

# PASTRŇÁK ŘADÍ DÁL. UŽ NASBÍRAL 60 GÓLŮ

ČESKÝ HOKEJISTA CHCE S BOSTONEM USPĚT I V PLAY-OFF STRANA 15



# metro

mojemetro | denikmetro

Úterý  
11. dubna 2023  
č. 69  
www.metro.cz  
Svátek slaví: Izabela

# Tištěné mapy mají Češi pořád v oblíbě

**Favorité.** Nejvíce jdou na dračku plány hradů, zámků, rozhleden či pivovarů. **Pohoří.** Věvodí z pohledu území, prodávají se hlavně na jaře a v létě. **Navigace.** Od konce covidu se prosazují on-line verze STRANA 3



## Lyžařská sezona na Velikonoce skončila, sníh si ale na horách ještě užijí

V Královéhradeckém kraji včera skončila lyžařská sezona, poslední jízdy si lidé užili například ve Špindlerově Mlýně v Krkonoších. Dorazil sem i Krakonoš na snowboardu (na snímku). Na poslední dny vyšlo v kraji pěkné počasí. To se bude v dalších dnech proměňovat. V tomto týdnu místy zaprší, na horách může sněžit. Nejnižší noční teploty se většinou udrží nad nulou, teploty přes den se budou nejčastěji pohybovat nad 10 stupni. Vyplyvá to z týdenní předpovědi hydrometeorologů. Ochladí se ve čtvrtek, kdy bude od sedmi do 11 stupňů. Na víkend se opět mírně oteplí. ČTK

# TRÉNINK DĚLÁ MISTRA



**POTRÉNUJTE NA  
ŠKOLE SMYKU**

[polygonbrno.cz](http://polygonbrno.cz)

# Češi mají tištěné mapy stále rádi

**Covid poslal mapy do on-line verzí. Přesto se v tradiční formě dál drží.**

Poptávka po tištěných mapách v Česku stále je, kupují si je však spíše starší zákazníci. Podle ředitele nakladatelství Kartografie Jana Ptáčka ale obor značně poznamenala koronavirová pandemie, kdy se urychlil přesun map do on-line prostředí. Zájem přetrvává také u GPS navigací. Vyplývá to z anket mezi prodejci. „Klesající poptávka znamená nižší tiskové náklady. Proto nyní vydáváme především ty nejuspěšnější,“ uvedl Ptáček. Oblíbě se podle něj těší například mapy hradů, zámků, rozhleden, pivovarů nebo vojenských památek. O tištěné mapy je největší zájem na jaře a v létě.

**Fungují bez baterie, zájem je i o průvodce**

„Největší zájem je vždy o plány Krkonoš, Šumavy, Beskyd nebo Jeseníků,“ uvedl Ptáček. V případě automap podle něj Češi naopak preferují obsáhlejší a dražší tituly s podrobnějšími měřítky. „Během posledních 10 let došlo k částečnému poklesu prodeje papírových turistických map, a to hlavně kvůli nástupu mobilních aplikací a navigací. Zájem o tištěné mapy ale i tak stále trvá,“ uvedl ředitel firmy Trasa Radek Hlaváček. Proti elektronické mapě má podle něj ta papírová výhodu v tom, že umožňuje lepší prostorovou představu o území. „Navíc není závislá na signálu a nedojde jí baterie,“ doplnil. Dobře se podle marketingové manažerky knihkupectví Luxor Kláry Unzeitigové prodávají třeba knižní průvodci. „Nejvíce jdou na odbyt v létě a v prosinci

před Vánoci,“ uvedla. „Za loňský rok velký zájem zaznamenaly průvodci po České republice, což mohlo být dáno omezenými možnostmi cestování do zahraničí,“ řekla.

**Navigace upozorní, že jezdec spadl z kola**

„Obraz z prodejce navigací meziročně roste každý měsíc od loňského dubna,“ tvrdí mluvčí e-shopu Mall.cz Jakub Charvát. Úspěch podle něj mají především navigace na kolo. Některé typy navigace již dokáží například rozpoznat, když uživatel spadne z kola, a pošlou pak souřadnice o jeho poloze rodině. Rada navigací disponuje dalšími možnostmi. Měří třeba výkon jezdce. „Zvýšený zájem o ně pozorujeme od uvolnění covidových opatření od loňského jara, kdy prodeje konstantně meziročně rostou,“ potvrzuje i mluvčí e-shopu CZC.cz Michaela Balarinová. **ČTK**



2x ČTK

## Pašijové hry na hradě Lipý

Na Velikonoční neděli neboli Boží hod velikonoční si křesťané připomínali zmrtvýchvstání Ježíše Krista, které je centrálním bodem jejich víry. Už v pátek se na hradě Lipý v České Lípě uskutečnily Pašijové hry, kterými si lidé o Velikonočních Ježíše Krista připomínají. **ČTK**



INZERCE

Krátké

### Naštvaný pštros v Brně

Strážníci v Brně-Bystrci včera naháněli uprchlého pštrosa Edu, kterému se podařilo přeskočit plot. „Vypadal prý naštvaně,“ popsal mluvčí brněnských strážníků Jakub Ghanem, co říkala jeho kolegům oznamovatelka. Pták zaměstnal i strážníky pořiční jednotky a odchytovou službu městské policie. Museli být velmi opatrní. Pštrosi se dokážou účinně bránit kopáním, mají vnitřní prst podobný kopytu. Ránu také jeden ze strážníků dostal. **ČTK**

### Francouz veze do Prahy Itálii

V pražském obchodním domě Galerie Harfa se uskuteční první vel-

ký festival zaměřený na italskou gastronomii a kulturu ItalFest. Akci, která se uskuteční od zítřka do neděle, pořádá Francouz žijící v Česku – Chris Delattre. Ten také stojí za populární gastro událostí Čokofest, která představuje to nejlepší z čokolády od výrobců z celého světa. **MET**

### Pokuty pro pejskaře

Za exkrement pokuta až deset tisíc korun. Liberec bude přísnější na majitele psů. Primátor města Jaroslav Zámečník tak navrhuje místo zvyšování poplatků za psy jít cestou represe a „nesběračům“ udělovat pokuty, a to až v hodnotě deset tisíc korun. Podobně by mohli být trestáni i ti majitelé, kteří svého psa nemají na vodítku. **IDNES.cz**

## Pražská MHD. Druhá nejlepší na světě

Nejlepší systém městské hromadné dopravy na světě má Berlín, na druhém místě je Praha. Pořadí je výsledkem průzkumu, který provedl vydavatel turistických průvodců Time Out. Ten se ptal obyvatel vybraných měst, jak jsou s veřejnou dopravou spokojeni – 96 procent Pražanů v něm odpovědělo pozitivně. Do průzkumu se zapojilo 20 tisíc lidí v 50 městech, z nich

Time Out vybral 19 nejlepších. Do první desítky se dostali pouze zástupci Evropy a Asie, Evropu kromě Berlína a Prahy zastupuje ještě Kodaň na čtvrtém místě, Stockholm na pátém a Amsterdam na desátém. Time Out na svém webu upozornil také na to, jak skvělý výhled na historické památky je z některých linek tramvaje, a také na estetické kvality metra. **ČTK**

TENTO KUPÓN SLOUŽÍ JAKO SLEVA Z PLNÉHO VSTUPNÉHO PŘI PŘEDLOŽENÍ.

13. - 16. 4. 2023

Narcis

Výstava narcisů, tulipánů a dalších jarních cibulovin

součástí výstavy...

ELEGANCE a REGIONY ČR

Tisíc a jedna květina v pestrobarevném aranžmá

ZAHRADNICKÉ TRHY

VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM



METRO

# Herní fenomén jako komiks

Veleúspěšná historická videohra českého vývojáře Daniela Vávry Kingdom Come: Deliverance sice vyšla před pěti lety, ale její sláva neustává. V USA si ji zamilovali a dočkala se tam dokonce komiksového zpracování. Nyní grafický příběh, který je jakousi předehrou tohoto fenoménu a dokresluje různé postavy, vychází v češtině u nakladatelství Crew. Jak se takový komiks překládá do češtiny? „Zatímco román je překladačský maraton, komiks je osvěžující výběh na deset kilometrů,“ říká překladač tohoto komiksu Filip Drlík.



musí být výstižný, úderný, expresivní, zachovat význam i sentiment předlohy. V tomto ohledu mají podle mě grafické romány navzdory svému pojmenování blíž k filmovým titulům, poezii nebo marketingové transkripci. Nejcitelnější rozdíl je ale samozřejmě v celkové délce díla – román je maraton, komiks je takový osvěžující výběh na deset kilometrů.

**Komiks původně vyšel v Americe a obsahuje některé momenty z českých dějin. Museli jste Američany v některých věcech opravovat?**

Co se samotného děje týká, Američani důsledně respektovali historický narativ, který použili tvůrci videohry. Takže co se reálií týká, do ničeho jsme nezasažovali ani zasahovat nemuseli, pokud se dobře pamatuju.

**Jak probíhala vaše spolupráce s odborným konzultantem?**

V tomhle ohledu se hlavně čínila paní redaktorka Jolana



Překládat komiksy bylo jeho dlouhodobé přání.

CREW

**Jaké jsou největší rozdíly mezi překládaním románem a komiksu?**

To je výborná otázka! Způsobů, jak na ni odpovědět, by se našlo spousta. Nejpatrnější rozdíl obecně jako překladač vnímám v poměru dialogů vůči popisům. V některých dílech se tahle hranice samozřejmě stírá, ale v románech často převažují popisy nad dialogy, zatímco v komiksech je to naopak. Popisů

je v nich málo, protože je výmluvně nahrazují obrazy. Proto když překládám komiks, jsem ponořený v dialozích, mám mnohem víc prostoru k podchycení idiolektu každé postavy, řeší se podrobněji úroveň spisovnosti, ne-spisovnosti. Navíc by každá promluva měla délku plus minus odpovídat zdroji, aby se vešla do bubliny, tedy žádná slovní omáčka, ale výsledek zase nesmí být strohý –

Tichá, která to dotáhla k dokonalosti, doteď žasnu nad tím, jak dokázala vyřešovat a ověřit pomalu každé slovo, aby vše sedělo do toho období konce 14. století.

**Musíte během překladu také dbát na to, že to musí sedět do letteringu, aby se bubliny nejlépe četly?**

Snažím se na to dbát vždycky, i když si při překládání v textovém editoru nejde s jistotou představit, jak ta bublina bude vypadat. Tuším ale, že bubliny se dají často poupravit, tedy rozšířit, roztáhnout a tak dále, takže často snad stačí, aby to sedělo přibližně.

**Napsal byste v Kingdom Come: Deliverance něco jinak, kdybyste měl tu možnost?**

Chápu, že kniha má hlavně sloužit jako doplněk k videohře, ale osobně bych do ní dal míň pasáží s Prckem a Ištvanem a dal bych například víc prostoru ženským postavám. Teď tam tuším nejsou vůbec žádné, a pokud ano, figurují pouze ve zmínkách o lazebnících. Zastaralé historické narativy, které zcela opomíjejí nebo upozadují ženy, mě už po pravdě nebaví číst. Co se formy týká, asi bych sám komiks na motivy Kingdom Come pojal spíše jako knihu krátkých, nepřímou souvisejících povídek.

**Překvapilo mě, že se v komiksu docela kleje a mluví sprostě, což u lapků lze předpokládat. Konzultoval jste někde, jak se klelo v dobách Václava IV.?**

Opět smekám před schopnostmi paní redaktorky. Přišla s takovou zásobou středověkých nadávek a vulgarismů, až nám z toho vyvstala nakonec i debata, nakolik jsou některé pochopitelné pro dnešního čtenáře a jestli by si neznámá slova případně

vyhledal. Kdo z vás ví, co je kep? Celkově ale v tomto ohledu je ten český překlad dost unikátní – angličtina řeší tu středověkost americky, jenom příležitostnými náznaky, dobové výrazy tam téměř nejsou, postavy klejí a mluví dnešní angličtinou. Já, a zejména paní redaktorka jsme se v tomto ohledu snažili být důslednější – přece jsem přeložil pět knih z Cate-sova runu Venom, čtyři knihy Avengers z Aaronova runu plus Kingdom Come a jednu knihu Simpsonovi.

**Jak dlouho se věnujete překladům komiksů a která díla už máte za sebou?**

Právě teď v dubnu to jsou přesně dva roky, co se mi splnilo tohle dlouholeté přání. Začalo to překladem románu s Deadpoolem a od té doby jsem přeložil pět knih z Cate-sova runu Venom, čtyři knihy Avengers z Aaronova runu plus Kingdom Come a jednu knihu Simpsonovi.

**Jaký komiks podle vás v Česku chybí?**

V komiksech nemám zatím rozsáhlý přehled, takže teď opravdu vyjádřím čistě jenom svoje preference – obecně bych rád viděl víc komiksů od českých tvůrců, těch s feministickou tematikou, komiksů, kde se objevují nepřijemná, důležitá témata. Osobně mám nejraději žánr dark/weird fiction, takže vlastně ocením víc čehokoli, co v človek svou vizuální i příběhovou stránkou zanechá silnou stopu. Ale abych byl konkrétnější: třeba adaptaci After the Rain Nne-di Okorafor od Johna Jenningse, The Eldritch Kid od Christiana Readu nebo naprosto opulentní komiks o hmyzu Salsa Invertebraxa od Mozchopse.



PETR HOLEČEK  
petr.holecek@metro.cz

## Zázračná fytomast vás osvobodí od bolesti kloubů!

Starý klášterní recept vám přinese úlevu již po 3 minutách! Během 7-14 dnů zcela odstraní:

- ▶ akutní a chronické bolesti kloubů (kolena, kyčle, záda, lokty, kotníky, zápěstí),
- ▶ záněty a otoky,
- ▶ bolesti způsobené nadváhou, věkem, chronickými nemocemi (revmatismus, artróza, artritida, dna) a úrazy.

Počátky zázračné fytomasti se datují do Velikonoc roku 1932. Jak se dočteme v nedávno objevených denících františkána Marcella Antonelliho, měl v té době mimořádnou vizi. Sám Bůh se zjevil italské

mu mnichovi, který Antonellimu nařídil, aby se vydal do blízkosti Modrého Prámeny, v dnešním Rakousku.

**„Tam najdeš bylinky, které zbaví miliony lidí utrpení“ – uslyšel.**

Františkán šel na uvedené místo. Tam našel 10 unikátních bylin a připravil s nimi fytomast, která přinesla úlevu pouhé 3 minuty po její aplikaci! Během následujících 7-14 dní bolesti úplně zmizely i ty nejtěžší a trvající několik desítek let! Vzpomínka na otce Antonelliho se vrátila v roce 2021, kdy byl nalezen zmíněný mnišský deník, s receptem na zázračnou fytomast. Místní františkáni tento recept znovu vytvořili. Používají stejných 10 bylin. Nad každým gramem fytomasti říkají modlitbu za uzdravení.



Díky podpoře dárců a dobročinných organizací se naší zemi podařilo přivést 450 balení zázračné fytomasti, z nichž hned 50 lze získat ZELTA ZDARMA! Nabídka platí do 14.04.2023.

Zavolejte: 296 849 637

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod.  
(Obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků)

# Drogerii? Máme!



## Hrátky na vodním festivalu Songkran

Turisté si v těchto dnech užívají karnevalovou atmosféru festivalu Songkran ve městě Jinghong v jihozápadní čínské provincii Yunnan. Songkran je termín odvozený ze sanskrtského slova sankranti a používá se podle Wikipedie k označení tradičního Nového roku pro buddhistický kalendář oslavovaný v Bangladéši, Kambodži, Laosu, Myanmaru, na Srí Lance, v částech severovýchodní Indie, Thajsku, části Vietnamu a právě této části Číny. Nový rok začíná, když Slunce prochází souhvězdím Berana, prvním astrologickým znamením ve zvěrokruhu, jak počítá siderická astrologie. Souvisí s ekvivalentními novoročními festivaly založenými na hinduistickém kalendáři ve většině částí jižní Asie, které se souhrnně označují jako Mesha Sankranti. MET



## Gruzie. Odmítá „ruské otroctví“

Tisíce stoupenců opozice vyšly v neděli do ulic gruzínské metropole Tbilisi na podporu Ukrajiny a žádosti Gruzie o vstup do Evropské unie. Demonstraci před gruzínským parlamentem svolalo Sjednocené národní hnutí (UNM), které založil vězňený exprezident Michail Saakašvili.

Protestující mávali vlajkami Gruzie, Ukrajiny a Evropské unie a drželi obří transparent s nápisem „Pro evropskou budoucnost“, píše agentura AFP.

Demonstranti rovněž skandovali „Ať žije Miša“ v odkazu na Saakašvilho, který si

odpykává šestiletý trest za zneužití moci, jehož se podle soudu dopustil v době své vlády v letech 2004 až 2013. Saakašvili a některé mezinárodní organizace pro lidská práva trest odsoudily jako politicky motivovaný. Opoziční politik ve vězení drží opakovaně hladovku.

Předseda Sjednoceného národního hnutí uvedl, že protestující požadovali rovněž „osvobození politických vězňů a zavedení reform“. Evropská unie tyto kroky zařadila mezi podmínky, které musí Gruzie splnit pro získání oficiálního statusu kandidáta. IDNES.cz

## Ukrajina. Změna

Ukrajina byla kvůli rozsáhlému úniku amerických vojenských dokumentů z posledních týdnů nucena změnit své válečné plány. Uvedla to stanice CNN s odvoláním na zdroj v administrativě ukrajinského prezidenta Volodymyra Zelenského.

Ruské síly mezitím mění svou taktiku v boji o Bachmut. Přešly k taktice „spálené země“, kterou dříve uplatňovaly v Sýrii.

Utajované dokumenty převážně o vojenských operacích na Ukrajině se objevily minulý týden na sociálních sítích. Podle Kyjeva obsahují smyšlené údaje a podle vojenských analytiků mohly být upraveny pro dezinformační účely. Některé části dokumentů se ale podle odborníků zdají být autentické. Americké ministerstvo obrany v neděli oznámilo, že posuzuje dopad úniku na bezpečnost USA. ČTK

# Věčné chemikálie mají na svědomí neplodnost

**Látky obsažené v kosmetice či teflonu podle studie způsobují, že mají ženy menší šanci otěhotnět.**

Ženy s vyššími hladinami takzvaných věčných chemikálií v krvi mají o 40 procent nižší šanci otěhotnět do jednoho roku od prvního pokusu o početí potomka.

Vyplývá to z první známé studie o vlivu perfluorovaných a polyfluorovaných látek (PFAS) na plodnost žen, napsal list The Guardian.

PFAS se používají k výrobě povrchů, které mají odolávat vlhkosti, mastnotě nebo zašpinění, jako jsou rozšířené materiály Gore-Tex, teflon nebo kosmetické produkty. Když se skrze vodu nebo jídlo dostanou do krevního oběhu,

zůstávají v organismu natrvalo. Podle expertů mohou způsobovat rakovinu, onemocnění jater, poruchy imunitního systému nebo pokles plodnosti u mužů. Perfluorovaným sloučeninám se přezdívá „věčné chemikálie“, protože se v přírodě v podstatě nerozkládají nebo se rozkládají jen velmi pomalu.

Tyto látky byly nalezeny téměř u všech lidí, kteří na ně byli testováni. Ve Spojených státech je jimi podle odhadů kontaminováno 99 procent lidí. Výzkum vlivu na neplodnost provedli vědci v Singapuru, kde je znečištění PFAS nižší, ale přesto zjistili silnou souvislost s infertilitou, kterou podle Světové zdravotnické organizace trpí každý šestý člověk na světě.

Některé perfluorované sloučeniny jsou zakázané. Vědci, kteří výzkum prováděli, ale vyzvali k zákazu celé skupiny těchto chemikálií. „V současné době čelíme celo-

světovému problému kontaminace PFAS. Jediným způsobem, jak se můžeme zcela vyhnout tomu, abychom byli vystaveni těmto látkám, je zcela je zakázat,“ uvedla spoluautorka výzkumu Damaskini Valviová. Do té doby podle ní lidé mohou přijmout určitá opatření, například používat speciální vodní filtry a vyhýbat se výrobkům obsahujícím PFAS. Studie se zúčastnilo přes tisíc žen v plodném věku, které se snažily otěhotnět. Vědci zohlednili jejich věk a vzdělání i to, zda jsou kuřačky nebo kolik již mají děti.

Vědci v krvi účastnic výzkumu odhalili řadu PFAS a hodnotili jejich vliv. Zjistili, že ženy, u nichž byla hladina věčných chemikálií o čtvrtinu vyšší než průměr, měly o 40 procent nižší šanci, že do roka otěhotní. Tyto ženy měly také o 34 procent nižší šanci, že do 12 měsíců porodí živé dítě. ČTK

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 Tasmánii. 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!

**O**dteď 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, vyřsovaný 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 Tasmánie 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 Tasmánie 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 zákazník. Prof. Oliver Munro, badatel léčivých vlastností tasmánské fauny a flóry, spolutvůrce náplastí na hubnutí, ujišťuje: *Naštěstí 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!“



*Přilepte 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 25.04.2023 obdrží 100% náhradu výrobce!

**ZAVOLEJTE 516 803 598**



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



Radka,  
57 let

**Shodila jsem 22 kg**  
- bylo to banálně jednoduché!

# Kvalitní dodavatel FVE? Poradíme vám, jak hledat



Podle čeho vybírat dodavatele fotovoltaiky?



4x SCHLIEGER

## Fotovoltaické elektrárny jsou stále oblíbenější.

Úspora nákladů na elektřinu, nezávislost na dodávkách energie z veřejné sítě, ochrana životního prostředí, ale také zvýšení hodnoty nemovitosti – to jsou hlavní důvody, proč o nákupu fotovoltaické elektrárny (FVE) přemýšlet. Klíčovým faktorem pro její pořízení a zprovoznění je výběr spolehlivého dodavatele.

### 33 000 solárních elektráren jen za minulý rok...

Poptávka po fotovoltaických řešeních neustále výrazně roste. Zatímco v roce 2021 bylo postaveno celkem 9321 elektráren s výkonem 62 MWp (megawatt-peak), v loňském roce bylo dle informací Solární asociace připojeno 33 760 solárních elektráren o celkovém výkonu 288,8 MWp. Domácí fotovoltaické elektrárny s výkonem do 10 kWp přitom tvořily s počtem 32 909 instalací významnou většinu. Devět z deseti nových domácích fotovoltaických elektráren zároveň ukládá získanou energii do akumulátorů a využívá ji později.

V současné době působí na českém trhu stovky dodavatelů fotovoltaických řešení. Mají rozdílné zkušenosti s instalací, provozem a servisem fotovoltaických elektráren, liší se úrovní odbornosti svých zaměstnanců a spolupracovníků. Jak se mezi takovým množstvím subjektů orientovat? K vyhledání správného dodavatele mohou pomoci reference, historie působení na trhu, prokázání odbornosti, například získanými licencemi a certifikáty na výrobu, instalaci celků i jednotlivých částí, stejně jako

stanovení jasných záruk a servisních podmínek.

### Kdo vám zajistí servis za 10 let?

Vyšší účty za energie, pokračující konflikt na Ukrajině, snaha o energetickou soběstačnost i o možnost přispět svým dílem ke snížení klimatických hrozeb – to vše můžeme chápat jako důvody rostoucí poptávky po FVE v České republice. Reagují na ni desítky až stovky nových subjektů. Řada z nich má ale velmi často s projektováním, instalací nebo servisem FVE minimální až nulové zkušenosti. Při výběru dodavatele je proto důležité zaměřit se na prověřené společnosti, které mají s působením v oboru dlouhodobé zkušenosti, případně jsou členy prestižních oborových asociací, jako jsou CAFT, Solární asociace nebo Česká fotovoltaická asociace.

### Moc lákavé často znamená Nereálné

Dodávky a instalace fotovoltaických řešení jsou úzce spojeny s dostatečnými skladovými zásobami, počtem vyškolených pracovníků v montážních čtách a s počtem revizních techniků, které dodavatel využívá. Vodítkem pro spotřebitele může být například smluvní doba dodání a také zprovoznění díla. Mnohé naznačí i celkový počet provedených instalací, který lze často dohledat na webových stránkách dodavatele.

Zvýšená poptávka po FVE v roce 2022 vyústila v prodloužení smluvních dodacích lhůt. V letošním roce by se tyto lhůty měly zkracovat a nepřesáhnout 6 měsíců. Pokud nějaký dodavatel slibuje instalaci, zprovoznění a připojení k distribuční síti v řádu pouhých týdnů, měli byste zpozornět. Je totiž evidentní, že z nevědomosti (nebo zá-

měně) pomíjí například lhůtu pro připojení FVE do distribuční sítě, která průměrně trvá 6 až 8 týdnů.

### Ušetřit hned se vždycky nevyplatí

Velmi levné zpravidla není stejné jako velmi dobré. Za kvalitní komponenty s vyšší účinností a výkonem prostě zaplatíte o něco více, ale z dlouhodobého hlediska se to vyplatí. Fotovoltaické panely s malou účinností kolem 13 procent mohou být významně levnější než panely s vyšší účinností přes 21 procent, na střeše mohou navíc zabrat více místa, elektriny ale vyrobí téměř o 40 procent méně. To znamená, že napří-

klad místo 10 tisíc korun ušetříte jen 6. Podobné rozdíly se mohou vyskytnout i u akumulátorů pro ukládání vyrobené energie.

### Kvalitní FVE vydrží roky, vydržet by měl i její dodavatel

Instalací fotovoltaické elektrárny starost nekonečí. Prověřený dodavatel by vám měl nabídnout záruční a pozáruční servis. Výměnu dílů po 15 a více letech provozu vám zajistí spíše společnosti, která má na svém kontě stovky a spíše tisíce instalací. Spolehliví dodavatelé FVE servisují přímárně své systémy, kontrolují péči o své produkty a zákazníci dlouhodobě plánují, mají k dispozici skladové zásoby, technickou dokumentaci i historii instalací. Jejich pracovníci proto budou přesně vědět, jaké součásti byly použity při konkrétní instalaci a jakými novými díly je lze po letech nahradit. Snažte se zjistit, zda dodavatel nabízí nějaké nástroje pro vzdálenou správu a monitoring, tedy částečné sledování systému nebo nonstop dohled. Na nečekaný problém lze díky tomu přijít dříve, než dojde k nějaké závadě. Pracovníci dodavatele pak v rámci zá-

ručního nebo pozáručního servisu provedou potřebnou výměnu.

### A reálné úspory, návratnost FVE?

Nízké pořizovací náklady, vysoká úspora a za rok to máte zpátky?! Pokud vám nějaký dodavatel slibuje velmi krátkou návratnost investic, měli byste zpozornět. Platí to zejména v případě, kdy se od vás ještě nedozvěděl nic o místě instalace, nemovitosti nebo o vašich potřebách. Před rychlým podlehnutím planým slibům si nechte vše vysvětlit, spočítat, poslat. Pak promyšlejte, kontrolujte, zvažte varianty.

Možná zjistíte, že se na některé části výpočtu zapomnělo, vypadly nějaké informace o vstupních investicích, je nadhodnocena energetická účinnost a slunce na vaši střeše nesvítí až zračných 24 hodin denně. Pečlivě proveďte, zda rozvaha, kterou jste obdrželi, skutečně počítá s vašim objektem, nebo je to obecný příklad z jižní Itálie. Může dodavatel přesně vědět vaši spotřebu, když ani neví, kolik lidí bydlí ve vaší domácnosti? Pokud něco nechápete, prostě se zeptejte.

**SCHLIEGER**

FVE s ukládáním energie do baterie a nabíjením elektroaut

Rodinný dům v Litomyšli		Dvačlenná domácnost	
		Sazby: 150 Kč	
Cena projektu	468 663	468 663	
Doprava a HZP	270 000	270 000	
Výstavba cesty pro klienty	28 443	28 443	
Rolní spotřeba	6923 kWh	6923 kWh	
Energie odebraná ze sítě	1278 kWh	1278 kWh	
Rolní spotřeba do sítě	562 kWh	562 kWh	
Rolní spotřeba bez FVE	47 270	47 270	
Rolní spotřeba elektriny s FVE	5 866	5 866	
Cena za 1 kWh vč. distribuce	772	772	
Rolní úspora díky FVE	37 404	37 404	
Ukládání celé investice	5 let a 10 měsíců	5 let a 10 měsíců	
Energetická soběstačnost	76%	76%	

**SCHLIEGER**

FVE s ukládáním energie do baterie a nabíjením elektroaut

Rodinný dům v Praze		Rodina s dítětem	
		Rodinný dům s dv. patr. 260m2	
Cena projektu	571 875	571 875	
Doprava a HZP	220 000	220 000	
Výstavba cesty pro klienty	30 979	30 979	
Rolní spotřeba	10059 kWh	10059 kWh	
Energie odebraná ze sítě	2 805 kWh	2 805 kWh	
Rolní spotřeba do sítě	1206 kWh	1206 kWh	
Rolní cena elektriny bez FVE	95 866	95 866	
Rolní cena elektriny s FVE	22 300	22 300	
Cena za 1 kWh vč. distribuce	796	796	
Rolní úspora díky FVE	73 566	73 566	
Ukládání celé investice	4 roky a 1 měsíc	4 roky a 1 měsíc	
Energetická soběstačnost	77%	77%	

**Jak počítat návratnost?**

**Návratnost investice do FVE se zpravidla nepočítá v řádu měsíců, ale let. Přesto se to nemusí zdát jako dlouhá doba.**

- Z přiložených grafů\*, srovnávacích dvě instalace v ČR, je zřejmé návratnost 4 až 6 let. To je rozhodně povzbudivé. Důležitý je i pohled na celkovou energetickou soběstačnost téměř 80 procent. Znamená to, že ve srovnání s objekty bez fotovoltaiky potřebují budovy s FVE na svůj provoz jen něco málo přes 20 procent dodávek energie ze sítě. Děje se tak zpravidla v zimních měsících, kdy jsou slunečné dny kratší. Přesto i v takových dnech dokážou solární panely pracovat. Jen energie za krátké období nevrobí tolik, kolik je potřeba.
- „O tom, že se investice do FVE v horizontu několika let vrátí,

vypovídají čísla z našich instalací. Za 13 let působení na trhu má Schlieger za sebou rekordních deset tisíc a k dnešnímu dni také přes 100 montážních týmů. V kombinaci s dostatečnými skladovými zásobami tak chceme u nových zakázek v současné době snižovat dodání FVE do 6 měsíců a máme v plánu ještě zrychlovat,“ říká **Pavel Matějovič, provozní ředitel firmy Schlieger.**

\*Zdroj: firma Schlieger



# VYHRAJ ŠKODA ENYAQ!

Objednej fotovoltaiku a vyhraj  
3x elektromobil Škoda Enyaq iV.

## JAK VYHRÁT?

- Vyplň nám webový formulář na [soutez.schlieger.cz](https://soutez.schlieger.cz).
- Vyber si fotovoltaiku a podepiš smlouvu.
- Uhrad' zálohovou fakturu, a jakmile se nám částka připíše na účet, jsi v soutěži.
- Soutěž probíhá **od 11. 4. do 30. 6. 2023**.
- Losujeme každý měsíc jednoho výherce.
- Podrobná pravidla soutěže: [soutez.schlieger.cz](https://soutez.schlieger.cz)



Fotografie jsou pouze ilustrační.

 **SCHLIEGER**

# Sáhli jsme na streamech vedle. Vy už ale nemusíte

**Zvolíte-li při výběru z katalogů internetových televizí špatně, nezachrání vás oscarový dábel Christoph Waltz ani opožděný Colin Farrell.**

„Když se daří, tak se daří,“ zní hláška z kultovního českého vtipu o tom, že štěstí, stejně tak jako neštěstí, nechodí obvykle samo. Svě o tom vědí všichni, kdo se více či méně dobrovolně podívali na dvě relativní novinky na streamech. A to konkrétně na minisérii Konzultant s Christophem Waltzem v hlavní roli, kterou lze již pár týdnů zkoukávat na platformě Prime video. Nebo oceňovaný, ale ne skutečně nudný snímek Víly z Inisherinu. I loňský snímek si odbyl svou streamovou premiéru před několika dny, konkrétně na Disney+. Před sledováním obojího bych vás chtěl tímto článkem důrazně varovat. I když je mi jasné, že pro některé je už nejspíš příliš pozdě.

## Konzultant a víly

Po nezvyklé tragédii v herním studiu s názvem CompWare v centru Los Angeles, jehož šéf si ustřelí hlavu v momentu plné děty, přichází do města andělů záhadný konzultant Regus Patoff (Christoph Waltz) a ujímá se vedení



Sledujeme konec přátelství Colma (vlevo Brendan Gleeson) a Pádraica (Colin Farrell).

firmy. No a pak sledujeme na odlehleém ostrově západně od pobřeží Irska celoživotní přítele Pádraica (Colin Farrell) a Colma (Brendan Gleeson), kteří se rozkmotří poté, kdy se přemýšlivý a značně vyhořelý Colm nečekaně rozhodne přátelství ukončit. A učiní tak poté, co si jednoduše usmyslí, že je Pádraic hrozně otravné stvoření.

Asi je vám jasné, že jsem smíchal dohromady základní náměty jak Konzultanta, tak Víly z Inisherinu. Obě díla, ať už dohromady, či zvlášť, slibují na papíře minimálně zajímavou podívanou. Tvůrci osmidílné minisérie a filmu ji však divákovi nedodají.

## Když charisma nestačí

Charismatic Waltz je prakticky všude, kde se jako herec

kdy objeví, minimálně solidní. Je však nasnadě, že už měl pár slabších či zaměnitelných filmových projektů. Jak by také ne. Šestašedesátiletý rodák z Rakouska totiž posledních čtrnáct let, tedy po uvedení filmových Hanebných panchartů, točí jako o život. Výslednou podobu filmu, nebo v tomhle konkrétním případě seriálu, ale pochopitelně jen svou přítomností a umem nezachrání ani ten nejtalentovanější herec. A už vůbec ne ten, kterému podkopává nohy mizerný scénář.

## Plivanec do tváře diváka

Právě to je případ minisérie The Consultant od Amazon Prime. Seriál přitom začíná skvěle (první výstřednosti a záhady, scéna s chůzí do

schodů, hledání smradlavého kolegy a podobně), rychle vám však dojde, že se děj tiše posouvá na úroveň nic neříkající natahované nudy. Jasně, kromě podivných vztahů v kanceláři se tu řeší také nějaká ta smrt, zmizení či felace od mrtvého šéfa natočená na video. A ano, pan Patoff získá během krátké doby nesmírné množství moci a stává se větší hrozbou, než kdokoli čekal. To je zkráj zajímavá podívaná. Co je to ale platné, když se ve druhé půlce, tedy plně čtyři díly, prakticky nic zajímavého už nestane.

Moment překvapení při nástupu Waltze, ukázky jeho charakterových vad i zneklidňující atmosféra plná otazníků strašně rychle diváka omrzí. Nastupuje pachut, která kvůli absenci čehokoliv láka-



Waltz jako Patoff

vého postupně převládá. O závěrečném flusnutí divákovi do tváře ve finálové dvojici epizod snad ani psát nebudu. Konzultant se zkrátka nepovedl. Tady se nekoná ani mrazivá koukatelná podívaná na jedno použití. A jak jsem pochopil ze slov diskutujících fanoušků knižní předlohy, snímek je chudým bratříčkem mnohovrstevnaté knihy, kterou se ani nesnaží adaptovat. Spíše vykrášt. Jak víme, i v případě jiných projektů se tak děje poměrně často. Mám ale dojem, že skoro vždycky podstatně zábavněji.

## Jeden prst je málo?

Cestu k diváckým srdcím v mnoha případech nenaleznou ani zmiňované Víly z Inisherinu. Film o dvou irských kamarádech, kteří se rozkmotřili, totiž nezachraňuje ani tradičně skvělá dvojice herců Colin Farrell a Brendan Gleeson. Kromě pár originálních, a tedy i zapamatovatelných scén (jako je třeba házení usekaných prstů na dveře domu) tu není nic, o co by se divák mohl opřít a mohl mít třeba rád. Jasně, chápu, všechny ty nevyčleněné pocity, nuance, krásná příroda a bla bla bla... Mě to prostě nebavilo, a to nikoliv kvůli ponuré atmosféře. Čekal jsem důstojného pokračovatele snímku V Bruggách, místo toho jsem ale dostal nepříliš zázivný výlet do Irska první poloviny dvacátého století. Co se dá dělat. Každý den není streamovací posvícení.

INZERCE

**Portmonka**  
ZJEDNODUŠ SI NAKUPOVÁNÍ

**VĚRNOSTNÍ KARTY POD PALCEM**

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

www.mojeportmonka.cz

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

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

### Práce - nabídka

• Bartoň a Partner s.r.o. přijme zaměstnance na pozici Strážnář s místem výkonu práce v Olomouci. Úvazek 30 hodin/týden, nepřetržitý provoz, 12ti hodinové směny. Nástup možný ihned. Mzda od 106.60 Kč/hodina. Místo je vyhrazeno pro OZP. Kontakt - p. Kutilová 731 269 139.

### Auto-moto - poptávka

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



FILIP JAROŠEVSKÝ  
filip.jarovsky@metro.cz

# Oficiální národní oznámení

Dánský lékařský program zahájen v České republice

## 1000 POSILOVAČŮ SLUCHU ZDARMA pro každého v věku 28-95 let

↓ Přečtěte si toto upozornění před otočením další ↓

**Žijeme v době**, která není nejjednodušší. Paradoxně jsou to doby, kdy máme obrovské znalosti a výkonné technologické možnosti a zároveň si je může dovolit využívat stále méně lidí. Proto z iniciativy profesorů z kliniky BioMedic Center v Dánsku vznikl speciální pro-zdravotní program, do kterého se kvalifikovalo 1000 lidí z Evropy - zdarma získali produkty zlepšující kvalitu sluchu a zachraňující proti hluchotě a obtěžujícím tinnitům v hodnotě 4 495 Kč za kus. Nyní výrobce inovativních lékařských technologií z Kodaně rozšířil úhradový program i do dalších evropských zemí – včetně České republiky. Toto je pro vás šance získat zcela zdarma průkopnický produkt, který:

- obnoví vaši perfektní kvalitu sluchu za 1 den
- **zvrátí ztrátu sluchu a dokonce progresivní hluchotu**
- učiní okolní zvuky hlasitějšími, ostřejšími a posílí je dokonce o 97%
- zbaví Tě přetrvávajícího tinnitu – pískání, hučení, dunění atd.
- odstraní pocit vaty v uších, uspané uši, přetékání v uchu
- odstraní bolesti hlavy, úzkost, podrážděnost a nespavost
- umožňuje slyšet a rozumět hlasům ve větším davu / hluku

Inovativní regenerátor sluchu, který již vyhnal zastaralá sluchadla z trhu v Dánsku a Nizozemsku, si může v České republice zdarma vyzvednout kdokoli, kdo splní 2 kritéria.

Jestli:

- je vám více jak 28 let a jste narozeni po roce 1927
- máte české občanství

... pak máte nárok na bezplatný zesilovač sluchu - mikroskopický, v uchu neviditelný regenerátor nové generace, díky kterému začnete slyšet hlasitě a čistě, zbavíte se nedoslýchavosti a přetrvávajícího tinnitu a fantomových zvuků, které slyšíš jen ve své hlavě. Chcete-li využít nabídku, zavolejte na číslo **516 803 599**, než budou ostatní soutěžit.

Obdržíte zdarma produkt, který poskytuje stejný efekt opravy sluchu jako kochleární implantace. Nevyžaduje však složitý výzkum, nákladné a riskantní operace, řešení komplikací po zákroku ani utrácení větších peněz za návštěvy ordinací. **Nyní si rozmyslete, za co tyto peníze utratíte, protože odhadovaná úspora včetně nákladů na produkt je až 27 000 Kč.** To jsou peníze, které vám zůstanou ve vaší peněžence, zatímco vy přes noc získáte zpět vynikající sluch a snížíte sluchové vady pomocí inovativního regenerátoru sluchu dostupného zatím pouze v odborných ORL ambulancích.

Inteligentní zesilovač odvrací pokročilé poškození sluchového nervu za pouhých 7 dní a obnovuje dokonalý sluch i u lidí, kteří bojují se stařeckou hluchotou. Myslete tedy také na své blízké – možná vás rodiče či prarodiče žádají, abyste stále častěji opakovali, co říkají, nebo zapínali rádio a televizi hlasitěji a hlasitěji? Ignorování progresivní ztráty sluchu vás odsuzuje k úplné hluchotě, protože sluchové postižení nikdy



**BioMedic Center Clinic v Kodani** – zde se uskutečnilo první vydání programu úhrad, během kterého se 99 % lidí vrátilo do normálního sluchového vedení do 72 hodin

samo od sebe neustoupí. Neváhejte – dánský program úhrad pokrývá 1000 lidí v České republice – kdo dřív přijde, je dřív na radě. O udělení bezplatného produktu rozhoduje pořadí žádostí. **Zavolejte nám nyní: 516 803 599 a vyzvedněte si zesilovač sluchu za 0 Kč.**

Audioologický výzkum potvrzuje, že inovativní zesilovač snižuje ztrátu sluchu po 7 dnech, zostrňuje a zesvětluje slyšené zvuky až o 97 % a prodlužuje dosah sluchu o více než polovinu. To znamená, že po týdnu začnete slyšet ty nejtíšíší zvuky a hlasy z dálky a za svými zády – znovu získáte schopnost slyšet zvuky od 10 dB, kde 20 dB je šepot. Toto je nová éra v boji proti ztrátě sluchu na úrovni, které se moderní medicína nikdy předtím ani nepřiblížila.

**Akce refundace je jednorázová a už se nikdy nebude vracet. Výrobce dal k dispozici 1000 bezplatných sluchových zesilovačů BEZ HÁČKŮ NEBO POZNÁMEK POD ČAROU**

Obliba nového sluchového zesilovače od první kampaně v Kodani vzrostla natolik, že se dánský časopis zcela vyprodal za 3 dny. Podobné to může být i v Česku, tak popadněte telefonní sluchátko už teď. Zde je jedinečná příležitost získat průlomový regenerátor sluchu zcela zdarma – bez skrytých poplatků.

**ZÍSKEJ ZPĚT SILNÝ SLUCH.**

Vyzvedni speciální regenerátor sluchu za 0 Kč na čísle: **516 803 599**

**Důležité:** 1 zesilovač může vyzvednout 1 osoba. Nabídku lze využít do **25.04.2023 r.**  
Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku

**Sudoku**

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

**Luštěnka**

Doplňte podle legendy vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

- závěsné lůžko (zast.)
- tajenka
- slovan. bohyně smrti
- majitel kouzelné lampy
- koňské maso
- jižní plod

	1	2	3	4	5	6
1						
2		T				
3						
4						
5						
6						

INZERCE

# Týdenní horoskop

11. 4. – 16. 4. 2023

	<b>BERAN</b> Rozčiluje vás kolega a jeho hysterie se nehezky podepisuje na firemní atmosféře. Přemýšlete, že byste kvůli němu přešli na jinou pozici.	<b>21. 3. – 20. 4.</b>		<b>VÁHY</b> Tento týden hodně zápasíte s úkoly, které vám v práci vedení svěří. Ne že byste daný úkol neuměli splnit, ale chybí vám energie.	<b>23. 9. – 23. 10.</b>
	<b>BÝK</b> Jste plni elánu a jaro na vás ve všech sportech působí příznivě. Začnete zase dělat sport či konoičky, které vám dříve dělaly radost.	<b>21. 4. – 21. 5.</b>		<b>ŠTÍR</b> Vaše výstaje jsou nyní velice nerozvážené a máte tendence se rozmazlovat. Někdy je fajn si udělat radost, ale nic se nesmí přehánět!	<b>24. 10. – 22. 11.</b>
	<b>BLÍŽENCI</b> Žijete velice společenským a aktivním životem a není vůbec vyloučeno, že potkáte někoho zajímavého. Však už taky bylo načase!	<b>22. 5. – 21. 6.</b>		<b>STŘELEK</b> Dáváte si v práci hodně záležet na výsledku a jste pečliví. Vedení je s vámi nadmíru spokojené a zadává vám i složitější práci.	<b>23. 11. – 21. 12.</b>
	<b>RAK</b> Mars je v příznivém sextilu s Merkur a vy excelujete na pracovním poli. Máte plnou hlavu nápadů a taky vám to perfektně páli.	<b>22. 6. – 22. 7.</b>		<b>KOZOROH</b> Měli byste tento týden být více společenská a navazovat i kontakty z jiných okruhů. Rozšíří se vám obzory a poznáte i nové lidi.	<b>22. 12. – 20. 1.</b>
	<b>LEV</b> Kvadratura Venuše se Lvem způsobí drobné šarvátky na milostném poli. S protějškem si prostě tento týden nebudete moc rozumět.	<b>23. 7. – 22. 8.</b>		<b>VODNÁŘ</b> V osobních vztazích jste teď spokojeni a nic vás nebudě trápit. To je dobře pro vaši psychiku, která poslední dobou dostává zabrat.	<b>21. 1. – 20. 2.</b>
	<b>PANNA</b> Jistá osoba v okolí na sebe stále poutá pozornost, má podivné náklady a všichni okolo ní chodí po špičkách. Nemáte z toho dobrý pocit.	<b>23. 8. – 22. 9.</b>		<b>RYBY</b> Dávejte si tento týden pozor na rozhodnutí, která by vás popostrčila správným směrem.	<b>21. 2. – 20. 3.</b>

**VELKÝ ŽIVOTNÍ HOROSKOP**

CO VÁS ČEKÁ?

Zavolejte na číslo 906 70 30 35 nebo napište SMS na 904 30 55 s kódem 30BL a své datum narození!

**JARNÍ LÁSKA!**

POTKÁ I VÁS?

Zavolejte na číslo 906 70 30 35 nebo pište SMS na 904 30 55 s kódem 32BL a své datum narození!

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

**Počasí**

<b>DNES</b>	<b>ZÍTRA</b>	<b>ČTVRTEK</b>	<b>PÁTEK</b>	<b>SOBOTA</b>
				
9/13 °C	9/13 °C	7/11 °C	6/10 °C	7/11 °C

Teplotní rekordy: ↓ -4,0 °C (1812) ↑ 23,3 °C (2009)

Bio: ❤️❤️❤️

**TV tipy**

<p><b>ČT1</b></p>  <p>16.45 Akce: Rekonstrukce! (2/12) 17.15 AZ-kviz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Vyprávěj Sedmdesátá léta. Seriál (ČR, 2009-2013) 21.05 13. komnata Daniely Špinar Láska je láska Komedie (Belg./Fr., 2019) 21.35 Komisař Moulin Krimiseriál (Fr., 1993) 00.35 AZ-kviz 01.05 Kuchařská pohotovost</p>	<p><b>ČT2</b></p>  <p>16.35 Nejzajímavější divy starověku (8/10) 17.15 Krásy severní Evropy 18.05 Kamčatka, tajuplná země 19.00 Cyklotoulky 19.15 Křesťanský magazín 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 Trabantem napříč Afrikou 21.45 Milan Kundera: Odysea ztracených iluzí 22.40 To nejlepší teprve přijde Komedie (Belg./Fr., 2019) 00.35 Ponorka II (5/8) Válečný seriál (N, 2020) 01.35 Miri fajta 02.50 Na moll 03.30 Strach z neúspěchu</p>	<p><b>Nova</b></p>  <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Na lovu III 18.30 Ulice (4462) Seriál (ČR, 2023) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Jedna rodina (15) Tanečník. Komedie (ČR, 2023) 21.35 Mise nový domov 23.00 Kriminálka Vegas (5) Krimiseriál (USA, 2021) 23.55 Kriminálka Miami VIII (16, 17) Krimiseriál (USA, 2009) 01.55 Kriminálka Vegas (5) Krimiseriál (USA, 2021) 02.35 Novashopping</p>	<p><b>Prima</b></p>  <p>15.50 Koko ve varu 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Kriminálka 19.55 Showtime 20.15 Zoo (103) Pohled do budoucnosti. Rodinný seriál (ČR, 2023) 21.35 7 pádů Honzy Dědka 22.40 7 pádů Honzy Dědka 23.55 Ano, šéfe! 01.05 Policie v akci 02.00 Policie Hamburg IV (24, 25) Krimiseriál (N, 2010) 04.00 Kriminálka Montpellier II (10) Doping. Krimiseriál (Fr., 2017) 05.40 Pohoda u krbu</p>	<p><b>Óčko</b></p>  <p>06.00 Ranní fresh Vstávání s muzikou. Začni každý den s hity, které tě nakopnou 09.00 1Charterd 11.00 Óčko hity 15.00 Mixxxer Live 17.00 Óčko hity Klipy nonstop 17.30 Smartmania Novinky ze světa technologií s Dominikem Vršanským 17.35 Óčko hity Klipy nonstop 22.00 Naked Attraction Italy Nové premiérové díly italské verze nahé seznamky 22.30 Óčko flirt Proud klipů ve vzáky diváků Óčka</p>
---	--	---	--	--

## JAKUB KOHÁK

KOLEDNÍK V. V.



### Sloupek

# VEJCE MALOVANÝ

Hody, hody, doprovody, dejte vejce malovaný, nedáte-li malovaný, dejte aspoň bílý – slepička vám snese jiný. To je text jedné z koled, které se pronášejí při koledování, jež je průvodním jevem největšího křesťanského svátku – Velikonoc. Když jsem kdysi, jako malý capart, obrážel s pomlázkou v ruce sousedy, moc jsem nechápal, proč to vlastně mám dělat. Tatínek mě poučoval, ale já vše úspěšně zapomněl. Pamatoval jsem si jen to, že tím šleháním – jak se odborně nazývá tlučení dívek mladými proutky – do žen vstoupí míza, mladost a energie. Vůbec jsem to nechápal, jak by k tomu procesu mohlo dojít, ani ta symbolická rovina pro mě nebyla úplně zřejmá. Ještě jsem věděl, že na Moravě se dívky brání tím, že chlapce na svoji obranu polévají vodou, takže jsem trpěl jistým zasutým

### Citát

**Nikdy jsem vodou polít nebyl, ale to skryté „kdyby“ ve mně stále je.**

traumatem z toho, že budu zlit, půjdu mokré ulicí, nastydnou a lehnu se zápalom plic. Nikdy jsem vodou polít nebyl, ale to skryté „kdyby“ ve mně stále je. No a úplný nonsens pak je, když se městskými ulicemi toulají skupinky

mužů, táta a syn, či jen pár mladých kluků, mají v rukou pomlázky a jdou navštívit a vyšupat příbuzné nebo známé. Mírou přitom sexshop, barbershop a směnárnu... Zvláštní poetiku pak mají tyto hloučky na sídlištích. Když jsme tam bydleli, bylo až bizarní vidět je bloumat mezi paneláky. No a nyní, když bydlíme na Letné, vysvětlete malým klukům, proč se ráno, když je volno, mají obléci, vzít si košíček a pomlázky s pentličkami, chodit po kamarádech, lískat dívky a ženy a dostávat za to vajíčka nebo čokoládu. Ve městě to prostě nefunguje. Přemýšlím o tom, že raději z PET lahvi vyrobím smrtku Moranu a jako symbolické rozloučení se zimou ji na Kampě obřadně vhodíme do Čertovky – to by kluky bavilo!

### Anketa

**f Na co se těšíte?**



**David Flash Kosek**  
Na vikendový Comic-Con.



**Renáta Šilpochová**  
Na koupání, sluníčko, vyjíždky na kole za klidem do přírody.



**Jiří Petroušek**  
Na zahájení pstruhové sezony.

## @mojemetro



V Muzeu Trabantů v Motole je k vidění historie výroby od prvního předchůdce Trabanta AWZ P70 (1954) přes Trabant P 60 (600), Trabant 601, nejběžnější a nejznámější provedení, až po nejnovější čtyřtákní Trabant 1,1 s motorem původem z VW Polo. Láká miroslav.kopriva.prague na Instagramu, přidal hashtag #mojemetro.

# #METROTAG

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

### Slovo dne

## BIZARNÍ

Ze sloupku Jakuba Koháka na této stránce.

Podivný, zvláštní. Do češtiny převzato z francouzského bizarre (téhož významu), které vzniklo z italského bizzarro (rozmarňný, podivný, smělý) a to snad ze substantiva bizza (výbuch hněvu, zlost) zřejmě onomastického původu.

Zdroj: Wikislovník

### Výrok dne



**„Mám v plánu kandidovat...“**

JOE BIDEN,

AMERICKÝ PREZIDENT

S oficiálním oznámením kandidatury ale chce ještě počkat. Toto zatím nejkonkrétnější vyjádření ohledně svých plánů pro nadcházející volby poskytl Biden americké stanici NBC.

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

ATOLON

### Komiks

Stripoff..... AUTOR



# Pohlídejte si příliš sladkou krev

**Kolísání cukru v krvi může diabetika ohrozit.**

V Česku žije asi milion lidí s cukrovkou, dalších 250 tisíc o onemocnění neví a neléčí jej. Přestože nemoc nebolí, nekompensovaná cukrovka může způsobit nevratné škody na zdraví. Zcela nepostradatelnou součástí léčby diabetu je pravidelná kontrola glykemie, měla by se pohybovat v přijatelných hodnotách.

Podle průzkumu, který pro společnost Abbott provedla výzkumná agentura Ipsos, až třetina pacientů s diabetem I. typu si hladinu glukózy neměří pravidelně. Přitom diabetici I. typu mívají častěji problémy s kolísáním hodnot krevního cukru. Výkyvy jsou nebezpečné pro všechny pacienty s diabetem. Za optimální se považují hodnoty mezi 3,9 až 5,6 mmol/l na lačno, po jídle by to mělo být nejvýše 10 mmol/l. U diabetiků se však hodnoty mohou lišit.

## Životně důležitý inzulín

Hyperglykemie je stav, kdy je hladina krevního cukru příliš vysoká, hodnoty glykemie dosahují nalačno 7,0 mmol/l. K tomuto stavu většinou dochází při nedostatku inzulínu – hormonu slinivky břišní. Může nastat i v důsledku nesprávné nebo příliš nízké aplikace tohoto hormonu. Zvýšená hladina cukru může mít ale i jiné příčiny – rizikovým faktorem je stres, virové nebo bakteriálního onemocnění či léčba kortikoidy.

Příliš vysoká hladina krevního cukru může být až život ohrožující, a to především u hodnot nad 13 mmol/l. Hrozí ketoacidóza, tedy překyselení organismu kvůli nedostatku inzulínu v organismu. Vyskytuje se u 20 až 40 procent nově diagnostikovaných diabetiků I. typu – u desetiny z nich je to dokonce úplně první projev diabetu I. typu.

Mezi nápadné příznaky patří zrychlené dýchání, pocit žízně a zápach acetonu v dechu. V těžkých případech může ketoacidóza vést k poruše vědomí a kómatu. Jde

rovněž o nejčastější příčinu úmrtí diabetiků I. typu mladších 20 let.

## Jídlo je základ

Hypoglykemie je stav, kdy je hladina cukru v krvi naopak příliš nízká – hodnoty dosahují 3,9 mmol/l a nižší. Snížení hladiny glukózy také řídí hormon inzulín. Hrozit může při vynechání jídla, po vysoké fyzické aktivitě nebo při aplikaci vysoké dávky inzulínu. Typickými příznaky jsou třes, pocení, zrychlený pulz, nervozita, závrať, únava, nesoustředěnost až zmatečnost, porucha řeči i vidění. Je zrádná, jelikož se může nečekaně objevit i během spánku.

Lehkou formu hypoglykemie zvládne diabetik vyřešit sám. U sebe by měl mít pokaždé první pomoc v podobě jednoduchých cukrů, jako je například hroznový. Při těžké hypoglykemii se ale bez pomoci druhé osoby neobejde.

## Závažné komplikace

Dlouhodobě zvýšený obsah cukru v těle může negativně ovlivňovat orgány

i drobné cévy. Diabetikům proto hrozí další komplikace chronického onemocnění. Mezi ty nejčastější patří neuropatie – porucha nervového systému. Velmi obávaný je i syndrom diabetické nohy – diabetici by proto měli pravidelně sledovat změny na dolních končetinách.

Mezi nejzávažnější komplikace diabetu patří postižení očí, například retinopatie. Jedná se o onemocnění, při kterém dochází k poškození cév vyživujících sítnici oka. Mezi další oční komplikace související s cukrovkou patří i šedý a zelený zákal. Cukrovka může nepříznivě ovlivnit i vylučovací, oběhový nebo například endokrinní systém. Diabetici by proto měli omezit rizikové faktory, jako jsou nadváha, kouření, nadměrná konzumace alkoholu.

## Kontrola je zásadní

Udržováním cílové hladiny glukózy v krvi se minimalizuje riziko výskytu závažných komplikací nemocí. „Naprosťo zásadní jsou pravidelné kontroly glykemie,“ radí dok-



Denisa Janíčková Zďárská MET

torka Denisa Janíčková Zďárská. „Selfmonitoring glykemií je taktéž základním prostředkem kontroly nastavené léčby pro ošetřujícího lékaře. Měřit hodnoty glykemie lze jak klasickými glukometry, tak i podkožními senzory, které v pravidelném intervalu kontrolují hladinu cukru v krvi,“ doplňuje Janíčková Zďárská. Na českém trhu je momentálně dostupných několik druhů senzorů – například značky Dexcom nebo Freestyle Libre. Senzory mohou sledovat aktuální informace o hodnotách, upozorňovat za pomoci alarmů na náhlé výkyvy a nabízet další ná pomocné vychytávky. MET

INZERCE

FreeStyle Libre 2

Nyní FreeStyle Libre 2 s volitelnými ALARMY

## Novinka

Více znalostí, méně starostí, pro lepší zvládnání diabetu

Informujte se o možnosti požádat

o **BEZPLATNÝ VZOREK SENZORU**

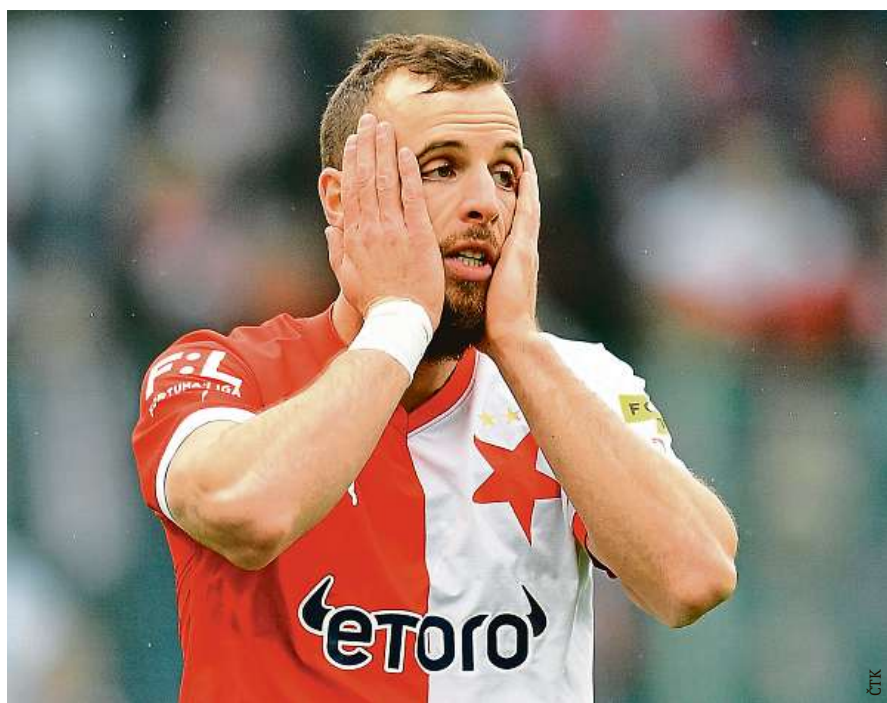
na [www.FreeStyleLibre.cz](http://www.FreeStyleLibre.cz)

Jednoduše vědět víc

**Abbott**  
life. to the fullest.®

Aplikace FreeStyle LibreLink a Systém pro okamžité monitorování glukózy FreeStyle Libre (Senzor) a FreeStyle Libre 2 (Senzor) jsou zdravotnickými prostředky. Číslo notifikované osoby: 2797. Čtěte pečlivě uživatelskou příručku a informace o bezpečném používání. Aplikace FreeStyle LibreLink se používá společně s kompatibilním senzorem FreeStyle Libre a FreeStyle Libre 2 pro okamžité monitorování glukózy, je indikována pro měření hladiny glukózy v tkáňovém moku u osob s diabetem mellitus (ve věku od 4 let), včetně těhotných žen. Aplikace a senzor mají sloužit jako náhrada za měření glykémie při samostatné léčbě diabetu, včetně dávkování inzulínu. Indikace pro děti (věk 4–12) je omezena na děti pod dohledem pečovatele ve věku minimálně 18 let. Aplikace FreeStyle LibreLink je kompatibilní pouze s určitými mobilními zařízeními a operačními systémy. Použití Aplikace FreeStyle LibreLink vyžaduje registraci u LibreView. Alarmy z aplikace se zobrazí pouze v případě, že pomocí aplikace spustíte senzor FreeStyle Libre 2. **Výstraha:** Pacienti by se měli vždy nejdříve poradit se svým lékařem, než provedou jakoukoliv zdravotní interpretaci a úpravu léčby na základě informací z měření. Používáte-li Aplikaci FreeStyle LibreLink, musíte mít také přístup k systému monitorování glukózy v krvi, protože aplikace jej neposkytuje.

FreeStyle, Libre a související obchodní značky jsou značky společnosti Abbott. © 2023 Abbott. ADC-72195 v1.0 03/23



## Slavia opět klopýtla, ligu už vede Sparta

Fotbalisté Sparty ve 26. kole první ligy zvítězili v neděli na hřišti posledních Pardubic 2:0. Pražané využili remízy Slavia v Mladé Boleslavi 1:1 a posunuli se do čela tabulky o dva body před městského rivala, kterého přivítají v derby tuto sobotu. Olomouc doma s Bohemians 1905 uhrála výsledek 2:2. Teplice vyhrály v Českých Budějovicích 3:0. V sobotu zvítězil Liberec nad Zlínem 2:1 a třetí Plzeň udolala 3:2 Jablonec. Ostrava uspěla překvapivě 1:0 na hřišti Slovácka a Hradec Králové zvítězil v Brně 2:1.

ČTK

ČTK

### České radosti

2

Dva plavci v Eindhovenu zlepšili české rekordy. Roman Procházka zvládl 50 metrů kral v čase 22,62, Tomáš Franta měl 50 m znak za 24,93. ČTK

## Hokej. Prohry se zámořím

České hokejistky prohrály na mistrovství světa v kanadském Bramptonu s týmem USA 2:6 a připsaly si druhý nezdar ve skupině A, když předtím podlehly Kanadě 1:5. Posledním soupeřem českých reprezentantek, které obhajují bronz, budou dnes v noci od 1.00 SELČ Švýcarsko. ČTK

## Extraliga. Hradec má další šanci

Hokejisté Vítkovic vyhráli v neděli čtvrté utkání semifinále extraligy v Hradci Králové 2:1 a po prvním úspěchu v sérii snížili na 1:3 na zápasy. Přerušili tak sedmizápasovou vítěznou sérii Mountfieldu a odvrátili konec sezony. Dvěma góly to zařídil exhradecký útočník Rastislav Dej.

Pátý zápas se bude hrát dnes od 17.30 v Ostravě a Hradec má další šanci potvrdit postup.

„Bohužel jsme nedali víc než jeden gól a prohráli jsme těsně,“ litoval po nedělní porážce autor jediné trefy Vychoďochů Jan Eberle. Ten věří, že Hradec sérii dotáhne

do vítězného konce. „Je tu nový zápas a my se ho budeme snažit vyhrát. Věříme, že se to povede. Máme výborně rozehranou sérii a nám stačí udělat jeden krok. Pevně věřím, že naším výkonem si za tím půjdeme a zvládneme to co nejdřív,“ dodal Eberle.

Vítkovice se ale ještě nevzdávají. „Bude to nesmírně těžké. Všechny zápasy jsou o gól, jsou vyrovnané. My se budeme snažit vydržet v sezoně co nejdéle,“ burcuje Slezan Dej.

Pátý zápas druhé semifinále mezi Pardubicemi a Třincem skončil až po uzávěrcce tohoto vydání. MET a ČTK

# Zápas plný rekordů

David Pastrňák nastřelil v aktuální sezoně NHL 60 gólů.



David Pastrňák AP

Je nezastavitelný. David Pastrňák třetím hattrickem v ročníku řídil výhru Bostonu nad Philadelphii 5:3 a jako druhý Čech v historii v NHL vstřelil 60 gólů za sezonu. Boston i díky jeho příspěvku zvládl 63. zápas v aktuálním ročníku a překonal ligový rekord v počtu výher. Gólem a asistencí se podílel Pavel Zacha.

Dva zápasy před startem play-off ztrácel Pastrňák čtyři trefy na nejlepšího střelce Connora McDavida a dvě mu chybí k vyrovnání českého rekordu: Jaromír Jágr jich v ročníku 1995/96 nasázel 62.

„Opravdu si to užívám. Je zábavné hrát s hráči, kteří se tady sešli. Jsem rád, že se mi povedlo dát góly při rekordní

výhře,“ řekl Pastrňák, který Jágra vyrovnal v počtu hattricků, oba jich mají patnáct.

Bruins již překonali nejvíce výher, nyní budou útočit na bodové maximum. K vyrovnání Montrealu ze sezony 1976/77 jim chybí jediný bod. „Rekordy jsou úžasné, mířme ale k něčemu většímu. Naším cílem je každým dnem se zlepšovat a co nejlépe se připravit na play-off. V něm se sezona rozhoduje,“ uvedl Pastrňák, který už nasbíral 109 kanadských bodů. ČTK



## Zelené sako oblékl Rahm

Španělský golfista Jon Rahm (na snímku) si poprvé oblékl slavné zelené sako za titul na Masters. Na hřišti v americké Augustě zvítězil se skóre -12 a je znovu světovou jedničkou. Nedělní triumf byl pro něj o to emotivnější, že ho získal v den narozenin svého idolu Seva Ballesterose, a stal se čtvrtým španělským šampionem úvodního majoru sezony. „Nikdy jsem si nemyslel, že cestou za výhrou budu brečet, ale tentokrát jsem tomu byl na osmnácté jamce hodně blízko. O tomhle všichni sníme,“ řekl Rahm a dodal: „Tohle vítězství je pro Seva. Byl tam nahoře pro mě,“ vzpomněl Ballesterose. ČTK

### Krátce

#### Curleři byli desátí

Čeští curleři obsadili na mistrovství světa v Ottawě desáté místo. O příčku si tak pohoršili oproti loňskému šampionátu v Las Vegas, kde měli bilanci pěti výher a sedmi porážek. Nyní v Kanadě vyhráli tři zápasy. Titul mistrů světa získalo Skotsko po výhře 9:3 nad Kanadou.

#### Dán a Nizozemec

Dánský cyklista Jonas Vingegaard sobotním vítězstvím v závěrečné etapě potvrdil triumf v závodě Kolem Baskicka. O den později ovládl jednorázový závod Paříž-Roubaix Nizozemec Mathieu van der Poel. Jubilejní 120. ročník monumentu vyhrál poprvé v kariéře.

#### Hájí těsný náskok

České házenkářky se v dnešní domácí odvetě play-off kvalifikace mistrovství světa proti Švýcarsku pokusí stvrdit postup na šampionát. Světenky-ně trenéra Benta Dahla v sobotním úvodním zápase v Basileji zvítězily těsně 32:31. Zápas v Brně začíná v 19.30. ČTK

# 99Vím, že dbát o sebe není slabost66

Značka 

**Balea MEN**  
Deep Sensation  
sprchový gel 4 v 1  
300 ml

**24<sup>90</sup>**  
Kč  
8,30 Kč za 100 ml

▼ **DLOUHODOBÁ CENA**  
od 02.03.2023 24,90 Kč



*Působí proti vypadávání vlasů. Posiluje oslabené vlasové kořínky.*

VEGAN



**Balea MEN**  
vlasové tonikum  
s kofeinem  
150 ml

**79<sup>90</sup>**  
Kč  
53,27 Kč za 100 ml

▼ **DLOUHODOBÁ CENA**  
od 30.06.2021 79,90 Kč  
19.07.2019 89,90 Kč



**Balea MEN**  
šampon na vlasy  
s kofeinem  
250 ml

**39<sup>90</sup>**  
Kč  
15,96 Kč za 100 ml

▼ **DLOUHODOBÁ CENA**  
od 16.02.2017 39,90 Kč



**Balea MEN**  
Deep Sensation  
deo & body sprej  
150 ml

**29<sup>90</sup>**  
Kč  
19,93 Kč za 100 ml

▼ **DLOUHODOBÁ CENA**  
od 09.03.2023 29,90 Kč



**Balea MEN**  
Energy  
balzám po holení  
100 ml

**69<sup>90</sup>**  
Kč

▼ **DLOUHODOBÁ CENA**  
od 19.03.2021 69,90 Kč  
03.11.2020 79,90 Kč

**Balea MEN**  
Energy  
mycí gel  
150 ml

**59<sup>90</sup>**  
Kč  
39,93 Kč za 100 ml

▼ **DLOUHODOBÁ CENA**  
od 19.03.2021 59,90 Kč  
03.11.2020 69,90 Kč



ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI