

VE VĚKU 82 LET ZEMŘEL REŽISÉR DUŠAN KLEIN

NEJVÍCE HO PROSLAVILA FILMOVÁ SÉRIE KOMEDIÍ O BÁSNÍCÍCH STRANA 8



metro



PRAHA

Úterý, 11. ledna 2022

Č. 7, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Bohdana

[mojemetro](#) | [denikmetro](#)

Bude nádraží vonět po citrusech? Je to fáma

Nápad. Budova hlavního nádraží měla být provoněna tematickou vůní přidávanou do vzduchotechniky.

Správa železnic. Dala přednost jiným projektům. **Pandemie.** Nejdůležitějším úkolem zůstává hygiena STRANA 3



Medvěd, kam se podíváš. Vystavení plyšáci zateplují sběratelčinu půdu

Několik set plyšových medvědů různých velikostí, barev i stáří zaplnilo v těchto dnech výstavní prostory Staré radnice v Hranicích na Přerovsku. Všichni pocházejí ze sbírky Svatavy Ryparové z Klokočí, která čítá dohromady kolem 2500 kousků. Medvědi u ní doma plní zároveň funkci zateplení půdy, kde je má běžně uskladněné. Na hranickou výstavu je dovezla sběratelka ve stovce pytlů. Medvědi pocházejí od přátel, známých či z webových portálů. Ve sbírce nechybějí ani vyhozené kousky nalezené u popelnic, sběratelka si je sama opravuje. Výstavu v Hranicích lze navštívit do 13. března.

ČTK



Každý rok totéž. Pražané při vyhazování stromků tápou



Stromky na Smíchovské překážejí a jsou i v igelitě. METRO



Správně. Jehličnany jsou srovnány do hraničky. DAVID SEDLECKÝ

Stovky tisíc jehličnanů se válejí na chodnících. V horším případě s nimi lidé „ucpávají“ popelnice.

Polepšili se. Tak hovoří zástupci největší svozové společnosti v hlavním městě – Pražských služeb – o chování Pražanů v souvislosti s vánočními stromky. Ty se v těchto dnech, podobně jako každý rok, likvidují ve velkém.

„Letos však máme pocit, že se snižuje počet prohřešků, a lidé se dokonce navzájem poučují, jak se tradičního symbolu Vánoce správně zbavit,“ pochvaluje si pro deník Metro mluvčí Pražských

Odložené stromy

1

Více než jeden milion stromků. Tolik symbolů vánoc se v tuzemsku každoročně prodává. Více než tři sta tisíc z nich následně uklízí zaměstnanci Pražských služeb.

služeb Radim Mana. Čtenářské fotografie každoročního jevu, tedy stromků, které se povalují na chodnících či jsou jen opřené u kontejnerů, zahltily i naši rubriku Metrohlídač na webu metro.cz.

Čtenář David Sedlecký, jehož momentku jsme vybrali, získá odměnu tři sta korun. „Jedním ze symbolů konce Vánoc jsou stromky u popelnice a kontejnerů. V Praze 2

na Vinohradech jsou momentálně téměř na každém rohu a ve velkém množství,“ komentoval svou fotografii čtenář.

Vyhozené stromky podle Radima Many nesmějí v ulicích především překážet chodcům či dokonce autům. Pražan nic nezkaží, pokud stromek odloží u kontejneru na tříděný odpad. Viz box. U popelnice na směsný odpad se potom správný postup liší podle jejich přístupnosti a umístění.

„V případě, že máte veřejně přístupnou popelnici nebo kontejner na směsný odpad, lze stromky volně odložit vedle nich. To se týká například sídlišť. Připomínáme, že vánoční stromek nepatří do popelnice, protože zaplní téměř celou nádobu a do dalšího svazu znemožní její uží-

vání,“ dodává Mana. Pokud se ve vaší ulici začíná u kontejnerů tvořit neúměrně velká hromada, radí Mana raději den či dva s vyhozením stromku posečkat.

„Nemluvě o správném odstrojení stromku od ozdob. Stromky je také dobré do ničeho nebalit a nechat je tak, jak jsou. Žádné igelity, prosím. Stromky pak vadí našim kompostérům,“ upřesňuje Mana.

Některé z městských částí také organizují sběr vánočních stromků, a to na jimi vybraných místech. Činí tak kvůli čistotě veřejného prostoru. V některých částech Prahy se totiž každoročně válejí stromy na chodnících celé týdny po svátcích. Popeláři totiž uklízí skutečně jen ty jehličnany, které najdou u kontejnerů.

Kam s ním

Popelnice za plotem rodinného domu nebo ve dvoře vnitrobloku se považuje za nevhodnou. Nic na tom nemění ani její pravidelné přistavování před objekt.

- „Stromky by tak vedle takových nádob končit neměly, a to ani v momentě, kdy je popelnice přistavena k pravidelnému svazu. Správné místo pro vysloužilý stromek je v těchto případech separační stanoviště s barevnými kontejnery,“ popisuje správný postup mluvčí Pražských služeb Radim Mana.

„Pracovníci naší svozové společnosti každý rok uklízí během ledna a února zhruba tři sta tisíc vysloužilých vánočních stromů. Aby nám tato činnost přinesla co nejméně starostí, provádíme osvětu například na našem facebookovém účtu. Nicméně věříme, že Pražané již dobře vědí, jak se stromky správně nalozit. Svědčí o tom i diskuze, které lidé na sociálních sítích vedou,“ míní Mana.

Konečnou zastávkou pro většinu jehličnanů jsou z rukou popelářů nejen kompostárny, ale i malešická spalovna – ZEVO Malešice. Pražané se jich mohou zbavovat také ve sběrných dvorech.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

**HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE:
RECEPCE A OSTRAHA**

Pouze pro invalidní důchodce.
Nabízíme
mzda od 110,-Kč/hod
náborový příspěvek 10.000,- Kč
vyplácení denně

Tel.: 800 888 440
(bezplatná linka)

Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)



Pryč je i ten nejznámější

Od konce listopadu stál na Staroměstském náměstí 22 metrů vysoký smrk z Jizerských hor. Včera šel k zemi, odstranila ho městská firma Technologie hlavního města Prahy. Kmen poputuje na pilu a výrobné fošny poté truhlářským učňům Střední odborné školy Jarov, kteří z nich vyrobí nábytek. Větve zpestří jídelniček zvířat v trojské zoo. Stejně se stromem město naložilo i loni. Zhruba dva dny trvalo odstrojení vánočního smrku. Dolů muselo asi 280 ozdob a šestikilometrový světelný řetěz.

MAFRA



BZHMP

Za tmy

Trojská botanická zahrada opět připravila pro své návštěvníky večerní komentované procházky skleníkem Fata Morgana. Na dobrodružnou výpravu noční džunglí se návštěvníci mohou vypravit od 21. ledna do konce února, a to vždy v pátek a v sobotu ve čtyřech skupinách postupně od 18 až do 20 hodin. MET

Voňavé nádraží je fáma. Nápad zatím nevzkřísili

Sen cestujících o vestibulu provoněném citrusovými plody je stále u ledu.

Představte si, že vkročíte do budovy hlavního nádraží, nebo do ní vystoupáte po schodech ze stanice metra C, a po nose vás příjemně pohladí vůně citrusových plodů, rozmarýny či jasmínu. Tak přesně tuhle vizi měli před lety zástupci Správy železnic (SŽDC). Jejich nápad si ale vyložili někteří cestující jako nesmyslný a po měsících plánování došlo k jeho odložení. Podle čtenáře Radoslava, který si nepříjemně uvést celé jméno, je ale nyní vše jinak.

„Mám známého v Českých drahách a ten mi potvrdil, že se v SŽDC pokoušejí nápad

Voňavé nádraží. Chtěli byste ho?

Před umělým provoněním nádraží varoval před lety pardubický dopravní podnik. Místnímu dopravci se totiž podobný projekt neosvědčil.

- Kombinace rozmarýny, grapefruitu, citronu, limetky a pomeranče, kterou do ventilace a topného systému vozu dával automatický rozprašovač, se nejdříve cestující nemohli nabažit. Pak se ale

vzedmula vlna kritiky, která měla za následek konec celého projektu.

- Ocenili byste provoněná pražská nádraží? Líbila by se vám vůně přidávaná do vzduchotechniky některých jiných veřejných budov? Mělo by jít o vůni ovoce, či květin? Podělte se s námi o váš názor. **Napište nám na e-mail filip.jarosevsky@metro.cz.**

s vůní opět přivést k životu. Prosím deník Metro, zda by mohl zapátrat, jak to vlastně je,“ napsal nám čtenář.

Podle plánu Správy železnic, která má budovy na starosti, se měly objektem linout decentní tematické vůně přidávané do vzduchotechniky již před třemi lety. Výběrové řízení na dodavatele však bylo tehdy na poslední chvíli poza-

staveno s tím, že se záměr i samotná soutěž přehodnotí. Proč se správce nádraží rozhodl od svého plánu upustit, bylo tehdy pro cestující záhadou. Spekulovalo se o tom, že články v médiích na toto téma vzbuzovaly u lidí nelibost.

Jedním z důvodů odložení záměru měl být také fakt, že Správa železnic dala přednost jiným projektům. Znovuprosa-

zení záměru pak neprospěla ani koronavirová pandemie.

Podle mluvčího Správy železnic Dušana Gavendy se cestující na voňavé nádraží v dohledné době těšit nemají. Obnovení projektu je totiž s velkou pravděpodobností jen fáma. „Jak jsme pro deník Metro uváděli již v roce 2018, záměr s přidáváním vůní byl zastaven a s jeho realizací se nepočítá, v tomto ohledu se nic nezměnilo,“ vysvětluje pro deník Metro Gavenda.

Vzduchotechnické systémy rozvádějí vzduch v prostoru, proto mají velký vliv na šíření a přežití vzduchem přenášených virů v samotném vzduchu a na povrchu předmětů. Během pandemie tak zaměstnanci správy spíše než vůně řeší hlavně dodržování pandemických hygienických standardů. „Na jejich přísné dodržování nicméně nemá epidemie covidu-19 vliv,“ doplňuje Gavenda. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

ODZNAK VYSOKINA

VOYO už teď **NOVA** ve čtvrtek

To není víla

Výstava Markéty Magidové v uliční galerii Vltavská je reakcí na nedaleké sousedství Faun a Vltava. V expozici nazvané „To není víla, to je máma“ autorka míchá kartami mytologických i genderových stereotypů. Ve svých velkoformátových digitálních obrazech například zaměňuje Faunovu flétnu za lahev s kojeňským mlékem a do náruči mu vkládá nemluvně. Snímky výstavy, kterou si můžete prohlédnout až do 4. března, nám na adresu mms@metro.cz poslal čtenář Roman Kubarič. Získává od nás 300 korun. MET



FOTO ZA 300 Kč



Den otevřených dveří

13. 1.

Fakulta elektrotechnická ČVUT pořádá 13. ledna on-line den otevřených dveří. K FEL ON-LINE se tak mohou od 17 hodin připojit všichni zájemci o studium elektrotechniky a informatiky, kteří nemají možnost navštívit školní kampusy v Dejvicích a na Karlově náměstí či preferují vzdálené připojení. MET

Výstava

14. 1.

Mezilidské i enviromentální vztahy se vši svojí složitostí jsou tématem první velké pražské výstavy malíře Václava Buchtelíka. Pod názvem Mood:DOOM bude v holešovické Bold Gallery přístupný nejnovější obrazový projekt tohoto výrazného ostravského vizuálního umělce od 14. ledna. MET



Obraz z výstavy V. BUCHTELÍK

Hledají práci

26 047

Nezaměstnanost v Praze byla v prosinci 2,8 procenta, což je stejně jako v listopadu. Míra nezaměstnanosti v hlavním městě klesá či stagnuje od března. Práci si na konci roku hledalo 26 047 lidí. Volných míst bylo skoro 3,5krát tolik, přesně 88 785, což je ale o zhruba 3800 méně než v listopadu. ČTK

Doprava

2,58

Magistrát vypíše zakázku na vytvoření koncepce pro zvýšení efektivity správy dopravního systému. Cílem je zlepšit koordinaci řízení dopravy. Problémy jsou nyní mimo jiné v překrývajících se kompetencích a velkém množství zapojených subjektů. Náklady na vytvoření analýzy jsou 2,58 milionu korun. ČTK

Střelba. Škoda na vozech za 130 tisíc korun

Policisté pátrají po pachateli, který ve středu 5. ledna v podvečer poškodil okna dvou tramvají a autobusu. Podle prvotních zjištění mohl do oken vozidel střílet vzduchovou pistolí. V soupravách byli cestující, nikdo však nebyl zraněn. Podle vyšetřovatelů pachatel způsobil škodu 130 tisíc korun. Událost se stala v oblasti tramvajové zastávky Nádraží Zahradní Město. Policie žádá svědky události, aby zavolali na linku 158. ČTK

Krátce

Jak razit?

Dopravní podnik zahájí takzvané předběžné tržní konzultace kvůli chystané stavbě úseku metra D mezi Olbrachtovou a Novými Dvory. Cílem je získat od stavebních firem informace o způsobu ražby a následně je využít při stanovení podmínek tendru. Konzultace potrvají zhruba měsíc a jsou otevřeny pro všechny potenciální dodavatele. ČTK

Nová jména. Park Červená skála nebo ulice U Viktorie

Část dosud nepojmenovaných ulic a veřejných prostranství v Praze se dočká nových názvů. Týká se to mimo jiné parku na Žižkově, ulic v širším centru i na okraji města a rovněž lávky mezi Holešovicemi a Karlínem. Vyplyvá to z dokumentu, který včera schválili pražští radní.

Vedení města také schválilo název pro park mezi ulicemi Jeseniova, Jana Želivského a Na Parukářce na Praze 3.

Nově ponese název Červená skála. Nové pojmenování si vyžádala radnice Prahy 3. Na Žižkově bude nově pojmenována také ulice U Viktorie vycházející jižně od Seifertovy a západně od křižovatky s Krásovou.

Název U Vizerky ponese dosud nepojmenovaná část komunikace vycházející ze stejnojmenné ulice. Nové názvy pak dostanou ulice v Klánovicích, Újezdě nad Lesy, Běcho-

vicích či Nedvězí, kde vznikla nová zástavba.

Radní odsouhlasili také název dosud nevybudované lávky mezi Holešovicemi a Karlínem. Ponese název Štvanická lávka podle ostrova, přes který povede. Dosud se lávce říkalo HolKa podle čtvrti, které propojí. Její stavba začne dnes a vyjde na 298 milionů korun. Stavba usnadní cestu na ostrov a bude dalším propojením vltavských břehů. ČTK

Do Prahy se vrací trolejbusy

Už na podzim to z Palmovky do Čakovic pojedou ekologicky.

Dopravní podnik (DPP) včera zahájil stavbu trolejbusové trati z Palmovky přes Prosek a Letňany do Čakovic. Po nové trati má jezdit trolejbu-

sová linka 58, která nahradí stávající autobusovou linku 140. „Začínáme stavět jedenáctikilometrovou linku, a tím navracíme trolejbusový provoz do pražských ulic,“ komentoval novinku náměstek primátora pro oblast dopravy a předseda dozorčí rady DPP Adam Scheinherr.

Výstavba trolejbusové trati by měla trvat asi deset měsí-

ců a dopravní podnik při ní využije již vybudované asi kilometr dlouhé vedení v Prosecké ulici. Nové vedení vznikne mezi Palmovkou a Kundratkou, Kelerkou a zastávkou Prosecká a mezi terminálem Letňany a Obchodním centrem Čakovice.

Trolejbusy budou z trolejí napájeny asi polovinu trati, zbytek pojedou na baterii. Podle technického ředitele DPP

– Povrch Jana Šurovského přináší doplnění baterií do trolejbusů nejudržitelnější formu elektromobility pro města typu Prahy.

Provoz na lince budou zajišťovat nové trolejbusy. DPP vypsal v roce 2021 veřejnou zakázku na dodávku patnácti kloubových bateriových trolejbusů. Vítěz tendru by měl být podle Scheinherra známý v následujících dnech. Podle

Šurovského ovlivní dodávka vozů termín zahájení provozu nové linky 58.

Praha spolu s DPP chystá elektrifikaci také dalších linek. Trolejbusy by měly jezdit například na lince 119 na letiště v Ruzyni. Nyní se soustředí dodavatel vozů pro zajištění provozu na trati. Elektrifikaci poháněné vozy by měly jezdit i na linkách 131, 134, 137, 176 a 191. ČTK

Na ARO v Brně leží jen ti, co nejsou očkováni, řekl Válek

Premiér a ministr vyjeli do špitálů.

„Záměrně jsem si vybral pro svou cestu různé typy zdravotnických zařízení. A to proto, abych dal najevo, že vláda bedlivě sleduje situaci v nemocnicích různých typů a všechny je chceme rozvíjet.

Zajímá mě se o to, jak nemocnice zvládnou boj s covidem,“ prohlásil premiér Petr Fiala, který vyrazil do několika moravských nemocnic, aby s ministrem zdravotnictví Vlastimilem Válkem zjistil, jaká tam ve skutečnosti panuje situace a nálada.

Ministra zdravotnictví, který ve FN Brno pracuje, překvapilo, jak je na tamním odděle-

ní ARO práce zdravotníků náročná. „Máme tu hospitalizované jen ty pacienty, kteří nejsou očkováni nebo mají závažné komorbidity. Nemáme tu nikoho, kdo by měl třetí dávku. Proto doporučuji důrazně všem, aby se očkovali i třetí dávkou nechali,“ řekl Válek.

Podle premiéra Fialy je situace v nemocnicích rozdílná,

i proto se v nemocnicích přistupuje k obnovování neaktuální operativy individuálně. Jednali o tom i s Všeobecnou zdravotní pojišťovnou. Podle Válka je ale nejdůležitější vypořádat se s variantou omikron.

Oba muži mluvili také o povinném testování na školách a testování ve firmách. V této souvislosti jednal ministr vni-

tra a šéf Ústředního krizového štábu Vít Rakušan s hejtmany (více v boxech dole). „To je zásadní opatření, abychom mohli kontrolovat šíření omikronu. Testování se bude týkat jak zaměstnanců, tak OSVC,“ upřesnil ministr Válek s tím, že pojišťovny budou hradit náklad na testy do 60 korun za test v plné výši. **IDNES.cz a ČTK**

Testování v práci

V zaměstnání bude testování antigenními testy povinné jednou za tři až pět dní.

• **Ode dneška** se krátká doba karantény a izolace na pět dnů. Do karantény budou muset po rizikovém kontaktu s pozitivně testovaným na koronavirus nastoupit i očkovaní a lidé do šesti měsíců po proděláním covidu. K ukončení karantény a izolaci nebude potřeba test. Po ukončení karantény nebo izolace bude nutné ještě dalších pět dní nošení respirátoru tam, kde je pravděpodobný styk s dalšími lidmi.

• **Od 17. ledna** se všichni zaměstnanci (očkováni i neočkováni) budou testovat dvakrát týdně či jednou za tři až pět dnů antigenními testy. V případě pozitivního testu půjdou následně rovnou na pět dní do karantény, tedy i bez konfirmačního PCR testu. Tento režim by měl fungovat nejdéle tři týdny. O tom, zda to bude platit kratší dobu, vláda ještě rozhodne v závislosti na šíření varianty omikron.

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka



Dopřejte tělu příjemnou péči. Neutrální pH je vhodné i pro citlivou pokožku. S vůní mandarinky a vanilky.

LIMITED EDITION

VEGAN

Pro lepší svět

{ SPOLEČNĚ }

30 let
zelených projektů

Přihlaste do 28. 02. své návrhy projektů

Hledáme 30 trvale udržitelných projektů, které společně podpoříme.

Nominujte právě teď své srdcové zelené projekty.

Více na dm-spolecne.cz

Tato nabídka je kusově omezena.

www.dm.cz
www.facebook.com/dm_cesko
instagram.com/dm_cesko



Balea
Sweet Clementine
sprchový gel
300 ml

19⁹⁰
Kč

6,63 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 23.09.2021 19,90 Kč



ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Poplašná zpráva. Muži hrozí až osm let vězení

Okresní státní zastupitelství v Plzni podalo obžalobu za šíření poplašné zprávy na muže, který loni na jaře natáčel video na covidovém oddělení Fakultní nemocnice Plzeň, domáhal se tam, aby lékaři podali jeho nemocné matce prostředek ivermektin a obviňoval lékaře a zdravotníky, že nechávají covidové pacienty umírat, protože jim tento lék nechťejí podávat. Informaci o podání obžaloby přinesla Česká televize. Za šíření poplašné zprávy spácha-

né v době nouzového stavu hrozí muži až osmileté vězení.

Muže pustili zdravotníci v době vrcholící jarní pandemie na covidové oddělení za jeho matkou, která byla ve velmi špatném stavu. Tajně si nahrával celou situaci. Zdravotníci i přednosta kliniky muži například marně vysvětlovali, že jeho matce akutně selhávají ledviny a v takovém případě lék nelze podat. „Na to nepotřebuji být lékař, abych toto věděl,“ uvedl. **ČTK**

Covidové krátké

Testování ve školách

Od 17. ledna se žáci budou testovat antigenním testem jednou týdně. V případě pozitivity bude následovat PCR test. Karanténa a izolace budou pět dní. Nyní se děti ve školách testovaly dvakrát týdně.

Zachytává viry

Chemici z Univerzity Pardubice vymysleli nový systém filtrace vzduchu, kte-

rý podle nich brání přenosu bakterií a virů, včetně koronaviru. Zařízení snižuje koncentraci ultrajemných aerosolových částic. Vědci ho teď testují na univerzitě.

Dobré výsledky

Metoda PCR s laboratorním rozbořením potvrdila nákazu asi u třetiny antigenních testů, které vyšly při testování ve školách minulý pondělí pozitivní. Nákaza se přesnějším PCR testem potvrdila u 1236

žáků a 177 pedagogů a dalších zaměstnanců. Celkem se ve školách testovalo zhruba 1,45 milionu lidí. Pozitivních bylo 0,1 procenta.

Epidemie dál sílí

Testy v neděli prokázaly 2761 případů covidu-19, to je o zhruba 800 víc než před týdnem. Denní přírůstek nakažených se v mezitýdenním srovnání zvyšují sedmý den za sebou. Počet hospitalizovaných ale zatím klesá. **ČTK**

Do práce. Kdo i s covidem-19?

Ministr vnitra Vít Rakušan včera s hejtmany a dalšími úřady domluvil formu, jakou bude probíhat „pracovní karanténa“. Mohla by se týkat profesí ve zdravotnictví, dopravě, energetice, vodním hospodářství či pohřebnictví. Definitivní znění opatření k pracovní karanténě ale podle Rakušana bude oznámeno až po dnešním zasedání vlády. Ministerstvo vnitra podle něj dostalo za úkol definovat seznam oblastí kritické infrastruktury a nezbytných dodávek, v návrhu proto neuvádí konkrétní profese. Smyslem pracovní karantény má být udržení fungování státu i v případě, kdy by se mezi zaměstnanci kritické infrastruktury ve větší míře rozšířila varianta omikron. Líde z vybraných profesí, kterým by při testování v práci vyšel pozitivně antigenní test, by mohli pracovat i nadále. Museli by ale pracovat v izolovaném prostředí s respirátorem, nemohli by trávit čas ve společných prostorách a museli by z práce rovnou domů. Pokud by jim vyšel pozitivně PCR test, museli by zůstat doma. **ČTK**

Vyřešila se hlavně akustika, armádní tóny se linou správně

Ústřední hudba Armády České republiky se po roce vrací do opravených prostor.

Budova Na Pohořelci na pražských Hradčanech, kde sídlí Ústřední hudba Armády České republiky (ÚH AČR) již od roku 1992, prošla po dvaceti letech komplexní rekonstrukcí. Nové prostory slavnostně hudebníkům předal první zástupce náčelníka Generálního štábu generálporučík Jaromír Zůna.

Ústřední hudba AČR se dlouhodobě potýkala s nevhovujícími prostory, především velkým a malým koncertním sálem. Největším problémem byla akustika, kdy docházelo k dozvukům hudby a špatnému přenosu

tónů prostorem. „Je to svátek nejenom pro nás, ale i kulturu obecně. Jsem hrdý na to, že Ústřední hudba, kterou mohou lidé potkávat téměř na všech protokolárních akcích naší armády, ale i na hojně navštěvovaných koncertech pro veřejnost, má konečně své důstojné působiště. Rekonstrukce budovy včetně přípravných prací trvala téměř dva roky a byla zdárně dokončena i díky velké podpoře velení AČR,“ řekl Zůna.

Lepší zvuk i vzduch

Oba zrekonstruované sály jsou nyní uzpůsobeny přímo pro ÚH AČR. Velký sál pro dechový orchestr, který čítá kolem 70 hudebníků, a malý sál pro menší soubory, například žesťový sextet, dechový kvintet nebo Brass Band.

Správné „naladění“ prostor trvalo bezmála rok. Nejprve se vše muselo změnit, nejen prostory sálů, kde hrál



roli jejich tvar, okna či umístění světel, ale i veškeré hudební nástroje a rozmístění hudebníků. Pak následoval proces propočtů a modelace ve speciálním softwaru, podle kterého byly navrženy specifické akustické panely a rozmístěny po stěnách a stropě místnosti. Bylo vybu-

dováno i nové pódium, kde je každý „schůdek“ vyměřen na míru nástrojovému obsazení. Následovalo několikahodinové zkoušení orchestru a zkoumaly se nejdůležitější aspekty akustiky, jako srozumitelnost zpěvu, hlasitost orchestru nebo přizpůsobení dozvuku tónů jednotlivých hudebních nástrojů.

„Mám velkou radost z toho, co se tu podařilo vybudovat. Náš nový sál je teď podle mého názoru jedním z nejlepších koncertních sálů v celé Praze,“ dodal podplukovník Jaroslav Šíp, velitel hudby a hlavní dirigent.

Při rekonstrukci se myslelo nejen na bezchybný čistý zvuk, ale také na lepší zážitek pro hudebníky nebo na čerstvý vzduch. Prostory sálů jsou nově klimatizované a zrekonstruované jsou i šatny, kanceláře nebo speciálně odvlhčené sklady hudebních nástrojů. Vznikl nový výtah,

který usnadňuje manipulaci s nástroji, které váží třeba i 40 kilogramů.

Nahrávání hudebních nosičů i videoklipů

Velký koncertní sál byl během rekonstrukce upraven i pro nahrávání. Doposud pro tyto účely ÚH využívala externí nahrávací studio Českého rozhlasu. V sále je nově také příprava pro světelnou aparaturu. ÚH AČR tu bude moci natáčet videoklipy a on-line přenosy a pokračovat tak v praxi, kterou úspěšně rozvíjela především o loňských Vánocích.

„Je to nyní velká změna. Oproti dřívějšímu máme speciální archiv na noty a sklady na nástroje, které chceme co nejlépe využít. Nové sály nám umožňují dokonalejší prostor pro hraní,“ shrnuje výhody nově zrekonstruované budovy kapitán Pavel Šulc, náčelník štábu ÚH AČR. **MET**

INZERCE



SLUNEČNĀ

dnes
2015

Prima

VELKÉ FINÁLE
SE BLÍŽÍ



Bratři Slováci jsou k Západu o kousek blíže než my Češi

V Evropě zálohuje PET lahve a plechovky od nápojů deset zemí.

Nyní se k nim připojilo i Slovensko. Ve střední Evropě je první. Česko má zpoždění.

vaný plast k výrobě některého vybavení do vozidel. Producenti petek navíc potřebují k výrobě petky jednak alespoň kus nerecyklované suroviny a jednak jednodruhový recyklát, ne směs ze všech barev.

Recyklát, kam se podíváš

Zájem o plastový recyklát už nyní vzrůstá v elektronických odvětvích. Společnost

Samsung zvýší množství této suroviny ve svých produktech. Bude je využívat jak na díly uvnitř výrobků, tak třeba na vnější díly. V roce 2024 chce Samsung zvýšit podíl recyklovaného plastu ve výrobě ze současných pěti procent na třicet.

Plastové součásti elektroniky nemusejí tolik hledět na jednodušší vstupní suroviny. Obrazně řečeno, mohou využívat směsici starých plastů.

Jinak je to u nápojových obalů. Pro továrny produkující PET obaly je proto ideální uzavřený systém výroba – prodej – výkup – výroba. Ten vyžaduje, aby petky byly jednobarevné, nejlépe pouze z průhledného plastu, navíc bez současných plastových etiket, které vylučují druhotné zpracování zase pro nápojové obaly.

Giganty spojily své síly

Nová česká vláda se ve svém programovém prohlášení přihlásila k zavedení zálohového systému. „Jme trvale silným podporovatelem zavedení komplexního zálohovacího systému a vítáme, že vláda tyto kroky podporuje,“ říká Soňa Jonášová, zakladatelka Institutu cirkulární ekonomiky. Po mnoha letech snažení je i pro vládu výhodou, že do úsilí o praktické zavedení záloh na petky a plechovky se zapojili i největší hráči na nápojovém trhu u nás. Proto by nemusela být problémem ani počáteční finanční náročnost, která se bude pohybovat pravděpodobně v nižších stovkách milionů (podobně jako na Slovensku – viz box).

Bude se zálohovat nebo vykupovat všechno?

V roce 2030 by u nás mělo skončit skládkování. Aby cirkulární systém druhotných surovin nenesly na svých bedrech jen plasty, mělo by postupně vzniknout oběhové hospodářství a zahrnout i zatím okrajové komodity. Současný systém žlutých kontejnerů je financován z toho, co zpracovatelské firmy utřídí na recyklát, který pak využijí firmy k další výrobě.

„Příklad záloh na PET lahve a plechovky může být vzorem i pro další segmenty, které o zálohách uvažují,“ vysvětluje Soňa Jonášová. V širším plánu je třeba elektronika, pneumatiky či textil. Představa, jak vzhazujeme do zálohovacích odběrných automatů staré džinsy, je zatím divoká, ale cesta na Měsíc byla kdysi také jen verneovskou fantazií. **PAVEL HRABICA**

Zlí a dobří. Pokrokoví a zastoší. Úsilí o zavedení lepšího využití obalů z plastů a hliníku se v Česku stává spíše bojem mezi skalními zastánci a odpůrci a připomíná tak trochu demonstrace antivaxerů a obhájců očkování.

Ano, nebo ne? Není to vůbec černobílá

O zálohování se dlouho mluví a možná ještě dlouho mluvit bude, než nastanou činy. „Je to složité téma, kde se na první pohled těžko určuje, kdo jsou ti takzvaně hodní a ti takzvaně zlí hoši,“ říká Ivo Čížmár z Direction PR. Ze své pozice odborníka na vztahy s veřejností zastupuje malé obchodníky a argumentuje tím, že případné zavedení zálohovacího systému je pro tyto obchody problémem.

„Malý vesnický obchod nemá lidské ani prostorové kapacity skladovat a nakládat velké množství nezdeformovaných PET lahví a plechovek,“ vysvětluje Čížmár. Jak se ukazuje, o plastový recyklát se výrobci nápojových obalů musejí přetahovat třeba se silným hráčem na trhu, automobilovým průmyslem. Ten využívá zpraco-

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Je ideální pro normální pokožku se sklonek k celulitidě. Účinný komplex vzácných olejů z bio citronu a bio rozmarýnu pomáhá redukovat nerovnosti pokožky.

certifikovaná přírodní kosmetika

VEGAN

Pro lepší svět. **{SPOLEČNĚ}**

30 let zelených projektů

Přihlaste do 28. 02. své návrhy projektů

Hledáme 30 trvale udržitelných projektů, které společně podpoříme.

Nominujte právě teď své srdcové zelené projekty.

Více na dm-spolecne.cz



alverde
tělový olej
proti celulitidě
100 ml

149 Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 14.05.2021 149 Kč



ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

www.dm.cz
www.facebook.com/dm_cesko
[instagram.com/dm_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)

Slovensko v praxi

Náš východní soused odhaduje, že letos se podaří odevzdat až 60 procent vratných petek a plechovek. Za tři roky by to mělo být devadesát procent.

- Za nepoškozenou lahev či plechovku vrátí obchod zákazníkovi 30 centů.
- Vratné obaly jsou povinně označeny symbolem Z.
- Ke zpětnému odběru přijímají obchody jen obaly od nápojů zakoupených na Slovensku.

Lahvím rozumíme

Že vratné lahve patří do výkupu, i když už bez povídavého brigádníka, jak ho zahrál ve filmu Vratné lahve Zdeněk Svěrák, to Češi dobře vědí. Mírné zmatky však mají například v recyklaci elektroodpadu. Naprostá většina ví, že stará elektronika nepatří do smíšeného odpadu. Ale jen šest procent z nás ovládá všechny možnosti, jak se vysloužilých baterií, televizí nebo žárovek a dalších výrobků zbavit. **MAFRA**



Spalujeme plasty?

1/3

Jen třetina vytríděných plastů v Česku je zrecyklována. Třetina skončí v pecích veřejných spaloven odpadů a třetinu zahrnou bagry do skládek.

2

Slováci vybudovali kvůli zálohovaným PET lahvím a plechovkám přes dva tisíce odběrných míst s automaty. Celý systém je vyšel v přepočtu na 125 milionů korun.

Novorozeně našli v popelnici

Miminko zachránili bezdomovci. Otec holčičky o ní nevěděl, chce ji do péče.

Policie obvinila 35letou ženu z Pardubic ze závažného zločinu pokusu o vraždu nezletilce. V sobotu brzy ráno hodila do kontejneru na Labském

Palouku své novorozené dítě. Podle kriminalistů to byla holčička, kterou před smrtí podchlazením zachránil pár lidí prohledávající popelnice. Ženě hrozí 15 až 20 let vězení, případně i výjimečný trest. Právní kvalifikace bude záležet také na posudcích znalců. Od včerejška je ve vazbě. Zatímco při výslechu na policii něco vypověděla, nyní před soudem zarytá mlčela. Také většinu času před vstupem do soudní síně měla za-

vřené oči, na dotazy nereagovala.

Holčička byla silně podchlazená s teplotou kolem 20 stupňů. „Měla skutečně velké štěstí, zbývalo jí jen několik desítek minut života,“ řekl k případu vedoucí odboru obecné kriminality Milan Šimek.

Z vyjádření kriminalistů také plyne, že žena měla opakovanou zkušenost s porodem a výchovou dětí. U výsledku uvedla, že tentokrát nevě-

děla, že je těhotná, přestože na ni její partner i širší rodina měli v tomto ohledu opakované dotazy. „O jeho pohlaví se nezajímala, tělíčko zabalila do starého hadru, pak jej vyhodila do blízkého kontejneru na odpad a šla spát,“ popsal Šimek.

Otec dítěte uvedl, že o těhotenství nevěděl, dítě by si přál a holčičku chce získat. Společně s obviněnou vychovávají dvě děti. Podle informací zdrojů blízkých vyšetřo-

vání pracuje muž jako IT specialista.

Ženu nyní policejní eskorta převezme do Vazební věznice v Brně-Bohunicích, kde bude podrobena znaleckému zkoumání zejména z oblasti psychologie a psychiatrie.

„Vzhledem ke lhůtám zpracování znaleckých posudků nelze předpokládat, že by obžaloba přišla ve lhůtě kratší než 3 až 6 měsíců,“ uvedl soudce pardubického soudu Karel Governac. **IDNES.cz**



Začal úklid stromečků

Kolem popelnic ve městech začaly operovat úklidové služby. Odvážely vyhozené vánoční stromečky. Část z nich, důkladně zkontrovaná, půjde do zoologických zahrad (na snímku nahoře je zoo v Ostravě). Část půjde do spaloven. Ačkoli radnice obyvatele vyzývaly, aby stromečky odkládali u popelnic, často stromky plní chodníky. **2x ČTK**

Dušan Klein. „Byl to laskavý muž“

Český režisér a scenárista Dušan Klein zemřel. Tvůrce legendární série o básnících, detektivních seriálů nebo filmů a komedií navždy odešel v neděli ve věku 82 let.

Na známého filmového tvůrce vzpomínají jeho kolegové. „Kamarádi odcházejí, je mi to moc líto,“ řekl pro server Super.cz zpravou šokovaný ostřílený herecký bard Jaroslav Satoranský. „Odešel jeden z nejmilejších, nejpohodovějších a nejtalentovanějších režisérů, se kterými jsem pracovala. Dušánku, pozdravuj v režisérském nebi a něco krásného tam zase natoč,“ vzkázala mu do nebe herečka Markéta Hruběšová, která si zahrála v posledním filmu o básnících.

Na Kleina vzpomíná i herečka Tereza Brodská. „U některých lidí máte pocit, že se nemůže stát, že odejdou. U něj jsem měla pocit, že to bude člověk, který tady bude pořád. On byl slunce,“ řekla pro Super.cz.

„Byl tak laskavý, vlídný a slušný člověk. Natočila jsem toho s ním více, i jednotlivé televizní inscenace, ale vždycky na něj budu vzpomínat jako na člověka, na jeho lidskost a na to, jak ocenil



Dušan Klein 2x MAFRA

každého profesionála, a vybíral si právě proto lidi, se kterými se mu dobře pracovalo,“ řekla Zlata Adamovská, která hrála v jeho seriálu Hříchy pro pátera Knoxe.

Klein jako dítě za druhé světové války přežil terezínské ghetto. Narodil se 27. června 1939 ve slovenských Michalovcích jako Julius, před hrozbou transportů se s rodiči i dvěma staršími bratry skrýval v jednom statku v Nizkých Tatrách. Později je ukrýval farář v Bratislavě. Julius Klein dostal krycí jméno Dušan, to si pak filmař ponechal. Klein vystudoval FAMU. Mezi jeho další úspěšné snímky patřilo filmové zpracování novely Bohumila Hrabala Andělské oči. Televizní tvorbě se věnoval hlavně v 90. letech. **ČTK a MAP**

Krátce

Brno sleduje sucho na celém světě

Sucho na téměř celé planetě nově monitorují a předpovídají vědci brněnského Ústavu výzkumu globální změny Akademie věd ČR (CzechGlobe). Vědci jsou


známí jako provozovatelé webu Intersucho.cz.

Města chtějí stavět svoje byty

Město Zlín chce letos v létě začít stavět bytový dům. Bytovka bude mít

31 bytů. Jde o pilotní projekt družstevního bydlení. Výstavba potrvá dva roky. Moravské město jde stejným směrem jako Praha. Ta založila svou developerskou firmu a byty by měly pomoci s cenově dostupným bydlením. **ČTK a MAP**


INZERCE




Portmonka


TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA S AKČNÍMI LETÁKY

NYNĚ NA



Stáhnout v





PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

Zemřel také málo známý, ale vynikající herec

Viktor Vrabec působil hlavně na prknech divadel – v Divadle pod Palmovkou a v Plzni v Divadle J. K. Tyla. Zemřel začátkem roku. Rodina o smutné zprávě média informuje až nyní.



Viktor Vrabec v divadle

„Tatínek nás opustil náhle, již dlouhou dobu se potýkal s dýchacími potížemi, které zapříčinilo závažné plicní onemocnění CHOPN,“ píše jeho rodina. Věnoval se především divadelním rolím. Do povědomí diváků se dostal díky populární-

mu seriálu Dobrodružství kriminalistiky.

• Zemřel i spisovatel a scenárista Stanislav Rudolf, bylo mu 89 let. Jeho nejslavnější knihou je Metráček. **MAP, ČTK**

Zákon. Holokaust

Polský ministr zahraničních věcí Zbigniew Rau včera odvolal diplomata Jaroslawa Nowaka, jenž zastával funkci vládního zmocněnce pro navazování kontaktů s Židy žijícími v zahraničí.

Zpráva o Nowakově odvolání přišla den poté, co byl zveřejněn rozhovor, který diplomat poskytl britskému týdeníku Jewish News. V něm se Nowak vyjádřil o právní normě z roku 2018 prosazené vládní stranou Právo a spravedlnost PiS jako o „jedné z nejhloupějších novel“.

Cílem zákona bylo bojovat proti tvrzením, že Polsko, oběť nacistického Německa,

nese část odpovědnosti za holokaust.

Zákon vyvolal pobouření v Izraeli, který ale později ocenil, že Polsko zákon změnilo a odstranilo z něj tresty vězení za slova o spoluúčasti Polska na nacistických zločinech.

V loňském roce Polsko také přijalo zákon, který by mohl omezit restituční nároky těch, kteří přežili holokaust a jejichž majetek zabavil nacistický režim a později ho znárodnila komunistická vláda. Norma totiž stanovuje, že po třiceti letech už nebude možné napadnout úřední rozhodnutí. **ČTK**

Král Richard

Letošní Zlatý glóbus za nejlepší film si odnesl western Síla psa režisérky Jane Campionové. Ocenění za nejlepší mužský výkon získal Will Smith (na fotce) za životopisný snímek Král Richard: Zrození šampioneck, kde ztvárnil otce tenisových hvězd Sereny a Venus Williamsových. Film Moje slunce Mad české režisérky Michaely Pavlátové neproměnil nominaci na nejlepší animovaný film. Běžně v televizi vysílaný ceremoniál se kvůli kontroverzím proměnil v sérii příspěvků na sociálních sítích. **ČTK**



PROFIMEDIA

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka

Nabízí spolehlivou ochranu a svěžest až po dobu 48 hodin. Navíc nezanechává bílé stopy na tmavém oblečení a minimalizuje žluté skvrny na světlém oblečení.

Pro lepší svět.

{SPOLEČNĚ}

30 LET 48

zelených projektů

Přihlaste do 28. 02. své návrhy projektů

Hledáme 30 trvale udržitelných projektů, které společně podpoříme.

Nominujte právě teď své srdcové zelené projekty.

Více na dm-spolecne.cz



Balea MEN
Invisible
antitranspirant sprej
200 ml

27⁹⁰
Kč

13,95 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA

od 30.06.2021 27,90 Kč

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Krátce

Fico má klid

Prokurátor včera zrušil stíhání slovenského expremiéra Roberta Fica, jenž byl podezřelý z trestného činu podněcování během lockdownu.

Bylo rekordní

Loňské léto bylo v Evropě nejteplejší v historii, uvedla satelitní služba Copernicus. Celý rok byl ovšem v rámci posledních dekád teplotně podprůměrný.

Královská sláva

Velká Británie chystá velké oslavy 70 let královny Alžběty II. na trůně. Čtyřdenní slávu na začátku června zahájí vojenská přehlídka 1400 mužů, 200 koní a za doprovodu 400 hudebníků. Následovat bude mše v londýnské katedrále svatého Pavla, královna se pojedje podívat i na dostihy v Epsom Downs. **ČTK**



PROFIMEDIA

V seriálu

Nejznámější stážistka v Bílém domě, Monika Lewinska, prozradila, že v novém seriálu American Crime Story: Impeachment, jenž líčí její milostný poměr s tehdejším americkým prezidentem Billem Clintonem, lidé uvidí některé z nejhorších okamžiků jejího života. Omluvu bývalé hlavy USA už nečeká a nepotřebuje. **IDNES.cz**

Před covidem chrání s pomocí Boží

Za Krušnými horami jdou na koronavirus „od lesa“.

Dráždany, Saská Kamenice, Cvikov. Všechna tato města leží kousek za hranicemi, ve spolkové zemi Sasko. Ta hlásí proočkovanost 60,3 procenta, přičemž Česko již dosáhlo na 62,5 procenta.

Nízké číslo se nyní pokouší zvrátit luteránský pastoř,

kteří zajišťují očkování přímo v kostelech. „Věříme, že máme odpovědnost, která přesahuje nás samotné,“ řekl Christoph Herbst ze Saské Kamenice, který v kostele svatého Petra vyhlásil očkovací den.

„Když jsem ráno otevřel kovány dveře kostela a za nimi stála dlouhá řada lidí, kteří v zimě čekali na očkování, vydechl jsem úlevou,“ uvedl pro deník Die Welt.

Podle Herbsty se mnozí odpůrci očkování obávají možných vedlejších účinků, mají

Videa a Řím ve stínu covidu

Varianta omikron si vynutila nová, zpřísněná opatření.

- V Rakousku se ode dneška musí nosit ve venkovních prostorech rouška. Při nákupuch v maloobchodě se musí zákazníci prokazovat potvrzením o očkování či prodělání covidu.

pocit, že na ně úřady příliš tlačí, nebo jim vadí jakákoli opatření prosazovaná vládou. Někteří se cítí být diskri-

- Itálie nově vyžaduje potvrzení o očkování či prodělání covidu i ve veřejné dopravě, pro ubytování v hotelech, u vstupu do bazénů, při používání lyžařských vleků či pro posezení na zahrádkách restaurací.

minování jako východní Němci, protože ne všechna jejich očekávání se 30 let po pádu komunismu naplnila.

Rizikové země

Od včerejška je platný nový český covidový „semafor“.

- Finsko, Lotyšsko a Azory jsou nově v tmavě červené kategorii území s nejvyšším rizikem nákazy. V červené kategorii je Polsko a Německo.

„Je důležité, aby existoval prostor, kde si navzájem nasloucháme, aniž bychom se odusuzovali,“ uzavírá pastoř. **HAL**

Sudoku

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

Luštěnka

| | | | | | | |
|---|---|----|---|---|----|---|
| B | Á | T | K | A | | |
| | | 1 | | | | |
| Z | E | N | E | B | Ř | |
| | 2 | | | | | |
| C | I | V | A | P | L | |
| | | | | | 3 | |
| N | Ě | CH | Y | K | U | |
| | | 4 | | | | |
| O | Č | U | N | P | CH | A |
| | | | | | | 5 |

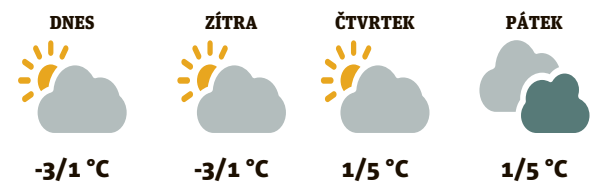
Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

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

Napište svou bublinu



Počasí



Teplotní rekordy: ↓ -21,6 °C (1793) ↑ 15,7 °C (1991) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

| ČT1 | ČT2 | Nova | Prima | Óčko |
|--|--|---|---|--|
| <p>16.40 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Po strništi bos</p> <p>Komedie (ČR/SR/Dán., 2017)</p> <p>21.55 Nevinné lži</p> <p>23.15 Komisař Moulin</p> <p>00.40 Případy detektiva Murdocha XIII</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 AZ-kvíz</p> <p>02.20 Dobré ráno</p> <p>04.55 Bydlení je hra</p> <p>05.15 Černé ovce</p> <p>05.30 Události v regionech</p> | <p>16.25 Tajemná planeta (1/5)</p> <p>17.15 Agatha Christie: 100 let s Herculem Poirotem a slečnou Marplovou</p> <p>18.05 Svět Pygmejů</p> <p>19.00 Běžkotoulky</p> <p>19.15 Idioti na plavbě kolem světa</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Vinnetou a Old Firehand Western (N/Jug., 1966)</p> <p>21.40 Josef II.: Rebel na trůnu</p> <p>22.35 Letecké katastrofy</p> <p>23.20 Velká vlastenecká válka</p> <p>00.10 Člověk plus – budoucnost našich smyslů (2/5)</p> <p>01.00 Příznání (2/6)</p> | <p>16.00 Kriminálka Miami VI (16)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.35 Na lovu</p> <p>18.30 Ulice (4182)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Survivor</p> <p>Česko & Slovensko (1)</p> <p>22.25 Policie Chicago III (20)</p> <p>23.15 Kriminálka Miami VI (15)</p> <p>00.05 Kriminálka Miami VI (16)</p> <p>01.00 Mentalista (3)</p> <p>01.40 Policie Chicago III (20)</p> <p>02.20 Krok za krokem V (15)</p> <p>03.00 Na lovu</p> <p>03.45 Gympl s (r)učněním omezeným (71)</p> <p>04.45 Novashopping</p> | <p>16.55 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Slunečná (153)</p> <p>Zlatá horečka. Seriál (ČR, 2021)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>00.55 Policie v akci</p> <p>01.45 Námořní vyšetřovací služba (18)</p> <p>Odhalení. Krimiseriál (USA, 2003)</p> <p>02.30 Jake a Tussock V (13)</p> <p>03.20 Policie Hamburg X (18)</p> <p>04.10 Jak se staví sen</p> | <p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 FLASHBACK</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko trendy</p> <p>15.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.05 CZ & SK</p> <p>18.59 Nebuď dřevák, dej si tělák</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>Sexy klipy a best naked momenty pro nedočkavce</p> <p>22.00 NAKED ATTRACTION GERMANY</p> <p>Seznamka na tělo</p> <p>22.30 Óčko flirt</p> |

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přátelkyní 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

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Isem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

• Dobře zaplatím byt v OV, DV. Starší osoby mohu nechat v bytě na dožití bez nájmu. Slušné jednání, právní servis. Děkuji J. Jurdová 725805115

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozduje. 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, Jizersky, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Isem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL real estate

Ihned vykoupieme či zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu, chaty. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce.

Okamžitá výplata zálohy.

Již 23 let zkušeností.

Tel: 777 306 102

Starožitnosti

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

• Sběratel koupí staré vzduchovky a vzduchové pistole. Tel. 602343563, email: alesla@centrum.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. - menší do 14 tis., větší do 19 tis. Potřebuji: centrum do 30 min., čisto, dobrý stav. RK nevolat. 605845088

Práce - nabídka

• Hledáme kadeřníky do zavedeného kadeřnického v Praze 8 - vestibul stanice metra Ládví, na plný úvazek, klientela část. zajištěna. Info na t. 773452418

• Československá akademie obchodní, SOŠ, Praha2, Resslova 5 přijme na plný úvazek učitele anglického jazyka, nástup ihned. Nabídky a profesní životopis zasílejte na: blazkova@cao.cz

• Strážný-vrátný-recepční. Vhodné pro OZP. Až 150,-Kč. Směny dle dohody. Příspěvek na ubytování/dopravu. Tel: 773 786 199.

• STR Praha s.r.o. se sídlem a provozovnou na Praze 4, přijme na HPP svářeče (CO, TIG) do zakázkové výroby - sváření lehkých konstrukcí. Nástup dle dohody. Tel.: 241 483 080, paní Paulová.

• ZŠ Špitálská Praha 9 přijme ihned učištěku prostor školy + dopolední recepční v jedné osobě. Svě CV zasílejte na: nidlovaa@zsspitalska.cz

• ZŠ Nad Přehradou 469, Praha 10 přijme učitele/ku ČJ a RJ na plný úvazek ihned. Kontakt: zsnpr@zsnpr.cz, 226806001

• Přijmeme zodpovědnou osobu na pozici vrátného administrativního areálu na hlavní pracovní poměr nebo na zkrácený pracovní úvazek dle dohody, jedná se o směnný provoz denní / noční. Místo pracoviště Praha 4 - Michle. Očekáváme spolehlivost, zodpovědnost. Práce vhodná i pro seniory. Blíže informace na tel. číslo 773 683 181 mail.: ro-sprava@hotmail.com

• Přijmeme invalidního důchodce na administrativní práci. Nutná znalost PC (WORD, EXCEL, internet). Částečný úvazek, plat 10.000 čistého. Tel. 737209797

• Doplnování zboží za 166,10 Kč/hod., směny noční/denní, ONLINE REZERVACE, zálohy denně. Více na tel: 22534534

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce KONTROLORA. Blíže informace k Oznámení o vyhlášení výběrového řízení jsou zveřejněny na webových stránkách www.praha6.cz v rubrice Potřebuji řešit - Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 31.01.2022 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Mgr. Luděk Soustružník, tel. 220 189 550.

• Hledáme asistenta pedagoga pro našeho 12 letého syna do speciální školy ve Stodůlkách Praha-5. Tel. 776458031

• POKLADNÍ 151 Kč/hod., práce není nutná, směny dle Vašich potřeb, denní zálohy, online rezervace. Tel.: 222534534

• Školní jídelna Praha 6 přijme pomocnou sílu a hlavní kuchařku na HPP. Nástup ihned. Kontakt paní Vaisová, tel. 737489160

Přijmeme strážné (M/Ž) na ostrahu různých objektů v Praze

Možnost týdenních výplat. **Mzda až 150 Kč/hod.** Nástupový bonus **2 000 Kč.** 800 111 112 m2c

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

- Nabízíme:**
- Mzda 115 – 150 Kč/hod.
 - Možnost ubytování
 - Náborový příspěvek
 - Možnost záloh
- Požadujeme:**
- Výpis z rejstříku trestů
 - Certifikát strážný
 - Spolehlivost

Kontakt: tel.: 775 718 509, 257 311 447 e-mail: personalni@adestra.cz www.adestra.cz

• KOMWAG přijme závozníky, 1000/den, DPP – výplata 1x týdně, HPP 18-23.000 + 13, 14 plat, strav. paušál, přísp. na dovolenou aj. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme prac. na úklid ulic, DPP – výplata 1x týdně, HPP 17.000-20.700 + 13., 14. plat, strav. paušál, přísp. na dov. aj. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme obsluhu odpadové místnosti, 3h denně, 400 Kč čistého/den, DPP – výplata 1x týdně. Vhodné i pro důchodce. Vol. zdarma 800566924

• Přijmeme nočního vrátného do garáží v Bohnicích. Vrátnice je v budově, práce na směny 9 500 Kč. Nutný ŽL. Info: 283852829, 602123958 nebo Praha 8, Lodžská 807

• Hledáme pracovníky na úklid osobních vlaků na HPP. Směnný provoz, Praha 4. Náborový příspěvek. Tel: 603301309.

HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE: RECEPCE A OSTRAHA
Požadujeme invalidní důchod. Nabízíme mzdu od 110,-Kč/hod náborový příspěvek 10.000Kč vyplácející denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka) Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)

Staňte se dárce krevní plazmy
700 Kč* za každý odběr → 1400 Kč* měsíčně → 18 200 Kč* za rok
- Pomůžete zachránit lidské životy
- Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu
- Odběry zdarma a zajímavé dárky
Metro Hradčanská
*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
unicaplasma.cz www.unicaplasma.cz Tel: 733 474 770

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 naborpraha@preventa.cz

• Přijmeme důchodkyni na ranní úklid, pondělí až pátek, od 6:00 do 9:00 hod., Praha 1. Info: 602382006.

• SID Gastro s.r.o. přijme pomocné kuchaře a kuchařky, pomocné síly do kuchyně do provozoven jídelen Praha 6 Ruzyně. Pracovní doba pondělí až pátek, ranní a odpolední směny 8.5 hod., hlavní i vedlejší pracovní poměr, nástupní plat 22 čistého. ontakt: p. Hnátěk, 777237064, sidgastro@post.cz

• Hledáme kolegy pro ostrahu objektu v Uhřetěvsi, 110,-/hod netto, čistý TR a certifikát, nástup ihned. Volejte Po-Pá 9-16 hod tel. 724328126 nebo 251560953.

• Společnost v Praze 8 přijme kolegy pro realizace zelených střech. Smysluplná práce, zaučíte. RP B nutný, T či C výhodou. Práce ve výškách, www.acre.cz

• Hledáme 1 osobu ČID (částečný invalida) pro práci ostrahy (obsluhy) garáží Pražského Povstání na Praze 4 - Pankrác. Jedná se o 12 hod směny (denní, noční) cca 180 – 200 hod /měs. Nutná základní znalost PC. Plat 105,-Kč / hod. Tel: 734 513 843

• Přijmeme brusiče, i část. úvazek, všeob. manuální zručnost vítána. 1 směna, klouzává prac. doba, benefity. Email: zamestnani@vakuum.cz, T: 220104535

• ZŠ Praha 4 hledá vyuč. kučchařku nebo pomoc. sílu do ŠJ na plný úvazek. Nástup možný ihned. Požadujeme praxi v hromadném stravování. Kontakt skolnijidelna@ksidlisti.cz, 241090239

• Přijmeme ihned invalidní nebo starobní důchodce na obsluhu čerpací stanice LPG a hlídaného parkoviště v Praze 9 a Praze 4. Čistý TR. Tel. 777259214.

• Přijmeme spolehl. pracovníci/a na odpolední úklid gymnázia na Praze 4 - Modřany. Od 14:00 - 17:00 hod., po-pá. Plat 5 500 Kč/měs. Tel.: 604712388.

• Hledáme pracovníky na úklid osobních vlaků. Denní provoz, Praha 4. Tel.: 732156399

• Hledáme zaměstnance na úklid kanceláří v centru Prahy. Po - Pá, 6.00 - 12.00 hod. Další informace na tel. 603820155 do 18.00 hod.

• BA přijme pracov. recepční služby pro P6- Podbaba, Dědina. Možnost práce i na zkrácený úvazek, vhodné pro ID. Náplň práce: znalost PC, komunikace s klienty, atd. Tel:733122453.

• Základní škola, Praha 2, Botičská 8 přijme pomocnou sílu do školní jídelny. Nutná praxe. Částečný úvazek, nástup ihned. Životopis posílejte na info@zsboticska.cz. Telefon: 224923129.

Ostatní

• KNIHY! Koupím knihy novější i starší a starožitný a retro nábytek do stylové čítrny - křesla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj. T. 603478873

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@antikvariaty.cz

Auto-moto - poptávka

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

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

Knihy a časopisy

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



KATEŘINA MARIE TICHÁ

PÍSENIČKÁŘKA



Sloupek

V OBLACÍCH

Jaké to je, na Vánoce se zamilovat? No, třeba takové písničky se píšou skoro samy. Vánoční shon ztratí svou důležitost a stejně tak všechny obvyklé starosti. Všechny kýč kolem se najednou nezdá být kýčem a všechny jednoduché prupovídky o lásce v sobě najednou skrývají hluboké pravdy.

Hlava je vypnutá a vysoko v oblacích, takže se moc dobře dýchá. Nemusí to ale být vždycky tak úplně výhoda. Někdy si totiž vylétnete tak vysoko, že se země nedotýkáte ani špičkami palců u nohou. A když si pak tak povláváte ve větru – a z kapses se vám sypou nejen drobné mince, ale také klíče, občanka, nebo rovnou celá peněženka i s pasem – zjistíte, že vás to možná zaválo někam, kde nechcete být.

Vánoce byly už dávno za mnou, a stejně jsem s hlavou v oblacích dojela na konečnou zastávku tramvaje, celých devět stanic od té, na které jsem měla vystoupit, a v mrazivé zimě jsem pak dvacet minut čekala na další noční spoj. Odněla jsem si z tohohle dobrodružství parádní rýmu.

a ráno navíc zaspala na důležitou poradu do práce.

Na Nový rok jsem si zase cestou od rodičů uvědomila, že jsem u nich na botníku nechala celý svazek klíčů, samozřejmě i s těmi od bytu. Ažyl jsem pak v Praze hledala dobrou půlku noci, protože všichni moji přátelé ještě odpočívali v svých rodin nad zbytky cukroví a vaječňákem.

O klíčích od auta, které teď pravidelně nechávám přes noc venku ve dveřích, a o všech dalších ztracených nebo zapomenutých věcech snad ani nemluví. Jednoduše nic není zardarmo, ani zamilovanost.

Ale za ten neopakovatelně krásný výhled z té výšky to stejně asi stojí!

Anketa

f Která země je pro vás inspirativní?



Jan Tesař
Itálie. Tam stále nezapomněli umění žít.



Tomáš Mádr
Švýcarsko. Je ve všech směrech neutrální a má klid.



Jana Květoňová
Finsko, země tisíce jezer. Vládne zde poctivost až nebyvalá.

@mojemetro



@tramfantik má pro nejen pro Pražáky pěkný tip:

@vozovnastrasovice zahájila retro vikendy na lince 2.

„Tento vikend jezdily vozy T6A5,“ upřesnil **@tramfantik**.

#oldtram #vozovnamotol #depomotol #ckdtram #ckd #tatrat6a5

#t6a5 #vozovnastrasovice #vozovnazizkov #photoshooting

#METROTAG

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

Dopisy a vzkazy

Přístup církve

Tři králové mají v naší zemi dlouhou historii. Tradici většinou udržoval venkov, kde malí koledníci obcházeli stavení, aby dostali nějaké laskominy. Doba se však mění. Církve dostávají od státu mnoho miliard, za které slibovaly charitativní podporu nemocným a sociálně slabým. Jak se tak rozhlížím, ještě uplynulý víkend číhalo na naše občany při různých příležitostech mnoho pokladniček pro charitu církve. Já sám vynakládám větší částky na pomoc potřebným, ale vždy na konkrétní účel. Přístup katolické církve mi připadá jako další obohacování této instituce. Já bych si naopak představoval, že na Tři krále uspořádají církevní činitelé na vlastní náklady kulturní akce (nyní omezeně z důvodu pandemie), kterými udělají radost především dětem, a nebudou přitom vyžadovat naplnění svých církevních pokladniček.

MILOŠ PECHAR, PRAHA 5

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

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

Řešení sudoku

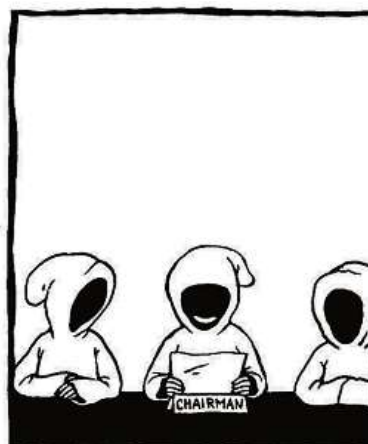
| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 9 | 1 | 4 | 2 | 7 | 8 | 3 | 6 |
| 3 | 7 | 2 | 5 | 8 | 6 | 4 | 9 | 1 |
| 6 | 8 | 4 | 9 | 3 | 1 | 2 | 5 | 7 |
| 9 | 2 | 6 | 1 | 4 | 3 | 7 | 8 | 5 |
| 4 | 3 | 5 | 8 | 7 | 2 | 6 | 1 | 9 |
| 7 | 1 | 8 | 6 | 5 | 9 | 3 | 2 | 4 |
| 2 | 5 | 7 | 3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

Řešení luštěnky

BŘIČHO

Komiks

Stripoff..... SRZ



honza-smolik.com

Novoroční předsevzetí - Začněme se starat o svůj střevní mikrobiom.

Období svátků bývá tradičně spojováno s hodováním, popíjením a oslavami. V lednu se nám to ale všechno sečte, kromě nabytých kil nás kolikrát už během svátků potrápilo zažívání, trávení a vyprazdňování. Od toho jsou novoroční předsevzetí, protože kdy jindy se začít starat o své tělo než právě na začátku roku. Na tipy jsme se zeptali Zuzana Juskové z mladé české firmy SimpleBiotix.

Pojmy jako střevní mikrobiom, probiotické bakterie a prebiotika jsou pro Vás denním chlebem. Můžete je přiblížit i našim čtenářům?

O střevním mikrobiomu se říká, že je to náš druhý mozek. Ve střevech totiž žije až 1,5 kg bakterií - tedy živých organismů. Tyto probiotické bakterie ovlivňují naše zažívání, trávení a vyprazdňování. Kromě toho ale ovlivňují i naši náladu tím, že se tu tvoří se tu 90% hormonu štěstí serotoninu. Žijí tu také Bifidobakterie - bakterie věčného mládí, které se nám postupem věku ztrácejí.

Zuzko, jak jste se dostala k nápadu vyrábět vlastní potravinový doplněk?

V mládí jsem reprezentovala Českou republiku ve snowboardingu. Mám ráda

aktivní životní styl a zde je základem těla, které vás nezradí a funguje. Postupem času, když jsem založila rodinu a zažívala stres v práci, jsem najednou pocítila, že mé tělo stárne, vytrácí se energie a ubývají síly. Právě v té době jsem poznala mikrobiologa RNDr. Petra Ryšávků a ten mi osvětlil, že tajemství zdravého a spokojeného života se ukrývá ve střevech. Tehdy poprvé mi byl vyvrácen mýtus, že probiotika se užívají jen při antibiotické léčbě.

A není to tak? Vždyť každý lékař nám probiotika k antibiotikům doporučuje.

Antibiotická léčba je vlastně poprava přátelských bakterií v našem břiše. Je tedy nutné současně s antibiotiky nasadit vhodná probiotika. Ale probiotika dokážou



odvést skvělou práci i ve zdravém těle. Naše potrava už dávno není tak bohatá na živiny, jako byla za dob našich babiček. Jíme spoustu průmyslově zpracovaných jídel, čerstvost a lokálnost kvalitních potravin nám chybí. Svá střeva dlouhodobě zatěžujeme stravou, stresem a léky. To bychom si měli uvědomit o občas svému tělu probiotika dopřát.

Jak se takový nedostatek přátelských bakterií může projevit?

To je právě u každého člověka různé - například u mě to byl celková únava a problémy s trávením. Když správně nepracují střeva, může se to odrazit i na náladě a dušev-

ním zdraví, zvýšenou náchylností ke stresu, a samozřejmě vším, co je spojené s cestou potravin od úst až do záchodové mísy - takže trávení, zažívání i vylučování, nadměrná plynatost. Špatná činnost střev může souviset i třeba s kožními problémy nebo nepříjemným nafouknutím břicha, což trápí zejména dámy. Nesmíme zapomenout na to, že střeva hrají velmi důležitou roli v budování imunity. Ve střevech se skrývá 80% naší imunity.

Takže když si dám do pořádku střeva, budu se cítit dobře?

Myslím si, že by péče o střeva měla být součástí našeho

života - stejně jako třeba bereme vitamíny nebo se staráme o pleť. Právě proto jsme začali vyrábět doplněk stravy SimpleBiotix, kde kombinujeme kvalitní probiotika s prebiotiky (krmení pro probiotika) a ostatními blahodárnými látkami.

Máte nějaké konkrétní příběhy lidí, kteří mají se SimpleBiotix zkušenosti?

Těch příběhů je už celkem dost. Někdo si SimpleBiotix pochvaluje, že má více energie a ráno se mu lépe vstává. Starší lidé nám volají, objednávají SimpleBiotix znovu, protože jim ulehčuje zažívání, trávení a vyprazdňování. Dalším zákazníkům se třeba vyřešili problémy s nafouknutím a plynatostí. Cestovatelé si SimpleBiotix berou s sebou na cesty, aby se vyhnuli průjmům nebo zácpě. Zpětná vazba od zákazníků je pro nás hlavním motorem, který nás pohání v hledání těch nejlepších přátelských bakterií a snaze vyvíjet udržitelný a kvalitní produkt.

**Sleva 200 Kč
s kódem
METRO200**

Získejte dlouhodobou kontrolu nad svou váhou, náladou a zdravím.

Objednejte svoji SimpleBiotix kúru na www.simplebiotix.cz se slevou 200 Kč. Zadejte slevový kód METRO200.

Dejte svá střeva do pořádku.

simplebiotix

www.simplebiotix.cz



Doplněk stravy

Už 1507 lidí zmírnilo bolest kolene díky novému vynálezu

Bolest kolene jí ničila život

Sotva se vyhnula operaci!

Slova, která uslyšela paní Věra N. (59 let) z Liberce od lékaře, zazněla jako verdikt: „Ve vašem případě je nutná operace...“

Nemoc přišla najednou a fakt mě překvapila. Nesnesitelná bolest a bodání v kolenu, otoky a potíže s chůzí. Po návštěvě u lékaře a vyšetření se ukázalo, že trpím artritidou...

Doktor řekl, že stav je tak pokročilý, že jediný způsob, jak mě zachránit, je operovat dvě kolena.

Paní Věra si vzpomíná: – Byla jsem úplně zlomená, myslela jsem si, že mi doktor pomůže, ale to, co jsem uslyšela, znělo jako TREST SMRTI! Je mi 59 a slyším od lékaře, že jediným prostředkem záchrany je chirurgický zákrok, při kterém je nutné nahradit přirozené části uvnitř kolene umělými; vyrobenými z kovu nebo plastu.

Ještě k tomu všemu po operaci nejen nebudu moct dělat dlouho zatěžovat kolena, ale také mě čeká namáhavá rehabilitace pod dohledem specialisty, a přitom si nejsem jistá, jestli znovu získám svoji dřívější fyzickou zdatnost. A tak jsem si ráda hrála se svými vnučkami na honěnou a kdykoli jsem o ně pečovala, trávil jsem s nimi čas velmi aktivně...



Paní Věra (59 let) může jít s nákupy do čtvrtého patra starého činžovního domu bez jakýchkoli nepříjemných nebo bodavých bolestí...

Doktor nedával paní Věře naději

Z chirurgického zákroku jsem byla naprosto vyčerpána, řekla jsem si, že rozhodně existuje jiné řešení. S pomocí mého syna jsme začali hledat způsob, jak zmírnit chronickou bolest bez operace. Zpočátku jsem brala různé přípravky, změnila jsem dietu, chodila jsem na speciální ozařování, ošetření... Na okamžik to pomohlo, ale čas od času se bohužel bodavá nesnesitelná bolest vracela, a v nejnečekávanější chvíli.

Můj syn se vždy zajímal o sport a když jednoho dne sledoval volejbalový zápas, všimla jsem si, že volejbalisté mají pod kolena podivné malé pásky... Napadlo mě – pořád skáču, trénuji i po 8-10 hodin denně, jejich klouby, zejména kolena, jsou stále zatížená. Došla jsem tedy k závěru, že možná jejich metoda by mě mohla zachránit před operací.

Změna ze dne na den

Ukázalo se, že to, co měli na nohou, byly takové speciální americké magnetické pásky. Objednala jsem si dva páry těchto pásek svou rodinou v USA, a jsme je začali používat. Úžasné – ze dne na den jsem se získávala zpátky dřívější funkci kolena. Nyní, spolu s mým manželem, si můžeme znovu užívat života a procházet se našimi milovanými horami!

Feritový magnetický pásek Bond Therapy vytvořil specialista na sportovní traumatologii. Prostřednictvím vestavěných aktivních polarizátorů vysílá do kolena a kyčlí uklidňující magnetické vlny o síle 1000 Gs, které oslabují impulsy bolesti, zvyšují krevní oběh a stimulují buněčnou bioenergetiku. Díky tomu pomáhá zmenšovat bolest degenerovaných kolena a kyčlí.

To může být jedna z metod, která byla testována na mnoha lidech, jako je paní Věra nebo



Byli jsme šokováni

Já a moje žena rádi chodíme, už jsem viděl různé typy magnetických pásek, každý byl masivní, těžký a omezoval pohyb. Magnetoterapie opravdu fungovala a dávala výsledky, problém je v tom, že jsme nemohli nosit magnetické pásky kvůli jejich velikosti. Nehodily se prakticky k žádnému druhu oblečení, odstávaly, a co je nejhorší, tlačily. **Jakmile jsme koupili tyto nové pásky o síle 1000 Gs pro manželku a 4000 Gs pro mě (kvůli věku a degeneraci), už nebojujeme s bolestí kolena a nemusíme čekat do léta, abychom si oblékli šortky. Dnes můžeme znovu chodit po horách!**

Katka a Oldřich (68 i 75 let)

pan Oldřich s manželkou Katkou (viz rámeček).

Pásek Bond Therapy se zapíná na suchý zip, a na rozdíl od masivních stabilizátorů má jemnou a pružnou strukturu, díky čemuž nebude utlačovat a vejde se pod prakticky jakýkoli oděv. Když jej budete nosit 6-8 hodin denně můžete:

- ✓ **ZÍSKAT ZPÁTKY** funkční a silná kolena;
- ✓ **REGENEROVAT** vaši kloubní chrupavku;
- ✓ **ZMENŠIT BOLEST** a otoky kolena.

Jak získáte analgetický magnetický pásek?

Feritový magnetický pásek na koleno obdržíte v telefonickém prodeji, kde jsme pro vás připravili skvělou akci.

I VY SE MŮŽETE ZBAVIT BOLESTI!

Příjemný a prodyšný neoprenový materiál, který se dokonale přizpůsobí tělu.

POUZE do 14. ledna až o 73% levněji!

Snadné zapínání pomocí 2 elastických suchých zipů vám umožní přizpůsobit stabilizátor každému kolenu.

Feritové magnety o síle 1000 Gs.

Magnetoterapie je nová neinvazivní metoda se skvělými výsledky.

1000 Gs

DÍKY BOND THERAPY MŮŽETE:

- ✓ **zmírnit bolesti** kolena
- ✓ **uvolnit a stabilizovat** klouby
- ✓ **zmenšit svalové napětí** a regenerovat tkáň
- ✓ **zminimalizovat** otok a zánět

Při přetrvávajících obtížích navštivte neprodlené lékaře!

Pouze NYNÍ až o 73% levněji!

Prvních 100 lidí, kteří zavolají do **14. ledna 2022**, má nárok na **speciální slevu - 73%**. Obdržíte magnetický stabilizátor Bond Therapy za akční cenu (**doprava ZDARMA!**)

296 849 742

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod. (Normální místní připojení bez příplatků)



Studenti vyzrají na hackerské útoky

Stále se zrychlující vývoj moderních technologií zvyšuje i nároky na jejich ochranu. V Laboratoři vestavné bezpečnosti na Fakultě informačních technologií ČVUT v Praze se studenti učí, jak chránit chytrá zařízení a předejít hackerským útokům. Zabývají se různými aspekty bezpečnosti Internetu věcí a vestavných systémů. Díky novému vybavení laboratoře si studenti v praktických cvičeních „na vlastní kůži“ zkouší různé typy kryptoanalytických útoků, aby se naučili identifikovat bezpečnostní hrozby a zároveň se proti nim uměli účinně bránit.

Hotelnictví. Pandemické restrikce

Ještě začátkem listopadu odhadovalo vedení hotelové sítě Orea měsíční nárůst poptávky o zhruba pět procent oproti předpandemickému roku 2019. Očekávané rekordní výsledky však byly z důvodu plošných restrikcí nahrazeny poklesem hostů a rušením rezervací. Průměrná obsazenost ve všech hotelech dosáhla v listopadu 41 procent, což je o 16 procentních bodů méně než před dvěma lety. „Horší než v horských hotelech je situace v městských a lázeňských hotelech, které byly a stále jsou nejvíce zasažené omezeným cestováním přes hranice a také rušením skupinových rezervací. Poptávka po těchto hotelech v porovnání s rokem 2019 poklesla zhruba na polovinu,“ říká ředitel obchodní strategie hotelové sítě Orea Jiří Fontana. Zároveň dodává, že i přes celkový pokles skupinových rezervací se povedlo zaujmout více individuálně cestujících klientů a zvýšit jejich počet o 25 procent v porovnání s rokem 2019.



Sloup-21

Ve slezském Krnově na náměstí Hrdinů se tyčí pozoruhodný betonový sloup. Autoři Jan Nálepa a Dávid Sivý své dílo upomínající na covidovou dobu nazvali Sloup-21.

Rozbitý displej u telefonu nemusí být problém!

Chcete si pořídit nový mobil, ale bojíte se, že vám upadne a rozbijete si displej? U nejnovější vlajkové lodi Samsungu, smartphonu Galaxy S21 FE 5G, můžete zůstat v klidu. Pokud si totiž pořídit tento telefon do konce ledna 2022 (nebo do vyprodání zásob), získáte nárok na pojištění Samsung Care+ na dobu jednoho roku, které kryje jedno náhodné poškození mobilního telefonu (např. poškození displeje pádem dle podmínek pojištění). Spoluúčast je pak jen 1 499 Kč. Zájemci zároveň mohou využít výkupní bonus 4 000 Kč za zpětné odkoupení starého zařízení v rámci akce Vyměňte starý za nový na stránkách www.novysamsung.cz.



je vybaven stejnou sadou profesionálních fotomodulů, jakou byly pořízeny mnohé světově nejoceňovanější snímky. Amatérští i profesionální fotografové můžou snadno upravovat, publikovat a sdílet obsah, který upoutá pozornost. Ve srovnání s modelem S20 FE se vylepšil také noční režim, což umožňuje pořizovat mimořádně dobře prokreslené fotografie i ve velmi nepříznivých světelných podmínkách, například na nočních akcích s přáteli. K dispozici je také skvělý 32Mpx přední fotoaparát, kterým můžete vytvářet velmi kvalitní selfie.

Nový panel ochrany osobních údajů

V intuitivním uživatelském rozhraní Samsung One UI 4 si můžete navrhnout vlastní ideální mobilní prostředí – takové, které bude přesně vyhovovat vašim potřebám a umožní vám dát najevo, kým jste. Díky větším možnostem přizpůsobení a silnější ochraně soukromí budete mít vše pod kontrolou. Můžete si upravit domovské obrazovky, ikony, oznámení, tapety a další prvky, například vylepšené widgety nabízející rozsáhlé možnosti personalizace. Pro zajištění pocitu jisto-

ty a bezpečí je S21 FE 5G vybaven novým panelem ochrany osobních údajů, který soustředí ovládací prvky zabezpečení na jednom snadno dostupném místě, takže používání One UI 4 na Galaxy S21 FE 5G je stejně snadné jako bezpečné.

Na českém trhu je Samsung Galaxy S21 FE 5G dostupný v zelené, šedé, bílé a fialové barvě. Doporučená maloobchodní cena je 18 999 Kč v případě varianty s 6 GB RAM a 128GB interním úložným prostorem a 20 999 Kč pokud se jedná o variantu 8 GB RAM a 256 GB interním úložištěm.

Profi foťák s vylepšeným nočním režimem

Samsung Galaxy S21 FE je plnohodnotným zástupcem řady Galaxy S21. Nabízí vysoký výkon, profesionální fotoaparát, bezproblémové připojení k ekosystému zařízení i vyřazený ikonický design. Má elegantní a tenké tělo o tloušťce 7,9 mm, takže se dá pohodlně strčit do kapsy a můžete se s ním vydat kamkoli chcete. Milovníci

videí ocení mimořádně ostrý a kvalitní displej Dynamic AMOLED 2X s velkým rozlišením. Náruživé hráče potěší zejména plynulá grafika s obnovovací frekvencí 120 Hz pro intenzivnější herní zážitky a také 240Hz odezva dotykového displeje, díky níž mohou pozvednout svoje hráčské umění do nových výšin.

Řada Galaxy S21 je proslulá svými špičkovými fotoaparáty a S21 FE 5G



Fandové řádili

Tenista Novak Djokovič (na snímku z loňska vpravo) dostal šanci na obhajobu titulu na Australian Open. Srb u soudu uspěl s odvoláním proti deportaci, kterou mu nařídily australské úřady po zrušení jeho víz kvůli zpochybnění schválené výjimky z očkovaní proti koronaviru. Soudce Anthony Kelly víza světové jedničky obnovil. Djokovič dostal zpátky pas a mohl definitivně opustit detenční hotel, kde byl od čtvrtka uzavřen. Zcela vyhráno ale Srb ještě nemá. Víza mu může odebrat ministr pro imigraci Alex Hawke. Ten do uzávěrky tohoto vydání své rozhodnutí neoznámil. V ulicích Melbourne včera řádili Srbovi fanoušci. Policie použila pepřový sprej. 2x AP

Krátce

Látal zamíří do Polska

Radoslav Látal se stal novým trenérem polského fotbalového klubu Bruk-Bet Termalica Nieciecza. Bývalý kouč Olomouce podepsal v posledním týmu nejvyšší soutěže smlouvu do konce sezony 2022/23.

Vrba prodloužil na Letné

Fotbalová Sparta prodloužila o rok spolupráci s trenérem Pavlem Vrbou. Bývalý reprezentační kouč by měl zůstat na lavičce pražského klubu minimálně do léta 2023. Pokračovat budou i Vrbovi asistenti.

Trest: Šest let bez fotbalu a pokuta

Etická komise Fotbalové asociace ČR v aféře kolem bývalého místopředsedy FAČR Romana Berbera na šest let zakázala činnost Tomáši Freislerovi za to, že v květnu 2019 z pozice asistenta trenéra týmu Loko Vltavín převzal úplatek za ovlivnění utkání třetí ligy s Vyšehradem. Bývalý prvotřížový obránce zároveň dostal pokutu 50 tisíc korun. **ČTK**

Prokopovi pomohlo i zrušení penalizace

Českým jezdcům včerejší etapa na Dakaru svědčila.

Automobilový jezdec Martin Prokop zajel v 8. etapě Rallye Dakar sedmnáctý čas a posunul se na osmé místo průběžného pořadí. Prokop ztratil na 395 kilometrech rychlostní zkoušky necelých dvacet minut na nejrychlejšího Švéda Mattiase Ekströma, který při svém druhém startu na Dakaru poprvé vyhrál etapu. V čele je nadále Násir Attíja z Kataru, druhý Francouz Sé-

bastien Loeb ale dokázal jeho náskok snížit o sedm minut. Attíja má k dobru 37:58 minuty. Prokop v průběžném pořadí předstihl Argentince Lucía Álvareze, jenž dnes výrazně ztrácí. K dalšímu posunu mu pomohlo i zrušení patnáctiminutové penalizace, kterou dostal v neděli večer. „Máme za sebou nejdělsí den na Dakaru, což by nevádlilo. Prvních 200 kilometrů byly nejtěžší duny, jaké jsem v Saúdské Arábii viděl, což bylo fajn. Bylo pár míst, které jsem měl problém vyjet, což se nám předtím nikdy nestalo. Takže super,“ řekl Prokop. Poté ztrácel na rychlé kame-

nitě trati. „V neděli jsme na posledních osmi kilometrech ztratili pět minut, protože se auto na tomto povrchu nedalo uřídit. Dnes jsme zkusili změnit nastavení, a bohužel na špatnou stranu. Nešlo s tím jet rychleji,“ přiznal.

Motocyklový závodník Martin Michek si polepšil na 21. pozici celkově. Je opět nejlepším Čechem v kategorii místo Jana Brabce, který figuruje dvě příčky za ním.

Mezi kamiony drží čtvrté místo Aleš Loprais, jenž dojel šestý, pozici před Martinem Macíkem. Kategorii opět kralovali jezdci Kamazu, kteří obsadili první čtyři místa. Z ví-

tězství se radoval lídr průběžného pořadí Rus Dmitrij Sotnikov a upevnil si vedení. Pátým místem se blýskl Chilan Ignacio Casale v barvách českého týmu Tatra Buggyra Racing, který po nedokončených dvou etapách nemá šanci na dobrý výsledek v celkovém hodnocení.

Mezi čtyřkolkami obsadil Zdeněk Tůma šesté místo a posune se na pátou pozici průběžného pořadí. Po pondělkou třetí Alexandr Maximov z Ruska totiž dnes neodstartoval. Polepšil si i Josef Macháček v kategorii lehkých prototypů, který je průběžně šestý. **ČTK**

Skvělý start

Hokejový brankář Lukáš Dostál dovedl Anaheim v své premiéře v NHL k výhře nad Detroitem 4:3 po nájezdech. Odchovanec brněnské Komety zastavil 33 střel i oba pokusy v rozstřelu a byl vyhlášen třetí hvězdou utkání. Českému gólmánovi vstřelil první branku v soutěži krajan Filip Hronek. Anaheim si vybral Dostála v draftu v roce 2018 jako 85. v pořadí a do hlavního týmu si jej vytáhl před pár dny. **AP**

