní fotografie z přímých přenosů soutěže či audioboxy

s ukázkami taneční hudby.

Do tvorby šatů budou moci návštěvníci nahlédnout také díky nákresům návrhářů včetně pracovních popisků.

Čeká na ně také ukázka dvacetí materiálů, které byly na šatech použity. Poznájí tak rozdíl mezi šifonem, brokátem, tylem, sametem nebo plavkovinou.

Šaty byly vypůjčeny od České televize, která pořad vysílá, domluvit zápůjčku trvalo podle Vůjtky více než rok. Česká televize poprvé vysílala StarDance v roce 2006. V soutěži se vždy představuje deset párů v kombinaci známé osobnosti a tanečního profesionála. Soutěží se ve standardních a latinskoamerických tancích a získat lze titul Král a Královna tanečního parketu. Dvanáctý ročník StarDance začal letos 14. října, skončí 16. prosince.

Průměrná sledovanost první série v roce 2006 se pohybovala kolem dvou milionů diváků, poté zájem diváků o show poklesl. Jedenáctou řadu sledovalo 1,57 milionu diváků.

ČTK

INZERCE



Lázeňské sanatorium Dr. Peták Františkovy Lázně

ZIMNÍ SLEVY NA LÁZEŇSKÉ POBYTY! PŘIJEĎTE K NÁM DO LÁZEŇSKÉHO SANATORIA Dr. PETÁK

RADOST PRO ŽENY – 6 900 Kč 6 100 Kč (17.11. – 17.12.)

- 4 x polopenze
- 11 lázeňských procedur
- 1 x klasická masáž zad
- 1 x hydromasážní vana
- 1 x slatinný zábal na záda
- 1 x parafinový zábal na ruce
- 1 x aromamasaž obličeje a dekoltu
- 1 x laserterapie
- 1 x solná jeskyně
- 3 x vibrační masáž nohou
- 1 x koupel v minerální uhlíčitě vodě obohacené molekulárním vodíkem v kombinaci s perličkovou koupelí
- **BONUS:** 4 x pitná kúra nápoje s molekulárním vodíkem H₂

ZÁZRAK NA BOLESTI ZAD A KLOUBŮ

– 8 650 Kč 7 990 Kč (17.11.-10.12.) / 7 500 Kč (10.12. – 17.12.)

- 5 x polopenze
- 11 léčebných procedur, při kterých se používají výhradně františkolázeňské přírodní léčivé zdroje)
- 2 x rašelinový zábal
- 1 x rašelinová koupel
- 2 x částečná masáž zad a šíje
- 1 x hydromasážní vana
- 1 x miner. perličková koupel
- 2 x suchá uhlíčitá koupel
- 2 x plynové injekce
- **BONUS:** denně inhalace molekulárního vodíku a pitná kúra posílená o molekulární vodík H₂

ZÁZRAK NA BOLESTI ZAD A KLOUBŮ

– 11 550 Kč 10 990 Kč (17.11.-10.12.) / 10 550 Kč (10.12. – 17.12.)

- 7 x polopenze
- 15 léčebných procedur
- 3 x rašelinový zábal
- 2 x rašelinová koupel
- 3 x částečná masáž zad a šíje
- 3 x plynové injekce
- 2 x miner. perličková koupel
- 2 x suchá uhlíčitá koupel
- **BONUS:** denně inhalace molekulárního vodíku a pitná kúra posílená o molekulární vodík H₂

SENIORSKÝ TÝDEN – 11 800 Kč 10 990 Kč (17.11.-10.12.) / 10 550 Kč (10.12. – 17.12.)

- 7 x polopenze
- 15 procedur
- 2 x rašelinový zábal
- 2 x klas. masáž zad
- 1 x minerální perličková koupel
- 1 x minerální uhlíčitá koupel
- 2 x parafinový zábal na ruce
- 1 x suchá uhlíčitá koupel
- 5 x inhalace molekulárního vodíku
- 1 x vstup do solné jeskyně
- **BONUS:** 5 x pitná kúra s molekulárním vodíkem



Další nabídku lázeňských pobytů naleznete na www.sanatoriumpetak.cz

Tel.: 773 709 189

e-mail: recepce@sanatoriumpetak.cz

Lázeňské sanatorium Dr. Peták
Lesní 111/13, 351 01 Františkovy Lázně

KRÁTCE

Proti věžákům

Vedení radnice Prahy 11 schválilo námítky do územního řízení týkajícího se záměru výstavby dvou vysokých domů Duo Galaxie v Hájích na místě bývalého multikina. Výstavba domů

s byty a kanceláři by podle vedení městské části způsobila mimo jiné potíže v dopravě a parkování.

Cenný skalp

Fotbalisté Slavie ve čtvrtém ze šesti utkání skupiny

Evropské ligy porazili doma AS Řím 2:0 a zajistili si účast v jarní fázi pohárů. Sparta ve stejné soutěži prohrála na půdě skotských Rangers 1:2. Viktoria Plzeň zvítězila v Evropské konferenční lize nad Dinamem Záhřeb 1:0 a postoupila. **ČTK**

ZOOALBUM U luskounů už opět začaly námluvy

Slavná Šiška – první mládě luskouna odchované v Evropě – se v Zoo Praha již osamostatnila, a tak nastal čas k opětovnému setkání jejích rodičů. Ti se vzápětí začali intenzivně pářit a za přibližně osm měsíců by se snad mohli dočkat dalšího potomka.

TEXT A FOTO



Miroslav Bobek
Zoo Praha



Metropole Čechy baví

Během letní sezony tvořili domácí turisté pětinu všech návštěvníků.

Statistika nuda je, má však cenné údaje, zpívá se v jedné pohádkové písni. Pro data ohledně turistů to platí dvojnásob. Podle Českého statistického úřadu do metropole za třetí kvartál roku 2023, tedy během letní sezony, přijelo 2 145 069 návštěvníků. Oproti loňskému stejnému období se celkový počet příjezdících turistů zvýšil o 15 procent.

Do metropole míří také více turistů ze Spojených států amerických (142 699 návštěvníků) a Asie (218 281 cestovatelů), a to i díky obnoveným pravidelným linkám do Soulu a Tchaj-peje. Domácí hosté (399 207) tvořili během

léta jednu pětinu všech návštěvníků metropole a oproti letnímu období roku 2019 se jejich počet zvýšil o celých 32 procent. Podle odborníků z Prague City Tourism se také postupně mění skladba příjezdících cestovatelů. „Jsem velmi rád, že se cestovní ruch v Praze mění k lepšímu a daří se ho korigovat tak, aby co nejméně zatěžoval místní obyvatele. Přispívají k tomu nejen osvětové kampaně, ale také systematické cílení na jiný typ cestovatelů. I to podporuje fakt, že se město zavázalo k tomu, že 50 procent z výnosů z poplatku z pobytu vrací zpátky do rozvoje udržitelného turismu,“ říká náměstek primátora Jiří Pospíšil.

Mimochodem, do Prahy v období od ledna do září přijelo 5 446 130 turistů. V porovnání s rokem 2019 se tak návštěvnost vyšplhala na 91 procent původních čísel. **MET**

INZERCE

SKODA

E-Shop

Navrstvěte svou zimní výbavu

Škoda Originální příslušenství se slevou až 30 %
 Vybrané příslušenství od alu kol, přes sněhové řetězy až po dárkové předměty koupíte za zvýhodněné ceny až do 30. listopadu 2023, nebo do vyprodání zásob. Více na eshop.skoda-auto.cz

99 Vůně jsou pro mě tou nejkrásnější inspirací66



dm
EXKLUZIVNĚ
u nás

NOVĚ

Revolution
Emily in Paris
dámská Eau de Toilette
100 ml

499 Kč

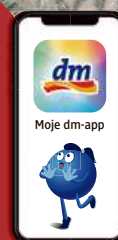
49,90 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 18.09.2023 499 Kč

**30x
VÍCE BODŮ**

ZA LIB. MN.
VŮNÍ*



Calvin Klein
Euphoria
dámský Eau de Parfum
30 ml

699 Kč

233 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 18.10.2023 699 Kč

01.10.2023 719 Kč



Lanvin
Éclat D'Arpège
dámský Eau de Parfum
50 ml

799 Kč

159,80 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 13.03.2021 799 Kč



Guess
Seductive Noir
pánská Eau de Toilette
50 ml

449 Kč

89,80 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 18.10.2023 449 Kč

04.07.2023 549 Kč

30.05.2023 699 Kč

* eKupon lze aktivovat od 06.11. do 29.11.2023 v aplikaci Moje dm. eKupon lze uplatnit pouze jednou. Více informací najdete na dm.cz/vicebodu.

dm Moje dm-app

dm.cz



Ariana Grande
Cloud
dámský Eau de Parfum
30 ml

999 Kč

333 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 30.05.2023	999 Kč
04.04.2023	1199 Kč



Diesel
BAD
pánská Eau de Toilette
50 ml

999 Kč

199,80 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 18.10.2023	999 Kč
25.08.2023	1099 Kč

Martinelia
dětská třpytivá
Eau de Toilette
100 ml

189 Kč

18,90 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 27.10.2023	189 Kč
10.10.2023	199 Kč



s.Oliver
So Pure
pánská Eau de Toilette
30 ml

399 Kč

133 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 18.10.2023	399 Kč
11.10.2023	429 Kč
01.03.2023	499 Kč



certifikovaná
přírodní kosmetika

alverde
Sněží
dámský Eau de Parfum
50 ml

279 Kč

55,80 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 07.05.2020	279 Kč
---------------	--------



La Rive
Her Choice
dámský Eau de Parfum
100 ml

249 Kč

24,90 Kč za 10 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 22.07.2023	249 Kč
---------------	--------



ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

VELKÝ NÁVOD NA VÍKEND

Vydejte se do zoo

Už zítra se v pražské zoo můžete těšit na kapybary. Tyto aktuálně mimořádně populární hlodavce představí v 11 hodin zástupci zoo u výběhu mravenečníků, se kterými budou kapybary expozici sdílet. Jejich patronem se stane známý kreslíř Štěpán Mareš, který na místě uvede do prodeje jím navrženou kolekci kapybarích triček. Současně bude Zoo Praha velkolepě slavit indický svátek světél Diwali. Krmení indických zvířat, malování henou na tělo, zdarma lekce jógy pro návštěvnický či facepainting pro děti – to vše čeká návštěvníky po celou sobotu. Program tradičně vyvrcholí lampionovým průvodem ztemnělou zahradou a světelnou show v Údolí slonů. Více informací najdete na zoopraha.cz.



ZOO PRAHA – PETR HAMERNÍK

Džungle, která nespí

Mimochodem, věděli jste, že plný zvířat je také skelník Fata Morgana v trojské botanické zahradě? Přesvědčit se o tom můžete na vlastní oči třeba při večerních komentovaných procházkách. Některé druhy rostlin rozkvétají v noci a omamně voní a celým skleníkem se nese koncertování tropických žabek. Oblíbená série prohlídek začíná právě dnes a potrvá do března. V době uzávěrky tohoto vydání byla volná místa na dnešek i na zítra. Než se ale vydáte do zahrady, podívejte se na [web botanicka.cz](http://web.botanicka.cz). Večerní provázení skleníkem Fata Morgana je totiž nutně rezervovat.

NA SVĚ SE PŘIJÍDOU MILOVNÍCI UMĚNÍ, FILMU I DOBRÉHO JÍDLA. V POZVÁNKÁCH NEZAPOMÍNÁME ANI NA SVATOMARTINSKÉ HODY

Praha je velká a výběr akcí rozmanitý. Co dělat o víkendu, se můžete inspirovat níže.

- Prostory smíchovského Gabriel Loci se v sobotu naplní vůní papíru. Koná se zde totiž **Papír Fest Podzim**. Na festivalu potkáte přes 60 vystavovatelů, kteří vám nabídnou ten největší výběr papírenských krás na jednom místě – od diářů a zápisníků přes samolepky, psací potřeby a další plánovací nezbytnosti až po originální balící papíry, přání nebo tisky.
- Festival z trochu jiného ranku se koná v sobotu pro změnu

v holešovickém kulturním prostoru La Fabrika. **FestDen** zve k návštěvě všechny zájemce o filmování, dokument, animaci, filmové herectví, režiování, maskérskou práci nebo dabing... prostě vše, co souvisí s natáčením filmu. Během slavnostního galavečera budou uděleny hlavní ceny vítězi sekce v každé věkové kategorii a divácká cena. Celý FestDen vyvrcholí speciálním DJ setem elektronické kapely Ohm Square.

- Architektura, volné umění a design pod jednou střechou – to je **Přehlídka mladého**

umění Pokoje, jež pravidelně představuje tvorbu studentů a studentek vysokých uměleckých škol v netradičních prostorách opuštěných pražských budov a paláců. Letošní Pokoje startují dnes a v Paláci Hrzánů potrvají do 19. listopadu.

- Pokud máte chuť na něco dobřího, vyrazte na setkání milovníků jídla do historických prostor Novoměstské radnice. Po celou sobotu budete moci v rámci **Zimního Apetit pikniku** ochutnávat jen samé dobroty. K nim vám pořadatelé naservírují i doprovodný program. Těšit se můžete na ku-

chařské show, workshopy či rozhovory s šéfkuchaři.

- Oba víkendové dny se bude konat také již 10. ročník **Rodinného veletrhu smysuplných hraček**. Do FZŠ Barrandov II se chystá hned 50 vystavovatelů nejrozmanitějších hraček. Děti si budou moci hrát, stavět a tvořit ve více než 40 dílničkách.
- Víkend se ponese samozřejmě i v duchu **svatomartinských slavností**. Ty se konají na desítkách míst po celé metropoli. Pochutnat si na husím stehýnku s knedlíkem a se zelím mů-

žete v sobotu například na kulaťáku v Praze 6 nebo před Rudolfinem v centru metropole. Další tipy na svatomartinské hody najdete i na našem webu. Stačí jen naskenovat QR kód.



FTV PRIMA

Protančete víkend

Prague Music Week je akce, která spojuje hudební umělce, profesionály a nadšence z celého světa. Začala už včera a koná se do soboty. Do Národního domu na Smíchově dorazí zítra v rámci této hudební události například ženský dýdžejský kolektiv Girls Don't Sync (na fotce vpravo). Kompletní program akce najdete na praguemusicweek.cz. V sobotu se koná také koncert Janka Ledeckého a Debby (nahore). Ti vystoupí u Centra Bořislavka. Vstup je zdarma. Akce začíná v 16 hodin.



ARCHIV GDS

Skončily zlaté časy a žně pro výrobce čajů a tabletek na hubnutí! 

Tato náplast vám zajistí ploché břicho za 96 h

a zhubnete jen vy, ne vaše peněženka!

Tenká jako papír, pod oblečením neviditelná a neskutečně účinná. Diskrétní náplast vám zajistí zhubnutí o 4 kg za necelých 24 hodin! Bez odvodnění, pročištění, otravy chemikáliemi. Nasycená přírodními látkami, které spalují tuk a pocházejí z mysu Cape Grim v Tasmanii. Z nečistší oblasti na světě! Společnosti, které obchodují se zastaralými prostředky na hubnutí, dělají všechno, aby tato geniální náplast zmizela z trhu. Objednejte si ji, dokud je k dispozici, už za 0 Kč!

ZÍSKEJTE JI ZDARMA



Radka, 57 let

Shodila jsem 22 kg
- bylo to banálně jednoduché!

Odteď se nemusíte cpát prášky, popíjet odporné bylinky, potit se v posilovně ani se vzdát dobrot, abyste získali vysněnou postavu. 4 kilogramy dolů už po 1. dni, vyřýsaný pas, pružná pokožka a skvělá kondice – jedna malá, napůl průsvitná náplast vám poskytne tohle všechno! Výrobci čajů a prášků se bojí o svou budoucnost – a není divu. Geniální přípravek vyvinutý na základě ekologických přísad z Tasmanie jim každý den ubírá desítky zákazníků! Dosud trvale zhublo už 568 973 lidí a bude jich ještě víc. Kožní tvarovač postavy byl právě zpřístupněn ZDARMA.

Konečně něco, co vás zbaví kilogramů, ale ne peněz.

Pravda je nepříjemná, ale musíte se ji dozvědět: dosud nikomu nešlo o to, abyste zhubli jednou provždy. Spousta firem nabízí

Urychleně pomáhá zrychlit metabolismus. Výsledek? -9 cm v obvodech

Výborná metoda z Tasmanie představuje záchranu pro ty, kteří se neradi trápí a potí a z hubnutí chtějí mít jen to nejlepší: ploché břicho, lehké tělo a životní energii. Přírodní látky, slisované v tomto geniálním přípravku, zrychlují metabolismus až o 300 %. Jíte, co chcete, a tukové vrstvy se prostě nemají šanci ukládat!

Petr Dvořák,
dietolog



ŠTÍHLÉ TĚLO UŽ ZA 4 DNY

BEZ OPAKOVANÉHO TLOUSTNUTÍ



produkty, které fungují chvíli nebo vůbec ne. Tyto firmy přesně vědí, že vracející se kilogramy znamenají vracející se zákazníky. Prof. Oliver Munro, badatel léčivých vlastností tasmanické fauny a flóry, spolutvůrce náplastí na hubnutí, ujišťuje: *Náštestí máme konečně slušnou alternativu. Do distribuce byly uvedeny bezplatné náplastí, které pracují na vaší postavě 24 h denně, dokud není ideální. A to je trvalý výsledek!*

Čím vyšší máte nadváhu, tím rychleji zhubnete!

Látky, kterými je náplast napuštěná, se z ní uvolňují celý den a mění organismus na stroj na spalování podkožní tukové tkáně. Čím víc máte nadbytečných tukových buněk,

tím rychleji se jich vaše tělo začne zbavovat. Výzkumy potvrzují: „191 z 200 lidí, kteří si nalepili náplastí během týdne, v průměru zhublo o víc než 25 kilogramů,“ říká profesor Munro.

Tentokrát se zbavíte tuku a komplexů natrvalo

Tuto náplast vytvořili vědci, ne marketingoví experti. Opravdu funguje, je maximálně účinná a nekomplikuje každodenní život. Její používání je velmi pohodlné: nemusíte měnit stravovací návyky, zavádět dodatečná cvičení ani se vyhýbat alkoholu. I když není o moc větší než desetikoruna, rozhodně si poradí s břišní obezitou, spaluje podkožní tuk a modeluje štíhlé, svůdné hýždě, pas a stehna. Po 4 dnech se můžete s potěšením prohlížet v zrcadle a zkoušet oblečení až o 2 čísla menší než máte teď.

SLIB PROF. MUNRO: „Zdravé, štíhlé tělo vás nemusí nic stát!“



Přilepíte si náplast a nemusíte dělat nic víc. Přebytný tuk mizí před očima a už se nikdy nevrátí. Opravdu je to tak jednoduché! Bohužel tato metoda neunikla pozornosti velkých firem. Houževnatě se snaží zablokovat její prodej, rozhodli jsme se tedy poskytnout bezplatný balíček náplastí mimo oficiální distribuci.

Prof. Oliver Munro

ZAVOLEJTE SI PRO BEZPLATNÉ balení náplastí spalujících tuk a na vlastní kůži se přesvědčte, že zhubnete už za 4 dny.

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 25.11.2023 obdrží 100% náhradu výrobce!

ZAVOLEJTE 321 338 294



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

Začni s podzimním hubnutím už dnes a překvapíš postavou na silvestra!

FRAJER

CHLAPCI V NESNÁZÍCH

Šikana je podle nejnovějších statistik problémem více než poloviny českých základních škol. Umělecký fotograf Matěj Dereck Hard moc dobře ze své zkušenosti ví, jak se oběti cítí, a proto vytvořil originální pohádku KiDÓ. V ní šikanovanému chlapci pomáhá kouzelný plyšák. Edukativní příběh zaujal i v Hollywoodu a jeho tvůrce ho teď chce dostat k co nejvíce dětem. V rozhovoru pro deník Metro mluvil Hard i o nevhodné metodě, kterou knihu vytvořil.

Osmiletého Maxe v pohádce KiDÓ. větší kluci bijí, plivou na něj, berou a ničí mu věci. Popis je velmi autentický. Vychází tohle všechno z vašich prožitků?

Ano, je to částečně osobní zkušenost. Na prvním stupni základní školy si mě děti dobíraly, protože jsem se narodil s ochrnutou pravou rukou a celkem netypicky s ní do dnes hýbu. Vysloveně mě šikanovali kluci z vedlejší základky. Často mě okradli o peníze a jednou mě ze srandy

poplivali. Tyhle negativní zkušenosti jsem celkem věrně otiskl do naší pohádky.

Šikanovanému chlapci ve vašem příběhu nakonec pomůže malý plyšový superhrdina. Jak jste situaci tehdy řešil vy?

S kluky z jiné základky jsem to vyřešil tak, že jsem se odhodlal bránit. Jednou jsem na ně vytáhl kapesní nožik „rybičku“. Kluci se mi vysmáli a nechali mě jednou provždy být. Od té doby jsem ale pro ně byl Rybička.

Bylo pro vás tvoření příběhu o Maxovi formou terapie? Přece jen jste najednou měl nad násilnými chlapci moc.

Ten malý plyšák vládne superschopností vnuknout komukoli jakoukoli myšlenku...

Myslím, že to byla jistá forma arteterapie. Musím se přiznat, že pocit, co těm zlým uzurpátorům mohu v příběhu provést, byl celkem příjemný. Takže jsem třeba prostřednictvím postavy KiDÓ. jednoho z fiktivních násilníků poslal na lekce baletu.



Hlavní hrdina cinemagrafové pohádky pro děti se jmenuje KiDÓ.
MATĚJ DERECK HARD

Poselstvím pohádky je, že síla myšlenky je zásadní a každé přání se může splnit, když člověk hodně chce. K čemu má inspirovat děti, které šikanu prožívají nebo jsou jí svědky?

Rádi bychom s mojí ženou Mari, se kterou celý projekt od začátku tvoříme, inspirovali děti, že když něčemu z celého srdce věří, tak se to spl-

ní. Může to být vysněná profese, ale může to být třeba řešení negativní situace se šikanou. Když budou věřit, že nad tím mohou vyhrát, tak vyhrají. Je ale nutné podotknout, že je potřeba o tom mluvit a svěřit se učitelům, ale především doma rodičům. Já to tak udělal a povedlo se mi šikany zbavit. V mém případě to bylo přestupem na jinou školu. Pokud to nefunguje ve škole ani doma, je dobré zavolat na Linku bezpečí, která s námi na projektu spolupracuje.

V příběhu ztvární matku známá herečka Andrea Růžičková. Které další osobnosti malého superhrdina podporují?

Kromě Andrey, se kterou na projektech rád spolupracuji, KiDÓ. podporují osobnosti jako Ondřej Brzobohatý, Tomáš Klus, Dagmar Havlová a moji dobří přátelé David Kraus, Charlota, Creep nebo Přemek Forejt. A já jim za to všem moc děkuji. Důležitá je také podpora různých firem, které mi pomohly.

INZERCE

LEPŠÍ PRÁCE

personální společnost bez kompromisu

**POTŘEBUJETE
JINOU PRÁCI?
PROPOJÍME VÁS!****Praha východ Jažlovice**Skladník/ce s VZV
Mzda až 35 000Kč
Možnost ubytování**Rokycany**Operátor autoklávu
Nástupní bonus 30 000Kč
Ubytování zdarma**PRO VÍCE INFORMACÍ VOLEJTE ZDARMA 800 197 197**

každý všední den 8:00 – 17:00 hod.

www.lepsiprace.cz

POMÁHÁ PLYŠÁK

Inovativní je zejména forma, kterou je pohádka vytvořena. Jak byste svoji metodu popsal?

Jedná se o formu cinemagrafu, statické fotografie doplněné o videoprvky, hudbu a mluvené slovo. Je to unikátní způsob vyprávění a děti moc baví určitá interaktivita, kdy hledají, co se ve kterém obraze zrovna hýbe. Zkuste to schválně pustit dětem ve věku od šesti do dvanácti let a uvidíte, co ony na to. Všechny první díly najdete u nás na webu kidosuperhero.com.

Originální příběh zaujal také v Hollywoodu. Kam dál do světa se chystáte?

Pohádka byla vybrána jako oficiální výběr festivalu Web Series Fest Global a momentálně ji přihlašujeme na další mezinárodní festivaly.

Právě probíhá crowdfundingová kampaň na Hithit.com. Co všechno máte s pohádkou v plánu ve vašich snech?

Už nám chybí jen pár procent, aby byla naše kampaň



Fotograf Matěj Dereck Hard už má na kontě knihy pro děti s názvem ZULIČNÍCI. Na snímku je s manželkou Mari a dcerou Emou. MDH

úspěšná. Takže pokud by nás chtěli čtenáři podpořit, budeme moc rádi. Zároveň tím mohou zařídit skvělé dárky k Vánocům. Máme krásný a velmi kvalitní merch vyrobený komplet v Česku. Pokud to dopadne, tak doděláme dalších pět dílů a v únoru bude oficiální premiéra pohádky v pražském kině. Lístek na premiéru je také jedna z odměn. Pohádka je již nyní

nadabována do pěti jazyků, a pokud vše dopadne podle představ, budeme mít deset dílů v sedmi jazycích. Další plány jsou udělat on-line besedu proti šikaně a násilí ve školách s promítáním pohádky, nejdříve u nás a pak i ve světě.



PAVEL URBAN
pavel.urban@metro.cz

KRÁTCE

Moody Allen

Nový hiphopový projekt Moody Allen představuje první singl doprovázený originálním klipem. Video atypického rozměru vzniklo skrze umělou inteligenci postupem, který v Česku doposud nikdo nepoužil. Autoři v prvotině dokázali spojit dvě umělé inteligence s technologickým uměním grafického umělce Spiteducation. Singl Začátek Konce Rtu je ochutnávkou z desky, kterou Moody Allen brzy vypustí. Za projektem stojí DJ Ramel, novinář Šimon Felenda a vydavatelka Šárka Hlaváčková.



Sólovka

Před dvěma lety se Radek Banga vydal novým hudebním směrem, se svým debutovým sólovým albem se totiž vrhl do vod popu. Nyní přichází s druhou deskou s názvem Nic není nemožné. Album vychází na CD i v digitální podobě příští pátek.

Filmy z Ukrajiny

Šestý ročník festivalu Týden ukrajinského filmu zve od 16. do 21. listopadu do Prahy na neaktuálnější oceňované hrané i dokumentární ukrajinské filmy, ale i starší filmy z této země. MET

INZERCE

...dárky, které potěší

SCAN quilt®

AWARDED
Superbrands
CZECH REPUBLIC'S CHOICE
2023

LOŽNICE OBÝVÁK KOUPELNA KUCHYNĚ

www.scanquilt.cz



POPCORN

PO STOPÁCH KARLA HART



Po stopách Karla Hartiga

3.0km 1h 0min 8

Přejít na trasu

Vydali byste se po stopách Hartiga?

REPRO MČ PRAHA 3

Tematickou poznávací trasu na pražském Žižkově jsme prošli za vás. Půjdete také?

Nejdelší žižkovská třída zhruba před měsícem změnila svůj název. K této události připravil tým projektu Loxper, který zábavně propojuje geolokační mobilní aplikace a skutečná historická místa, ve spolupráci s Prahou 3 poznávací trasu. Stačí si nainstalovat aplikaci a vyrazit na první zastavení. U každé zastávky je pár obrázků, kratší text k danému místu a úkol, za jehož vyřešení můžete sbírat body, za které pak lidé z Loxperu nabízí památeční předměty. Trasu si můžete projít i s audioprůvodcem.

Fascinován husity

Karel Hartig byl zakladatelem Žižkova a jeho prvním starostou, prosadil jeho název a pojmenování ulic po husitských bojovnících, husitská historie pro něj byla totiž

velmi důležitá. Trasa tedy celkem po právu začíná v Husitské ulici u prvního domu, který Hartig postavil a který nese název U Jana Žižky z Trocnova. To předznamenalo celou Hartigovu žižkovskou dráhu.

„Hartig se vyučil zedníkem a složil stavební zkoušky, poté začal pracovat na mnoha stavbách v Čechách, Uhrách i Rakousku,“ dozvídáme se u prvního zastavení.

Procházka pak pokračuje k domu U Božích bojovníků, ve kterém sám Hartig přechodně bydlel, zároveň šlo o jeho poslední žižkovské bydliště. Dočteme se tu, že se Hartig podílel i na výstavbě Josefovských kasáren, což je dnešní OC Palladium. Dál nás stezka vede k Občanské záložně na Prokopově náměstí, jejíž stavební plány vypracoval a podepsal už jako starosta Žižkova. Záložna však neměla dlouhé ani úspěšné trvání a Hartigovi přinesla mnoho problémů. Odtud pokračujeme na Havlíčkovu náměstí, kterému dominuje novorenesanční radnice.

INZERCE

CO VÁS V LISTOPADU
POTĚŠÍ? SILNÉ
ESPRESSO A...

20%
SLEVA
NA VŠE*

TÝDEN S TESCOU
3.–13. 11. 2023



tescoma®

*Sleva platí při nákupu nad 699 Kč, nevztahuje se na již zlevněné položky a dárkové poukazy. Slevy nelze sčítat. Akce Týden s TESCOU probíhá v obchodní síti provozované společností TESCOMA s.r.o.

IGA JDĚTE S MOBILEM V RUCE

První žižkovská škola

Pátou zastávkou je Komen- ského náměstí, kde stojí nej- významnější Hartigova stav- ba, a to škola, která je záro- veň nejstarší žižkovskou ško- lou. „Myšlenka vzniku školy se zrodila v souvislosti s ry- chle rostoucím počtem dětí,“ in- formuje nás aplikace. Tehdy nedostačovala kapacita olšan- ské školy, proto bylo přistou- peno k budování nové.

Odtud jdeme na Pražáčku, kde celý příběh Žižkova a Kar- la Hartiga začal. Měla zde to- tiž sídlo rodina, do které se Hartig přizpůsobil. Předposlední zastávka je na kopci Vítkov, kde se odehrála pro husity slavná vítězná bitva. Pro Har- tiga byla husitská historie dů- ležitá již od mládí, proto není překvapující, že se na promě- ně tohoto území podílel prá- vě on.

Procházka je zakončena u památníku Jana Žižky, je- hož realizaci inicioval právě Hartig. Všechny snahy však nepřinesly vztyčení sochy, dnešní socha totiž byla odha- lena skoro o osmdesát let poz- ději.

Poznávejte pomocí aplikací

Další apkou, která nabízí ozvláštňení procházky, je na- příklad SmartGuide. Ta nabí- zí různé poznávací audioprů- vodce, a to i turistické. Stačí nainstalovat, dát do uší slu- chátka a vyrazit v Praze třeba na Putování za Josefem La- dou nebo na Královskou ces- tu, pokud chcete poznávat pa- mátky. Formou hry pak fun- guje Geofun, v Praze si může- te zahrát třeba Mord ve Spále- ný a objasnit kriminální pří- pad.

ANEŽKA VONDRÁKOVÁ



VÝMĚNA DOKLADŮ

Snahy o změnu názvu této třídy vznikly už v devadesátých le- tech. „O přejmenování Koněvo- vy ulice se hovořilo v porevolu- čním období v návaznosti na to, jak se společnost vyrovnávala s pozůstatky minulého reži- mu,“ uvádí mluvčí Prahy 3 Jiří Hannich. Ke změně tehdy ale nedošlo. V souvislosti s agresí Ruska v loňském roce se deba- ty okolo přejmenování ulice opět rozvířily. „S nápadem při-

šel loni v březnu Klub přátel Žiž- kova, rada i zastupitelstvo zmē- nu schválily,“ uzavírá Hannich.

- Na nový název ulice byla řada reakcí – negativních i pozitiv- ních. „Ti, kteří s tím nesouhla- sí, se obávají administrativy, kterou takový krok přináší,“ vysvětluje Hannich.
- Městská část proto učinila řadu opatření, aby jim celou

situaci usnadnila. „Podařilo se nám prodloužit lhůtu pro výměnu občanského prů- kazu, vyhradili jsme pro ně prodloužené úřední hodiny a realizujeme rozsáhlou infor- mační kampaň,“ doplňuje Hannich.

- Díky těmto krokům je celý proces výměny dokladů pro obyvatele o něco snazší a přehlednější.

MET



S trasou je spojeno i plnění úkolů. 3x MČ PRAHA 3

INZERCE

ProSpánek

VŠE, O ČEM SNÍTE

SPECIALIZOVANÉ PRODEJNY ZDRAVÉHO SPÁNKU V PRAZE

Najdete u nás vše,
čím si můžete zkvalitnit spánek od

matrací a postelí

až po polštáře

a doplňky do ložnice

Prodejny Praha: Retail Park Černý Most, Vinohrady, Zličín Homepark,
Retail Park OC Letňany, OC Štěrboholy, Čestlice, OC Novo Plaza

do 24. 12.
druhý polštář
za polovinu



Komiksové filmy od Marvelu přestávají diváky zajímat

Nový komiksový snímek Marvels v kinech tržebně zklame. Počítá s tím i samotné studio Disney.

Carol Danvers (Brie Larson), známá také jako superhrdinka Captain Marvel, získala ve svém prvním sólovém snímku zpátky svou identitu, kterou jí vzali kreejský tyrani, a pomstila se Nejvyšší inteligenci. V roce 2019 to byla zároveň první hrdinka, která ve světě Marvelu získala vlastní celovečerní film. Navíc vtrhla do kinosálů symbolicky den před svátkem žen. Příběh pilotky Carol byl klasický marvelovský origin, který ve své době vrcholu diváckého zájmu o podobné snímky utržil v kinech více než miliardu dolarů. U dílu druhého, který se

oficiálně promítá v kinosálech od včerejška, již v podobný úspěch nedoufá vůbec nikdo.

Více není vždycky více

Jak již název snímku napovídá, druhý film pojednává nikoli o jedné, ale hned o několika „marvelkách“. Když totiž Carol povinnosti zavedou k anonymní červí díře spojené s kreejským revolucionářem, padá na ni kvůli nečekaným okolnostem tíha celého destabilizovaného vesmíru. Její schopnosti ji propojí s Kamalou Khan (Iman Vellani) alias Ms. Marvel a její vzdálenou „neteří“, kapitánkou Monicou Rambeau (Teyonah Parris), z níž se mezitím stala astronautka. Nesourodá trojice to však po vlažných prvních reakcích diváků nemá lehké ani tržebně. Hůl nad úspěchem snímku de facto zlomilo i filmové studio Disney.

Stamilionový rozpočet

Rozpočet filmu se mimo jiné i kvůli dotáčkám vyšplhal na 270 milionů dolarů. O drahém marketingu, který mohl studio klidně vyjit na další stovku, nemluví. Disney se snažil dříve tvrdit, že byl snímek o sto milionů levnější. Kvůli úniku informací je však



Film pojednává o několika „marvelkách“.

FALCON

skutečné číslo již nějaký ten pátek venku. Film by tedy musel ke spokojenosti producentů utržit podobně jako na současné poměry úspěšný květnový Strážci Galaxie: Volume 3. Všichni už ale víme, jak moc je podobné číslo vzdálené realitě. A ví to i samotné studio, které obvykle vysoké tržební odhady, jež plánuje naplnit, podstřeluje. Oproti Strážcům Marvels nejspíš zaostanou o sedmdesát procent. A ve vzduchu je cítit propadák.

Hromada výmluv

Důvodů, respektive výmluv, si lidé z Marvelu mohou najít celou řadu. Herci kvůli hollywoodské stávce nemohou dělat klasické propagační kolečko, ústřední herečka Brie Larson je mnohými brána jako nesympatická mrcha a na moderní girl power vlně se v kině veze „kolegyně“ Taylor Swift.

V letech 2009 a 2019 chrlil Marvel každoročně do kin několik hollywoodských trháků, které do dnešních dnů diváci zbožňují. Na tržbách, a to nejen těch snímku Marvels, se však ukazuje, že má slavné komiksové studio Marvel svou zlatou kino éru nadobro za sebou. Co naplat, že jsou podle prvních reakcí diváků i kritiků Marvels povedenou akční oddychovkou, která je po trapném čtvrtém Thorovi a naprosto nefunkčním digitálním Ant-Manovi příjemným návratem do vod tradičních komiksových trháků. Marvel i jeho hlavní konkurent DC nyní stojí na prahu nové fáze komiksových adaptací, jež se už nebudou hrát na výsluní divácké přízně. Blíží se nový, zatím nepojmenovaný trend. Fázi, kterou načrtnul před lety na tabuli legendární marvelácký šéf Kevin Feige, je nadobro fuč.

FILIP JAROŠEVSKÝ

INZERCE



BIOMEDICA

RÝMOVNÍK

RÝMOVNÍKOVÝ EXTRAKT 240 ml

se svěží bylinnou příchutí a vitamínem C pro období výskytu nachlazení

RÝMOVNÍKOVÝ BALZAM 50 ml

s bylinnými silicemi a rýmovníkem pro masáž v oblasti prsou, zad a krku a osvěžení dýchacích cest



kosmetický
přípravek

K DOSTÁNÍ V LÉKÁRNÁCH
www.bio-medica.cz

100% sexuálních možností od prvního použití

Vyměňte svého „Mrňouse“ na Obra!

Vyzkoušejte
za 0 Kč!

Získejte zpět svou dřívější potenci a sexuální kondici. Tato metoda zaručuje pevnou erekci a intenzivní pohlavní styk trvající až 30-45 minut. Díky této Transdermální Erekcční Formuli se každý muž stane králem ložnice!

3 efekty WOW!

- I Zvýšená aktivita komor a kavernózních těles v penisu – Vaše mužnost roste o 3-6 cm!
- II Vyšší úroveň libida a lepší sexuální kondice – potěšení ze styku se zvyšuje třikrát!
- III Stimulovaná citlivost erotogenních zón – orgasmy 3, 4 a dokonce 5x za sebou!

Transdermální Formule na Erekcii okamžitě rozšiřuje kavernózní tělesa a zvyšuje průtok krve do penisu až 5x, což způsobuje rychlou a trvalou erekci.

Před kúrou Po kúře



žádná erekce silná erekce +6 cm

„Přírodní ingredience objevené na úpatí hory Nanga Parbat trvale obnovují erekcční mechanismus, díky kterému opět vzbudíte obdiv v očích své partnerky a dáte jí to, po čem nejvíc touží.“

Transdermální Formule na Erekcii také zvyšuje sexuální výdrž a umožňuje mnohonásobné orgasmy, a to jak pro muže, tak pro jejich partnerky. To vše bez nebezpečných

vedlejších účinků, jako jsou: zvýšený krevní tlak, srdeční arytmie, bolesti hlavy a svalů – které jsou často spojeny s drahými, na internetu prodávanými chemickými erektilními pomůckami.“

sexuolog



Nalepte na břicho a sledujte účinky!

**ZAVOLEJTE HNED –
PRODUKTY ZDARMA
ČEKÁJÍ!**

Každý, kdo zavolá do 13.11.2023, může získat **JEDNO** z 50 bezplatných balení Transdermální Formule na Erekcii.

Volejte: 296 330 578
Od po-pá 8:00-20:00, so-ne 9:00-18:00

Linka je často obsazená kvůli obrovské poptávce. Volejte prosím až do konce

Visegrád přežije

Visegrádská skupina je dlouhodobě jednou z nejdiskutovanějších platform české zahraniční politiky. I vzhledem ke sdíleným osudům Česka, Maďarska, Polska a Slovenska je vnímána jako jedno z nejpřirozenějších regionálních uskupení. Ale geografická blízkost a sdílená historie nepřinášejí jen výhody, ale například i ožívání starých ran a křivd.

A tak i přes politické proklamace, že namísto hrabání se v minulosti by se mělo ve vztazích s partnery hledět do budoucnosti, historie vždy byla, je a bude nedílnou součástí identity

„Navíc spolupráci čas od času zpomalí také odlišné politické zabarvení vlád.“

každého národa, včetně vztahu k jiným státům a národům. Navíc spolupráci čas od času zpomalí i odlišné politické zabarvení vlád. Jak se průběžně konají v jednotlivých zemích volby, proměňuje se obsazení různých pozic a tím i dynamika vzájemné spolupráce. Jednou jsou si prezidenti či vlády blíží, jindy méně. Chvilí existují pomyslné

bloky dvou proti dvěma, jindy vyčnívá jeden solitér proti zbylým třem.

Ale Visegrád přežije všechno, i to, pokud nějaká konkrétní vláda nebude zrovna zajedno v klíčových věcech se zbývajícími třemi. Výhoda Visegrádu je totiž v jeho neformální a neinstitucionalizované podobě. V tom, že není svázán nějakými formálními pravidly, jednacími a zejména hlasovacími procedurami. Pokud se představitelé V4 na něčem neshodnou, nenastane paralýza ničeho životně důležitého. Více než 30 let existence tohoto uskupení to ostatně prokázalo.

PETR JUST

POLITOLOG

METROPOLITNÍ UNIVERZITA PRAHA



@mojemetro



Vozový park v České republice stárne. Za minulý rok činil průměrný věk nově registrovaného osobního vozu 10,8 roku. 52,61 procenta všech dovezených vozidel bylo starších než 10 let, a 23,77 procenta starších 15 let. Jak to máte vy? #metrotag #mojemetro

#METROTAG

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

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

SUDOKU

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

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

POČASÍ

DNES

6/10 °C

ZÍTRA

4/8 °C

NEDĚLE

4/8 °C

PONDĚLÍ

4/8 °C

Teplotní rekordy: -9,8 °C (1858) 19,2 °C (2015) Bio:

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

FOTO: 2x AP

ČT1

20.20 Marie Terezie
Část první. Historické drama (ČR/Rak./Maď./SR, 2017). Hrají: M.-L. Stockingerová, V. Kotek, Z. Stivínová, T. Pauhofová. Režie R. Dornhelm

22.00 Všechnopárty
Zábavná talk show Karla Šípa

22.55 Hercule Poirot XI
Schůzka se smrtí. Detektivní film (VB, 2008). Hrají: D. Sutchet, T. Curry, J. Hannah, E. McGovernová

00.30 Kriminalista V
Drastické nehody. Krimisériál (N, 2018-2019)

ČT2

20.00 Sbohem, příteli
Thriller (Fr./It., 1968). Přátelé z cizinecké legie se po letech znovu setkávají a vymyslí nebezpečný plán. Hrají: A. Delon, Ch. Bronson, B. Fosseyová, B. Fresson. Režie J. Herman

22.00 Útěk
Drama (USA, 1972). Cesta za svobodou jako boj o holý život. Hrají: S. McQueen, A. MacGrawová, B. Johnson

00.00 Letecké katastrofy
Smrtící detail. 20. srpna 2007

00.45 Britská pevnost proti Hitlerovi

NOVA

20.20 Největší dar
Pohádka (ČR, 2022). Když pohánští bohové začnou narušovat lidský život a lidé zasahují do božského, nastane souboj mezi dobrem a zlem. Hrají: B. Polívka, A. Polívková, Ch. Poullain, S. Rojková

22.25 Equalizér
Akční film (USA, 2014). Bývalý člen elitní vládní jednotky fingoval svou smrt, aby mohl začít nový, poklidný život v Bostonu. Hrají: D. Washington, Ch. G. Moretzová, M. Csokas

01.00 Dr. House V (11, 12)
Seriál (USA, 2008)

PRIMA

20.15 Princezna zakletá v čase
Pohádka (ČR, 2020). Blíží se dvacáté narozeniny princezny Eleny, kdy se má vyplnit kletba čarodějnice Muriel. Hrají: N. Germaniová, M. Lambora, E. Křenková a další. Režie P. Kubík

22.55 Zastav a nepřežiješ
Akční film (USA, 2006). Nájemný vrah Chev se probudí v příšerných bolestech. Hrají: J. Statham, J. P. Cantillo, E. Ramírez, A. Ramírez a další

00.40 Ano, šéfe!
Majitelka restaurace Fat Free měla sama s nadváhou problémy už od mala...

ÓČKO

16.00 Gamingmania

16.05 Óčko hity

17.00 Novinky

18.00 Top 4 Kitkat Óčko chart
První čtyři místa v hitparádě diváků Óčka

18.15 Óčko hity
Klipy nonstop

22.00 O black list party
Hip hop a r&b party

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

Padělatelé cigaret oberou erár o víc než miliardu

Daně za „hřích“ do státního rozpočtu, nebo do kapes podloudníků? Boj s podvodníky je náročný.

Na kuřácké závislosti se dá slušně vydělat. Jde jen o to, kdo má ze státem povoleného zboží užitek. Zda lze zisky využít například zpětně na léčbu závislosti, investovat do kultury či sportu, nebo jestli se promění v radost těch, kteří zákony obcházejí.

Kontrola odpadkových košů byla zajímavá

Padělatelé cigaret ročně prodají Čechům celkově asi 12,5 milionu padělaných krabiček cigaret, tedy čtvrt miliardy kusů cigaret. Ukazuje to výzkum prázdných krabiček odhozených do košů napříč celou Českou republikou. Z něj vyplývá, že zhruba každá padesátá krabička cigaret, kterou letos Češi spotřebují, je padělek.

„České cigarety jsou dnes dražší než ty rakouské a jen o málo levnější ve srovnání s Německem. Česká republika se tak z tranzitní země stala zemí cílovou pro padělané a pašované cigarety,“ upozorňuje Lukáš Horák, výkonný ředitel Českého sdružení pro značkové výrobky. „Padělaný tabák je navíc často prvním



Pašované, pravé i padělané, cigarety se dostávají do Česka nejrozličnějšími kanály. Jejich prodej ukrájí z daňových příjmů státu nezanedbatelnou část.

2x MAFRA

schodem pro obchod s drogami, obchod s bílým masem a pro hospodářskou kriminalitu,“ varoval Aleš Rod, výkonný ředitel Centra ekonomických a tržních analýz na kulatém stole k tématu černého trhu s cigaretami.

Výnos je jako u drog, ale je to méně rizikové

„V celosvětovém měřítku ilegální obchod s tabákem představuje asi deset procent globální spotřeby. To je ztráta přes jeden bilion korun a profit z těchto tabákových výrobků se rovná výnosům z obchodování s drogami. Or-

ganizovaný zločin považuje cigarety za méně rizikový zločin, protože ho konzumenti nepovažují za závažný. Ve skutečnosti jsou však na něj navázány ty nejhorší formy kriminality,“ zdůrazňuje Howard Pugh, bývalý vyšetřovatel Europolu.

Zkušenosti s takovou kriminalitou má například i Slovensko, kde jeden z útočníků na redakci časopisu Charlie Hebdo nakoupil zbraně k provedení teroristického útoku a podle francouzské policie nákup financoval právě i prodejem padělaných či pašovaných cigaret v Paříži.



Celníci zasahují v jedné z nelegálních výroben cigaret.

**TÝDENÍK PŘÁVĚ
V PRODEJI**

**Zánět jako
spouštěč
deprese**

TÉMA

Háma: Proč brečel manželce v náručí
Chili z MasterChefa: o Vietnamu i vaření

46 000 Kč (komplety 2023) + 18 Kč (za doručení)

TÉMA

- Chřipka může vést k duševní nemoci
- Deprese začíná v tlustém střevě

**Záhady
deprese**

Nové zjištění: Nejde o mozek, ale o zánět v těle

**CHEMIE
V MOZKU
JE V TOM
ASI NEVINNĚ**

**VŠECHNO
ZAČÍNÁ
V TLUSTÉM
STŘEVĚ**

**DUŠEVNÍ
NEMOC
MŮŽE
VYVOLAT
I CHŘIPKA**



Účastníci turnaje. Zleva: redaktor Filip Jaroševský, grafika Petra Kubíková, editorka Iveta Benáková, zástupce šéfredaktora Šimon Merta, redaktorka Tereza Šimurdová, šéfredaktor Petr Holeček, editor David Halatka, Lubomír Ježek z padelové federace a trenér Vojta Ježek.

Padel už je tady!

Redakce deníku Metro měla turnaj v méně známém sportu padel. Jak se to hraje!?

Potkáváme se ráno, sice svítí slunce, ale podzimní den přinesl ranní mrazíky. Dnes čeká naši redakci turnaj ve sportu, který vidíme poprvé v životě. A to je údajně jeden z nejrychleji se rozvíjejících sportů na světě!

Jsmo v padelovém klubu Slavia Praha, který vznikl loni za venkovním koupalištěm v pražských Vršovicích. Zatím tu jsou tři kurty, příští rok se otevře další. Máme k dispozici mladého trenéra a k tomu ještě osobu nepovolanější. Systém zábavné kombinace tenisu a squashe nám přišel vysvětlit Lubomír Ježek, místopředseda České padelové federace. Ta padel v Česku zastřešuje a pořádá různé turnaje.

„V Česku se hraje na zhruba deseti místech. To znamená, že je tam oddíl nebo kurt přístupný veřejnosti. Naši re-

prezentanti se účastní i mezinárodních vrcholných akcí. Například minulý týden proběhlo mistrovství Evropy, kde muži skončili na osmém místě, ženy na jedenáctém,“ říká a doplňuje, že ve federaci je nyní registrováno přes tři sta hráčů a hráček, rekreačně padel už hraje několik tisícovek. Mezi nimi je, mimo chodem, i hodně cizinců, kteří v Česku pracují a znají padel dobře z jiných zemí.

Čeká se rozmach

„V Česku zatím doháníme velkým boom padelu, který ve světě nastal před deseti lety. Čekáme rozmach v Česku i to, že se dostane na program olympijských her,“ dodává Ježek.

V Praze lze padel hrát na Proseku, Žižkově, kurty vznikají na Štvanici a tady v Edenu, kde to voní novo-

tu. Je to výhradně padelový areál. Je tu také klubovna, toalety a sprchy, bistro či půjčovna a prodejna padelového vybavení. „Vytváříme tak zde výlučně padelovou komunitu, členy klubu se během pár měsíců jeho existence stalo už přes 150 členů. Díky venkovnímu koupališti máme možnost padel propagovat,“ říká Ježek.

Raketová akademie

I proto zdejší padelisté rozjždí mládežnickou Slavia Praha Padel Academy, kde se děti mohou s tímto sportem seznámit a pod vedením trenérů se zlepšovat nebo se prostě jen bavit. „Navíc jsme hrdi, že jsme jedním z oddílů velké slávistické rodiny, a i proto se u nás běžně můžete potkat například se slavnými bývalými nebo současnými slávistickými fotbalisty, kteří si přišli padel zahrát,“ směje se Lubomír Ježek.

Padel má oproti tenisu výhodu v tom, že po pětiminu-

tovém vysvětlení jednoduchých pravidel si jej zahraje opravdu každý – dítě, senior, společně mohou hrát muži a ženy, a i méně sportovně nadaný člověk je překvapený, jak mu to jde. Také proto, že se hraje výhradně jako čtyřhra, není ve své rekreační podobě tak fyzicky náročný jako jiné sporty.

„Tím, že kurt je oplocený, zůstávají vám míčky po výměně pořadí poblíž na kurtu. Dobrá je i finanční nenáročnost, nepotřebujete si kupovat výstroj a výbavu, raketu vám půjčíme,“ říká průvodce novým sportem.

Padel lze v hrát i v zimě. Samotnému kurtu, ať už ocelové konstrukci, nebo umělému povrchu, nízké teploty nevadí. „Jde tedy jen o to, že vám je pochopitelně zima a musíte se tepleji obléct, třeba si vzít rukavice. I proto na Slavii přes zimu provoz nedeme přerušovat, kdo si bude chtít přijít zahrát, může,“ uzavírá Ježek. **PETR HOLEČEK**

PRÁVIDLA

Padel vznikl v roce 1962 v Acapulcu v Mexiku na zahradě obchodníka Enriqueho Corcuera.

- Padelový kurt má 20 x 10 metrů a je ohraničen ocelovou konstrukcí, která je zčásti vyplněna tvrzenými skly a zčásti ocelovým pletivem. Stěny kolem hřiště jsou součástí hry a míč se od nich může odrazit, často neočekávaným směrem!
- Míč se při hře může od povrchu kurtu odrazit pouze jednou, dále se může odrazit od stěn (ze skla i z pletiva), hráč musí vždy zahrát míč před druhým dopadem na povrch kurtu. Více na www.czpadel.cz.
- Chcete vidět hru padel? Načtete QR kód!



Tuzemské zastoupení značky aut Cupra je hlavním partnerem České padelové federace. V Edenu ukázala Formentor Tribe Edition.



Hráči mohou zahrát míč jako „volej“ před dopadem míče na povrch kurtu. Zábavné je ale využívat ve hře „zrádné“ stěny.