

FINSKO A ŠVÉDSKO SE CHYSTAJÍ DO NATO

PŘÍMÝ DŮSLEDEK RUSKÉ INVAZE. ROZŠÍŘENÍ ZE 30 NA 32 STÁTŮ STRANA 11

metro

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

PRAHA

Úterý, 12. dubna 2022

Č. 71, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Julius



INZERCE

„Rozhovor s Putinem byl otevřený a tvrdý“

První osobní setkání. Šéfa Kremlu navštívil rakouský kancléř Karl Nehammer. **Dojmy.** „Nebyla to žádná přátelská návštěva.“ **Schůzka se Zelenským?** Od ruského prezidenta nepřišla významnější reakce STRANA 8

Je to maketa

Technické muzeum v Brně si nechalo zhotovit nafukovací maketu kosmické lodi Crew Dragon společnosti SpaceX, která létá na Mezinárodní kosmickou stanici. Maketa je vysoká zhruba čtyři metry, tedy je z poloviny tak velká jako její reálná předloha a nebude součástí stálé expozice. „Bude vždycky na různých akcích technického muzea,“ uvedl vedoucí projektu Tomáš Příbyl. Model Crew Dragon zájemci mohou vidět 23. dubna na přehlídce v Žatci, kde jej pokřítí kosmonaut Vladimír Remek. V Brně loď návštěvníci uvidí při muzejní noci v květnu. ČTK



Nutrie. Místo stovek jich jsou tisíce

Roztomilé zvířátko, ale také agresivní tvor, který přenáší choroby. „Nutrií je v české metropoli teď mnohem více než loni,“ potvrzuje deníku Metro mluvčí pražských lesů Petra Fišerová. Tito zubatí hlodavci jsou dlouhé roky ekologickým problémem nejen v Praze. Plundrují pobřežní vegetaci a norami destabilizují břehy a hráze. Lednová změna zákona umožňuje, že je teď může hubit každý myslivec, který na to bude mít čas a náladu. STRANY 2, 3

INZERCE



DREAMWORKS
ZLOUNI
DOBRO NENÍ TAK ZÁBAVNÉ
V KINECH OD 14. DUBNA



ZE STOVEK JSOU TISÍCE. NUTR

Roztomilé zvířátko, ale i agresivní tvor přenášející choroby. Do hubení řekomyši se může nově pustit každý myslivec.

„Nutrie jsou v hlavním městě pořádně přemnožené. Lidé je pravidelně krmí například na Martiňáku,“ napsala nám před pár dny čtenářka Jarmila Kostkanová. Za svůj fotoúlovek pořízený u zmiňovaného rybníka v Dolních Počernicích získává odměnu tři sta korun.

Že je nutrií letos v metropoli zase o něco více, než tomu bylo loni, potvrzuje také mluvčí pražských lesů Petra Fišerová. „Nemáme informaci ohledně komplexního zmapování počtu nutrií na území hlavního města. Bavíme se ale o několika tisícovkách jedinců, kteří dělají neplechu například u Botiče, u Vltavy či na pražských rybnících.

Jako správci malých vodních toků a vodních ploch evidujeme nejen jejich stále častější výskyt, ale také obsazování nových lokalit. Tím pádem se ve větší míře potýkáme také s následky jejich destruktivní činnosti na březích a hrázích,“ říká pro deník Metro Fišerová.

Nutrie coby nepůvodní přemnožený druh plundrují pobřežní vegetaci a zároveň svými norami destabilizují břehy a hráze. Což může zvýšit riziko během povodní. „O tom, že se nutrie kamarádí s potkany, a tudíž mohou přenášet na člověka při doteku nejruznější nemoci, nemluvě,“ kroutí hlavou Fišerová.

Mírná zima i krmení

Častější výskyt řekomyši, jak se hlodavcům s oranžovými klofáky také říká, lze v městském prostředí dát do souvislosti s mírnými zimami posledních let. Pokud by byly tužší, část jedinců by zemřela hladu či pomrzla a zbytek nutrií by nebyl pro ekosystém hlavního města takovou hrozbou. Nutrie se však



Nutrie krmí i na Martiňáku v Dolních Počernicích. J. KOSTKANOVÁ

podle Fišerové mají v Praze jako prasata v žitě. Celoročně je lidé překrmují nejruznějším pečivem, a tak jejich populace roste geometrickou řadou.

„Bohužel nedochází k přirozené regulaci ani od nějakého predátora. Přirozeného nepřítele u nás nutrie nemá. Všechny tyto faktory ještě více podporují jejich nekontrolovatelné množení,“ popisuje pro Metro Fišerová.

Potrava pro rysy

V současné době jsou největší problémy s nutriemi v okolí Vltavy. Tyto pozemky má ve správě Povodí Vltavy, tudíž zde v minulosti regulaci počtu těchto hlodavců prováděli oni. Zaměstnanci Lesů hlavního města Prahy zase v předchozích letech omezovali počty nutrií u Botiče či u pražských rybníků zase tím, že některé odchycené jedince umisťovali do svých

zookoutků. Nutrií bylo ale příliš mnoho, a tak je Lesy používaly i jako součást jídelníčku některých zdejších šelem, například rysů.

„Od ledna letošního roku pak došlo ke změně zákona o invazivních druzích. Díky ní bude možné přemnožené nutrie i na území metropole hubit efektivněji,“ doplňuje pro Metro Fišerová.

Změna zákona

Nutrie jsou dlouhé roky velkým ekologickým problémem nejen v hlavním městě. Zubaté hlodavce proto může od ledna hubit každý myslivec, který na to bude mít čas a náladu. To nebylo dříve možné.

„Zákon ještě loni umožňoval, aby invazivní druhy hubila pouze takzvaná myslivecká stráž či myslivecký hospodář. Nově však po nutriích může teoreticky jít každý myslivec. Tím pádem mají nutrie najednou hned pětina sobně víc nepřátel,“ vysvětluje pro Metro Vlastimil Waic z Českomoravské myslivecké jednoty.

INZERCE

UŽIJTE SI
POHODU
VE SPA
RESORTU
LIBVERDA



AKTIVNÍ DOVOLENÁ

2 noci | od 3.820 Kč

Ubytování, polopenze, masáž, koupel, privátní vířivka, mapa Singltreku, svačina, sportovní aktivita, káva a zákusek

SENIORSKÝ POBYT

6 nocí | od 7.910 Kč

Ubytování, polopenze, vstupní lékařská konzultace, 10 procedur, káva a zákusek

WELLNESS Á LA CARTE

4 noci | od 7.180 Kč

Ubytování, polopenze, parafinová lázeň, 4 procedury (např. relaxační koupel, aroma masáž), káva a zákusek

LÁZEŇSKÁ LÉČBA

Pomozte si od potíží s pohybovým aparátem, srdcem, onkologií anebo neurologických příčin.

+420 482 368 100-102 | info@lazne-libverda.cz
www.lazne-libverda.cz

Při předložení vouchery
KAVA ZDARMA
MAFRA

★ TOTO  ÚTERÝ ★

12 KOUSKŮ
KUŘETE 159 Kč

6 x STRIPS • 4 x HOT WINGS • 2 x PORCE KUŘETE



V ÚTERÝ 12. 4. 2022
NAPOSLEDY!

Í JE VÍC, ALE NE NA DLOUHO

Myslivecký hospodář či zmiňovaná stráž mohli až dvanáctikilová vodní zvířata dříve legálně zabít jen v některých případech. Střílet je bylo možné pouze v honitbě, a tedy mimo dosah lidských obydlí. Takové prostředí pochopitelně v centru Prahy chybí.

Zákon i nadále umožňuje pouze kladení pastí. „Tyto pasti navíc musejí být živolovné, nesmějí tedy zvíře usmrtit, ale pouze uvěznit. Navíc se musí hlídat, aby v pasti zvíře nestránilo příliš mnoho času. To už by bylo týráním,“ popisuje pro Metro Waic.

Pastí i fotopastí

Další věc, kterou si musejí myslivci u pastí na nutrie hlídat, je jejich bezpečnost pro jiná zvířata. Nikdo totiž podle Waice nechce, aby se do nastražené klece chytíl například pes či jiný domácí mazlíček navolno. Z tohoto důvodu, v kombinaci s nařízenou lhůtou na uvěznění nutrie, proto budou myslivci spolu s pastmi upevňovat na vybraná místa také fotopastí. Kde

na ně budou moci Pražané konkrétně narazit, je ale prozatím tajemství.

Nepoučitelni krmiči

Nutrie je býložravec, takže ve volné přírodě se živí převážně ohryzáváním kořínků či větviček. Jako mnoho býložravců mají ale rády zeleninu, tou je lidé často krmí. Pokud si nutrie najde například popelnici, kolem níž lidé rozházejí odpadky, nepohrdne ani slupkami od brambor, ohryzky či jinými zbytky ovoce a zeleniny. Do volné přírody se zvíře dostalo z farmářských chovů, odkud se některým jedincům podařilo utéct.

„Nutrie nyní nemají proč se z centra Prahy stěhovat. Pokud je Pražané nekrmí rovnou z ruky, kdy logicky hrozí přenos choroby či kousnutí, najdou hlodavci následně v okolí řek a potoků povalující se hromady starého pečiva i zeleniny. Nepomáhají varovné cedule od magistrátu ani neustále opakovaná prosba ze strany správců vodních toků. Lidé si stejně řeknou, že jsou to roztomilá chlupatá



Nejen potkani, ale i nutrie mohou přenášet choroby. MAERA

stvoření a jdou je krmit,“ míní pro Metro Fišerová.

Šarvátky se psy

Problém města s přemnoženými řekomysmi v metropoli graduje, a tak se o nich šíří také řada nejrůznějších příběhů a legend. Několik z nich se týká napadení psů nutriemi, přičemž měl ve většině případů vyhrát právě plachý přemnožený hlodavec. Mnoho neuvěřitelně znějících pří-

běhů o nutriích je však pravdivých. Hlodavcům se například před pár lety podařilo kompletně zlikvidovat ekosystém v rybníce Aloisov na Černém Mostě.

Dirami je nyní prošpikovaný i takzvaný suchý poldr Čihadla na Rokytce. Když bude ale tato hráz výrazně narušena nebo pokud by ji nutrie ucpaly naplavenou zeminou úplně, hrozí protržení. To může mít podle zástupců

Více nepřátel

80

Zhruba tolik tisíc myslivců může od začátku letošního roku hubit nutrie. Dříve k tomu bylo oprávněno „jen“ zhruba patnáct tisíc osob. Těchto hlodavců se v metropoli doposud hubilo jen několik stovek ročně. Číslo by mohlo nyní výrazně narůst. Dospělá nutrie obvykle dosahuje délky až sedmdesáti centimetrů a váží pět až šest kilogramů.

Lesů hlavního města za následek vznik povodňové vlny v měřítku, jaké známe z katastrofických filmů.

Zaměstnanci Lesů loni informovali i o tom, že nutrie pokousala člověka. Stalo se tak pravděpodobně na Střeleckém ostrově, kde se pohybují desítky těchto hlodavců.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jaroševsky@metro.cz

INZERCE

Tesla Hloubětín – nová etapa nejprodávanějších bytů v Praze

Nová rezidenční čtvrť Tesla Hloubětín se díky velmi příznivým cenám stala ihned po uvedení do prodeje nejprodávanějším projektem s novými byty v Praze. Z prvních dvou etap je již prodána více než polovina bytů. Proto Central Group od 1. dubna zařadil do prodeje novou etapu s více než stovkou bytů.

Bezkonkurenční byty s rekuperací blízko metra

Nová rezidenční čtvrť vznikne v rychle se rozvíjející lokalitě Prahy 9 poblíž Kejšova parku a říčky Rokytka, u zastávek tramvaje a blízko metra B – Hloubětín a Českomoravská. Výstavba začne v červnu a dokončení prvních domů je v plánu na konec roku 2024.

„V Tesle Hloubětín jsme se snažili zachovat industriální odkaz lokality, a přitom vytvořit moderní rezidenční čtvrť s bohatou občanskou vybaveností, zelení a hodnot-

ným veřejným prostorem pro setkávání lidí. Velmi nás těší obrovský zájem, který projekt i v této nelehké době vyvolal. Za čtvrt roku od zahájení prodeje se zde vyprodala více než polovina bytů a jde tak o nejprodávanější projekt s novými byty v Praze,“ dodává zakladatel a šéf Central Group Dušan Kunovský.

Ve třetí etapě jde do prodeje dalších 114 bytů. K dispozici jsou menší i velké rodinné byty. Všechny byty mají moderní systém větrání s rekuperací tepla pro zdravé a klidné bydlení. V nejvyšších patrech a u dalších vybraných jednotek jsou klimatizace a předokenní rolety. Většina bytů má balkon, lodžii, terasu nebo předzahrádku, podzemní parkovací stání a sklep. Ceny bytů ve třetí etapě začínají již na 4,5 milionu Kč.

V přízemí nových domů vzniknou prostory pro obchody včetně supermarketu, služby, restaurace a kavárny. Central Group na své náklady postaví dvě moderní mateřské školy, sedm dětských hřišť, venkovní fitness zónu nebo hřiště pro pétanque. Uvnitř čtvrti bude vnitrob-



Tesla Hloubětín nabízí bezkonkurenční bydlení v industriálním stylu v blízkosti metra

lok s volnější zástavbou s veřejným parkem a pěší zónou. V sousedství se staví moderní základní škola.

600 nových bytů po celé Praze s garancí vrácení peněz

„V aktuální nabídce máme téměř 600 bytů v sedmi pražských lokalitách. Kvalitě našich bytů i celkové stabilitě trhu velmi věříme. Svým klientům proto kromě nejširších možností financování nabízáme program Garance vrácení peněz. To je záruka, že na koupi nového bytu od nás neprodělají,“ říká Kunovský.

Garanci vrácení peněz mohou využít všichni noví klienti Central Group u všech bytů v aktuální nabídce společnosti a pro všechny typy financování. Stačí zaplatit zálohu 10% ceny a smlouvu je možné ukončit kdykoliv až do termínu dokončení bytu. V případě ukončení smlouvy společnost vrátí všechny zaplacené peníze. I v případě nepříznivého ekonomického vývoje tak lidé mají jistotu, že na koupi nového bytu neprodělají.

Pokud lidé plánují využít hypotéku, ale chtějí se vyhnout současným vyšším

úrokovým sazbám, u Central Group mohou koupit byt nyní, zaplatit jen 10% ceny a úvěr na doplatek si vyřídit až v době levnějších hypoték kdykoliv do dokončení nemovitosti. „Tuto možnost nabízíme jako jediní na trhu a naši klienti tím získávají hned dvě výhody. Jednak byt, jehož cena bude v průběhu času dále stoupat, pořídí za stávající cenu. A naopak hypotéku si sjednají v době, kdy je předpoklad, že úrokové sazby mohou být nižší než nyní,“ vysvětluje Kunovský.

Zpětný odkup bytu při neschopnosti hypotéku splácet

Central Group kvůli nepříznivému vývoji ekonomiky a růstu úrokových sazeb hypoték reaguje také na možné obavy lidí z toho, zda budou schopni úvěry splácet. Proto klientům nabízí Zvýhodněnou hypotéku s garancí vrácení peněz. Možnost zpětného odkupu a vrácení peněz platí po dobu 5 let od dokončení a týká se všech bytů ve všech lokalitách v nabídce firmy.

Více informací na central-group.cz

Hurvínek poletí na palubě družice

Prvním českým pohádkovým kosmonautem byl Krtek.

Zmenšená skleněná figurka Hurvínka se na přelomu června a července proletí v zemské stratosféře. Vypraví se tam na palubě družice Planetum1, kterou by měla na oběžnou dráhu vynést raketa Falcon 9 společnosti SpaceX vizeonáře a vesmírného prů-

kopníka Elona Muska. „Spejbl a Hurvínek jsou hvězdami nejen na pódiu, ale jsou po nich pojmenovány i dvě skutečné malé planetky. Nyní bude mít Hurvínek šanci podívat se na ně z paluby družice,“ řekla Denisa Kirschnerová, ředitelka Divadla Spejbla a Hurvínka.

Družice, ve které Hurvínek poletí, patří do třídy družic složených z kostek o rozměrech deset centimetrů. Proto se pro účely této cesty musel vyrobit Hurvínek speciální.

Satelit má obíhat přibližně 550 km nad povrchem Země a bude sloužit k výukovým účelům. Řídicí centrum umístěné v pražském planetáriu bude přijímat školní exkurze. Žáci budou mít možnost s družicí komunikovat.

Z tuzemských pohádkových postav se v minulosti do vesmíru podíval Krtek. Vzal ho tam americký astronaut Andrew Feustel, který na své mise bral předměty odkazující na Česko. Jeho žena má totiž po matce české kořeny. **ČTK**



TAIPEI ZOO

Pár představí v květnu

Luskouni přiletí do české metropole ve čtvrtek. Dvojice luskounů krátkoocasých dorazí ze zoologické zahrady z tchajwanské metropole Tchaj-pej. Chovný pár šupinatých savců bude obývat expozici Indonéska džungle. Po přeletu je čeká karanténa. Po jejím ukončení budou zvířata představena veřejnosti. Návštěvníci pražské zoo budou moci luskouny pozorovat od poloviny května. **MET**

Krátce

Hledali vandaly

Víc než hodinu nejezdilo včera metro mezi stanicemi Ládví a Florenc. Policisté tam pátrali po lidech, kteří se údajně pohybovali v tubusu stanice Nádraží Holešovice, zřejmě to byli sprejeři. Při prohlídce nikoho nenašli, ale objevili poškozenou soupravu.

Opraví cestu

Vyhlídková cesta podél hostivařské přehrady se bude opravovat. Náklady jsou odhadované na zhruba 25 milionů korun. Více než dva kilometry dlouhá cesta je nyní ve špatném stavu. Oprava má být hotová do konce příštího roku. **ČTK**

Projekty v okolí. Snadno dostupné

Pražský Institut plánování a rozvoje (IPR) připraví on-line aplikaci, ve které zpřístupní informace o připravovaných stavebních záměrech v metropoli.

IPR od roku 2003 provozuje elektronickou evidenci všech územních rozhodnutí v metropoli. „Nová webová aplikace pro zveřejňování vybraných údajů z evidence územních rozhodnutí bude jednoduše a přehledně zobrazovat plánované záměry ve vybrané lokalitě, včetně základních údajů, jako je umís-

tění, typ či velikost stavby,“ stojí ve schváleném dokumentu.

Městští radní také schválili, že IPR připraví dokument, který bude mít za úkol zmapovat současnost a budoucnost obyvatelstva v Praze s ohledem na budoucí nutnost budování veřejné infrastruktury. Podle ředitele institutu Ondřeje Boháče se bude skládat z demografické prognózy do roku 2050 a z části, která zhodnotí současný stav infrastruktury a její budoucí potřeby. **ČTK**

Číslo dne

2,85

Praha plánuje letos prostřednictvím své Pražské vodohospodářské společnosti (PVS) investovat do vodovodní sítě zhruba 2,85 miliardy korun. Vyplývá to z ročního plánu, který schválili městští radní. Plán na loňský rok počítal s investicemi 2,65 miliardy. PVS vodovodní síť pronajímá firmě Pražská vodohospodářská společnost (PVK), jejímž většinovým vlastníkem je společnost Veolia a menšinovým Praha. Mezi letos zahajované stavby patří například oprava objektů a prostorů vodárny v Korunní ulici. **ČTK**

INZERCE

MASO JIKO
založeno 1994

VELIKONOČNÍ NADÍLKA
platnost do 19.4.2022

UZENÁ PEČENĚ BEZ KOSTI
19,90 Kč/100g (z ~~20,90~~)

VENKOVSKÁ SLANINA
22,90 Kč/100g (z ~~24,90~~) **-20 Kč/kg**

ŠUNKOVÉ VAJÍČKO
17,90 Kč/100g

UZ. MORAVSKÁ KRKOVICE BEZ KOSTI
18,90 Kč/100g (z ~~19,90~~) **-20 Kč/kg**

UZENÝ OCÁSEK
129,90 Kč/kg (z ~~149,90~~) **-20 Kč/kg**

www.masojiko.cz

SBĚRATELSKÝ KABINET

MICHELSKÁ 18, Praha 4

RÁDI VYKOUPIME:

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



Přijedeme kamkoliv v Čechách i na Moravě.

Likvidujeme též celé pozůstalosti.

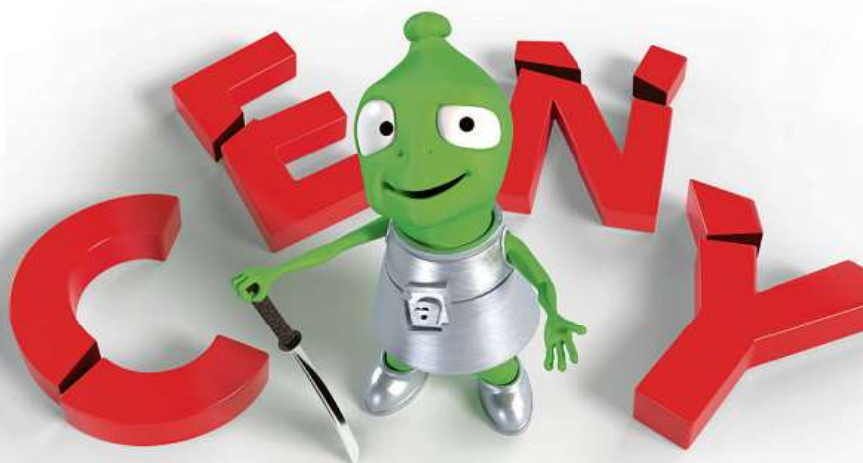
NÁVŠTĚVY PO TELEFONICKÉ DOHODĚ 602 229 348
sberatelskykabinet@post.cz

Velikonoce. Výměna pražců omezí metro

Je to už skoro tradice. Kvůli výměně pražců bude zastaven od 15. dubna provoz v části metra na lince C mezi stanicemi Pražského povstání a Muzeum. Výluka skončí v pondělí 18. dubna před půlnocí. Cestující budou muset po dobu výluky využít náhradní autobus XC, který pojede v trase Pražského povstání, Vyšehrad, I. P. Pavlova, Muzeum a Hlavní nádraží. Posílen bude provoz autobusové linky číslo 135 a pro linky číslo 134 a 193 se přesune zastávka Pražského povstání pro směr Dvorce přibližně o 30 metrů vpřed.

Další výměny plánuje podnik letos na začátek letních prázdnin a dále od 17. do 20. listopadu. Provoz na lince C letos čekají víkendové výluky také v úseku Nádraží Holešovice – Hlavní nádraží. **ČTK**

Naše ceny? Posečeny!



Těm neodoláte



Bery Jones Mandle ve slaném karamelu 500 g

Lahodné pražené mandle ve slaném karamelu
Pro milovníky sladkého mlsání
Se špetkou soli zvýrazňující chuť karamelu
V ekologickém znovu uzavíratelném obalu

199,-

obj. kód: SPTbery117

Fotky, co zboří sítě



Moza Mini-MX

Skládací gimbal pro smartphony
Mód FPV: zaostření na vybranou osobu
Přednastavené profily pro kreativní záběry
Výdrž až 20 h, chytrá aplikace MOZA Genie

1 390,-

obj. kód: MozaA011

Hlavní držák dovolené



BOSAL COMFORT PRO III, nosič kol na tažné zařízení 3 kola

Nosič kol se sklopnou a skládací konstrukcí
Nosnost až 60 kg pro 3 kola či koloběžky
Uzamkatelné svorky k rámu každého kola
Uzamčení nosiče k autu, 13pinový konektor

11 900,-

obj. kód: AUPR306535

Radost s ním spolupracovat



HP 255 G8

Procesor AMD Ryzen™ 5 5500U
15,6" Full HD displej, Windows 10 Home
RAM 8 GB DDR4, SSD 256 GB, webkamera
Numerická klávesnice, kvalitní touchpad

11 490,-

obj. kód: HPBN0009j1g

Nákupy od A do Z



Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 12. 4. 2022 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz.

Odškodné za očkování. Zatím nikdo neuspěl

Ministerstvo zdravotnictví dostalo žádosti o odškodné kvůli následkům očkování proti covidu-19 za téměř miliardu korun. Z 63 vyřídilo zatím 19, žádné nevyhovělo. Státnímu ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL) lidé nahlásili více než 12 tisíc podezření na nežádoucí účinky. Lékaři

z Iniciativy 21 zdravotníky vyzvali, aby je oznamovali častěji. Dosud bylo v Česku podle dat ministerstva zdravotnictví podáno přes 17,5 milionu dávek covidových vakcín, plně očkováno bylo 6,8 milionu lidí. Ministerstvo podle Jakoba v současné době posuzuje 44 žádostí za necelých

618 milionů korun. „Částky, o které žadatelé žádají, se pohybují v rozmezí od 18 269 korun do 100 milionů korun,“ uvedl mluvčí SÚKL Ondřej Jakob.

V posledních šesti letech před epidemií koronaviru zdravotníci a pacienti hlásili zhruba 700 až 1200 podezře-

ní na nežádoucí účinky vakcín za rok, u covidu je to zatím asi desetkrát tolik. Více než dvě třetiny hlášení se týkají celkových příznaků, jako je horečka, únava nebo reakce v místě vpichu.

SÚKL prověřuje také 174 podezření na úmrtí v časové souvislosti s očkováním.

Po zahájení vakcinace spustil webový formulář, který hlášení zjednodušil. Podle informací na webu ústavu je u všech léčivých přípravků celosvětově nahlášeno jen asi pět procent nežádoucích účinků oproti očekávání a odborníci s tím při hodnocení bezpečnosti počítají. **ČTK**



Šumava v alpském stylu

Šumavský sportovní areál Ski&Bike Špičák v Plzeňském kraji postaví do začátku letošní zimní sezony restauraci alpského stylu pro 250 lidí. Začal s demolicí starých objektů. Investici za 80 milionů korun areál připravoval téměř deset let. Zahrne ještě druhou etapu – výstavbu sedmi bytů, jejichž prodej stavbu částečně zaplatí. Na zbytek si areál půjčí. **ČTK**



Rusové se přesunuli

Agenti jedou dle plánu. Pracují teď v kyberprostoru, tvrdí šéf BIS.

Ruské zpravodajské aktivity v Česku se podle ředitele Bezpečnostní informační služby (BIS) Michala Koudelky omezily po vyhoštění souvisejícím s vyšetřováním výbuchů municiálních skladů ve Vrbětčích na Zlínsku a s ruskou invazí na Ukrajinu na minimum. Koudelka na včerejší bezpečnostní konferenci ve Sněmovně řekl, že Rusové nyní nejsou schopni vést na českém území zásadní zpravodajské operace. Celkový počet ruských diplomatů v Česku klesl aktuálně podle Koudelky na šest a administrativně-technických pracovníků na 25.

Vzhledem k rozsáhlým protiruským sankcím, omezenému vydávání víz či uzavření vzdušného prostoru pro ruská letadla podle ředitele BIS mají nyní ztížené podmínky

i ruští zpravodajci působící pod krytím obchodníků, novinářů nebo zástupců ruských firem. „Relativně příznivá situace neznamená, že by ruské zpravodajské aktivity ustaly,“ uvedl Koudelka. Rusové podle něho začali pracovat podle plánu připraveného na takové situace. Jde podle ředitele o operace v kybernetickém prostoru, o šíření dezinformací a o využívání takzvané páté kolony v Česku.

Personální stav ruského velvyslanectví v České republice byl výrazně omezen kvůli kauze Vrbětice už loni. Česko v návaznosti na odhalení bezpečnostních složek, podle kterých jsou ze dvou explozí munice ve Vrbětčích na Zlínsku v roce 2014 důvodně podezřelí agenti ruské GRU, vyhostilo zprvu 18 pracovníků a následně i další. Po ruské invazi na Ukrajinu Česko zareagovalo dalším diplomatickým krokem, když odvolalo souhlas s provozem ruských konzulátů v Karlových Varech a Brně, což znamenalo další snížení početního stavu. **ČTK**

Krátce

O Velikonocích se zase ochladí

V Česku se bude v tomto týdnu postupně oteplovat, nejvyšší teploty očekávají meteorologové ve čtvrtek, kdy by mohly překročit i 20 stupňů Celsia. Na velikonoční svátky se pak ale zase ochladí a vrátí se přeháňky. Vyplývá to z týdenní předpovědi počasí hydrometeorologů. Odborníci na počasí tvrdí, že se objeví další sněžení.

Vězni se naučí

Příbramská věznice zprovoznila novou výrobní

a montážní halu, která umožní zaměstnat více odsouzených. Zatím v ní pracuje 30 vězňů, po zavedení dvousměnného provozu to může být až dvojnásobek. Za úkol mají přebalování knih nebo práce týkající se jemné mechaniky. V jedné části věznice vyrábějí jednoduché spoje, využitelné například do hodin nebo barometrů, v druhé přebalují knihy nebo lepší obaly pro grafonové desky. „Je to pro nás vyplnění času i možnost se něco naučit, abychom se po výkonu trestu mohli zapojit do běžného života,“ řekl jeden z vězňů, který se před-

stavil jako Honza. Vězni za práci dostávají peníze. Výdělek je podle něj důležitý kvůli oddlužení a také lze něco posílat domů.

Nové hnutí

Hnutí Chcipl PES, které pořádalo protesty namířené proti vládě a protiepidemickým opatřením, změnilo název na Hnutí PES. Slovo PES je odvozeno od počátečních písmen slov právo, ekonomika a svoboda. Včera o tom rozhodli členové hnutí na svém zasedání. Probírali také program, s nímž chtějí do podzimních voleb. V těch sněmovních získalo 0,4 procenta hlasů. Ve své kampani používali šibenice pro vlastizrádce.

Babišovi na paty šlape Pavel

Největší podporu v prezidentských volbách mají nadále předseda hnutí ANO Andrej Babiš a armádní generál ve výslužbě Petr Pavel. Březnový volební model agentury Median ukázal bývalému premiérovi podporu 25 procent voličů a Pavlovi 20 procent. **ČTK**



Vězni v Příbrami pracují na kompletacích knih. **ČTK**

Hypoteční mejdan asi končí. Developeři naopak nestíhají

Úrokové sazby stouply natolik, že každá půjčka, nejen ta na byt, se stává pro lidi i firmy černou mұrou.

Ihor pracuje v Česku dvacet let. V roce 2005 si vzal hypoteční úvěr na třípokojový starší byt v paneláku v hlavním městě. „Úrok byl pod dvě procenta, ale ceny bytů byly v porovnání s dneškem tak nízké, že stačilo, abych měl našetřeno ani ne půl milionu,“ konstatuje Ukrajinec.

Nejsí z EU, musíš počítat s prověřováním

Půjčku si vzal jen na deset let, má dávno splaceno. Je mu jasné, že při současných cenách nových, ale i starších

bytů by na stejnou nemovitost nedosáhl ani náhodou. Nejen kvůli tomu, že ceny šplhají vzhůru a jejich pokles je v nedohlednu. Také pětiprocentní úrokové sazby hypoték by mu už dělaly velký problém. Jako cizinec ze země mimo Evropskou unii by byl teď navíc pod přísnějším bankovním dohledem.

„Obecně platí, že k cizincům ze zemí Evropské unie jsou banky benevolentnější než v případě žadatelů pocházejících z ostatních zemí,“ vysvětluje Veronika Hegerová ze společnosti Hyponami.ru.cz. Nejvýhodnější postavení při sjednávání hypotéky mají dlouhodobě Slováci, některé banky u nich nemusí vyžadovat například ani doložení přechodného pobytu. Po Slovácích následují žadatelé z Vietnamu a Ukrajiny. V souvislosti s válkou lze čekat, že část uprchlíků se domů nevrátí a v následujících letech

u této skupiny zájem o hypotéky možná poroste.

Na hypotéku už mají jenom bohatí lidé

Sami developeři ale pochybují, že hypotéka bude tím hlavním druhem financování, především u nových bytů. „Lidi, kteří financují bydlení s úvěrem, teď ubývá,“ konstatuje Dušan Kunovský, majitel developerské společnosti Central Group. Přesvědčuje se o tom nyní na pražském Žižkově, kde firma zahájila na pozemcích bývalého nákladového nádraží výstavbu a prodej prvních z více jak dvou a půl tisíce bytů.

„Ceny za metr čtvereční se v Praze teď pohybují na 144 tisících korunách, my se držíme asi o deset tisíc níže. Přesto vnímáme trend, že byty nyní kupují lidé, kteří mají našetřeno, v hotovosti,“ říká pro deník Metro developer Kunovský. Ani on, ani dal-

Bejvávalo

80

Banka může zahraničnímu žadateli o úvěr zafinancovat třeba jen 80 procent z ceny nemovitosti, spíše ale pouze 70 procent. Nepovinné doporučení České národní banky je totiž na 80 procentech, jen pro žadatele pod 36 let doporučuje vyšší zástavní cenu nemovitosti až 90 procent. Kdyby bylo možné získat úvěr na 100 procent ceny bytu.

ší developeři nevnímají klesající zájem o nové bydlení. Spíše naopak. Co nabídnou, to téměř okamžitě prodají.

Důvod, proč se nyní stávají „hypoteční nemovitosti“ špatně dostupnými, není složitý. „Splátku průměrné hypotéky na trhu ve výši tři a půl milionu korun, která při splatnos-

Ukažte trvalé bydliště

Hypoteční banky mapují, odkud jsou žadatelé o úvěr.

- Za bezrizikové jsou považovány, vedle zemí Evropské unie, třetí země jako například Spojené státy americké, Kanada nebo Austrálie.
- Mezi rizikové se řadí Maroko, Etiopie a další africké země, země Blízkého východu a některé asijské země jako Indonésie či Srí Lanka.

ti 25 let přesahuje v současnosti hranici dvaceti tisíc korun, si opravdu nemůže každý dovolit. Hypoteční úvěry jsou teď produktem pouze pro vysokopříjmové části obyvatel,“ vysvětluje Jiří Sýkora, hypoteční analytik společnosti Fincentrum & Swiss Life Select. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

VELIKONOCE V MUZEU MHD

**Pátek 15. dubna 2022
od 9 do 17 hodin.**

**Přijďte si do Muzea MHD
uplést pomlázku
a vyzdobit vajíčka.**

 MUZEUM MHD

 Dopravní podnik hlavního města Prahy

Mluvil s Putinem. Otevřeně a tvrdě

První schůzka mezi Západem a Kremlem po zahájení války. Rakouský kancléř byl v Moskvě.

„Je dobré osobně říct ruskému prezidentovi Vladimiru Putinovi, že tuto válku prohrál,“ prohlásil rakouský ministr zahraničí Alexander Schallenberg. Komentoval tak včerejší cestu rakouského kancléře Karla Nehammera, který zamířil do Moskvy, aby se setkal s ruským vůdcem. Šlo o první osobní setkání mezi šéfem Kremle a vrcholným představitelům Evropské unie od 24. února, kdy Rusko napadlo Ukrajinu.

„Rozhovor s prezidentem Putinem byl velmi přímý, otevřený a tvrdý,“ řekl po jednání rakouský kancléř Nehammer. „Obecně nemám z tohoto rozhovoru s prezidentem Putinem optimistický dojem, o němž bych vás mohl informovat,“ konstatoval Nehammer před novináři na rakouském velvyslanectví v Moskvě. „Byli jsme konfrontováni s tím, že na východě Ukrajiny bude brzy ofenziva, která bude mít zničující dopad na civilisty. Už teď ukrajinské jednotky vědí, že ruská armáda je chce obklíčit, aby je rozdrtila,“ dodal s poukazem na očekávaný mohutný útok ruských sil na východě Ukrajiny.

Podle kancléře nejdůležitějším poselstvím Putinovi bylo, že válka na Ukrajině musí skončit, protože „ve válce jsou na obou stranách jen porážení“. Putin podle Nehammera při rozhovoru opakoval svá stanoviska a vidění ruské agrese proti Ukrajině, kterou Kreml označuje za „speciální vojenskou operaci“. Rakouský kancléř přitom hovořil o zločinech páchaných na Ukrajině a poznamenal, že ruského prezidenta je nutné „neustále konfrontovat s fakty z Ukrajiny“.

Nehammer rovněž Putinovi řekl, že ukrajinský prezident Zelenskij s ním chce jednat

přímo, na což však „nepřišla žádná významnější reakce“. Zopakoval se pouze odkaz na takzvaný istanbulský formát, což naznačuje, že to je nyní jediný způsob, jak pokročit při mírových rozhovorech, které momentálně uvízly, poznamenal Nehammer.

Kancléř byl v sobotu v Kyjevě, kde se setkal s prezidentem Volodymyrem Zelenským, a navštívil také město Buča, kde po odchodu ruské armády našli stovky zabitých civilistů. Rakouský kancléř poté Ukrajině slíbil další podporu a zprůšňování protiruských postihů. **idnes.cz a ČTK**

Desítky tisíc mrtvých v Mariupolu, tvrdí Zelenskij

Při ruském útoku na město Mariupol na jihovýchodě Ukrajiny byly pravděpodobně zabity desítky tisíc lidí.

Podle agentury Reuters to prohlásil ukrajinský prezident Volodymyr Zelenskij ve svém projevu, v němž prostřednictvím videopřenosu promluvil k poslancům jihokorejského parlamentu. Prezident Ukrajiny rovněž požádal Soul o vojenskou pomoc.

„Mariupol byl zničen, jsou desítky tisíc mrtvých, ale Rusové přesto se svou ofenzivou nekončí,“ řekl Zelenskij. Podle něj nyní Rusko shromažďuje desítky tisíc vojáků k další ofenzivě na východě země. Mariupol je obklíčen ruskou armádou a po neustálém

bombardování je město v troskách.

Agentura Reuters napsala, že vzhledem k situaci ve městě nemůže přesnost odhadu počtu obětí, který uvedl Zelenskij, nezávisle ověřit.

Jakou konkrétní vojenskou pomoc Ukrajina od Jižní Koreje žádá, Zelenskij neupřesnil. Řekl jen, že Jižní Korea má hodně zbraní, jež by mohly nejen přispět k záchraně životů řadových Ukrajinců, ale také pomoci zabránit Rusku napadnout další země.

Po zahájení ruské invaze na Ukrajinu 24. února Jižní Korea poslala Ukrajině humanitární pomoc a přijala vůči Rusku několik balíků sankcí. **ČTK**

Transparentní účet. Pro pomoc uprchlíkům

Česká města a obce dál pomáhají Ukrajinčům, kteří museli odejít ze svých domovů. Například Praha 3 zřídila transparentní účet. Přímo radnice se stará o 150 uprchlíků. Peníze dárců jdou na pokrytí nákladů spojených s ubytováním, stravováním a volnočasovým programem. Uprchlých Ukrajinců žije na území Prahy 3 asi 4500. „Jsou od Charkova a Mykolajiva.

Většina z nich jsou matky s dětmi. Manželé zůstali doma a jako domobrana. Pokud si někdo myslí, že tihle lidé se vzdali svých domovů dobrovolně, aby tady mohli chodit zdarma do zoo a jezdit tramvají bez placení, tak mu neumím pomoci,“ řekl starosta Prahy 3 Jiří Ptáček. Reaguje tak na předsudky a zkreslé informace o lidech prchájcích před válkou. **MAP**

Krátce

Okradl generál Beseda Kreml?

Generál ruské tajné služby FSB Sergej Beseda skončil ve vazební věznici za to, že ukradl peníze, které měly Kremlu zajistit snadné vítězství na Ukrajině. Ale za neúspěchy na frontě ruský prezident Vladimir Putin vděčí i jiným zkorumpovaným velitelům, píše polský list Gazeta Wyborcza.

Může se na roky proměnit v „mrtvý stát“

Poradce šéfa kanceláře ukrajinského prezidenta Oleksij Arestovych uvedl, že válka může trvat i více než desetiletí. Budou období klidu i bojů. „Do roku 2035 máme zaručeno několik vojenských střetů. Velké boje budou každých sedm let,“ řekl pro agenturu Unian. Ukrajincům, kteří na taková

válečná léta nejsou připraveni, doporučil dočasně z vlasti odejít.

Masový hrob. Vyzvedávají těla

Ukrajinci vyzvedávají mrtvé z masových hrobů v obci Buča. Do západoukrajinského Lvova dorazil tým francouzských odborníků na identifikaci těl. Příslušníci četnictva budou pomáhat ukrajinským kolegům s vyšetřováním válečných zločinů v okolí Kyjeva. Další emotivní obrázky přicházejí z města Borodjanka. Tam jsou tisíce lidí bez potravin. Ty dostávají v místním kostele. **ČTK**



Snímek z Borodjanky AP

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

Práce - nabídka

Brigáda pro každého - denní/noční doplňování zboží za 150-170,50 Kč/hod, ONLINE REZERVACE, zálohy, prodejny v Praze a okolí. Tel: 222534534

Přijmeme zaměstnance na brigádu na pozici Kustod do muzeí v rámci Prahy. Požadujeme čistý TR. Nástup ihned. Tel: 800400111

Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola, Alšovo nábřeží 6, Praha 1 přijme kvalifikovaného pedagoga předmětu Fyzika, Informační a komunikační technologie, Matematika, Chemie, úvazek celý nebo částečný, nástup září 2022 a kvalifikovaného učitele odborných předmětů oboru Oční optik, úvazek celý nebo částečný nástup ihned. CV zasílejte na pohlova@szspraha1.cz

Hledáme 1 osobu na práci recepční na plný úvazek (180 hod) na hotelové koleji (Praha 4, Novodvorská) pro zahraniční studenty. Nutná základní znalost AJ (domluvit se + umět odeslat na email). Dále nutná znalost práce na PC (pracujete s rezervacním programem ME-FISTO - bude zázvuk). Jedná se o 12 hod směny (denní, noční). Plat 130,-Kč / hod + příplatky. Tel: 734513843

Ostraha Štěrboholy (K Hrušovu) - hledáme osobu ČID (částečný invalida) pro práci ostrahu na úvazek HPP (180-190 hod). Jedná se o 12 hod směny v dvou lidech (pouze noční) v prům. areálu. Nástup možný od 11.4.2022. Plat 103,-Kč / hod + zákonné příplatky. Tel: 734513843

Hledáme skladníka do skladu na HPP, platné oprávnění na VZV, čistý TR. Plat 29-34. tis./měsíčně. Tel.: 775052496.

Přijmeme kurýra na rozvoz jídel. Fixní plat 1500 Kč za směnu. Volejte PO-SO 8-17h, 608121008

Penzion na Praze 9 přijme noční/ho recepční (i vitálního důchodce), 15 směn v měsíci. Plat 22 000 Kč čistého. Tel.: 728127554

Bezpečnostní pracovník pro OZP v Praze

Týdenní zálohy. Mzda od **115 Kč/h** na HPP. Náborový příspěvek **10 000 Kč.** Přijďte na informativní pohovor!

800 111 112 m2c

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
Občerstvíte zdarma a získáte dárky

Metro Hradčanská

*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.

unicaplasma.cz Tel: 733 474 770

Přijmeme invalidní důchodce na pozici REKUPČE A OSTRAHA

mzda od 110 Kč/hod
náborový bonus 10.000 Kč
výplata denně

Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (M. Českomoravská)

PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

Chcete sřezít hodnoty jako **STRÁŽNÝ?**
Mít pevnou pozici jako **REKUPČNÍ?**
Nebo hlídat zboží v **OBCHODECH?**
A můžete být klidní i **VEDOUČÍ!**

Dáme Vám **služební oblečení.**
Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme.**
A taky Vám dáme **zálohu na mzdu.**



Okamžitá úleva při akutním i chronickém zánětu kloubů

HIT: REGENERÁTOR ŠLACH, KLOUBŮ A SVALŮ ZA 0 Kč!

JAK NA ARTRÓZU A JAK ZPOMALIT DESTRUKCI KLOUBŮ ZA 8 DNÍ?



INZERCE



PATENT DÁNSKÝCH VĚDCŮ POSTAVÍ NA NOHY I LIDI ZRALÉ NA INVALIDITU!

Tento objev otřásl trhem přípravků na potlačování nemocí kloubů používaných mimo nemocnice – a není to nic divného, když už za 24 hodin zmírňuje i nejpokročilejší bolesti kloubů, zvyšuje pohyblivost celé kostry. Zpomaluje degenerativní změny a tlumí obtíže způsobené mj. revmatickým zánětem kloubů. Jeho účinnost potvrzuje už víc než 227 490 lidí, včetně těch, kteří díky inovativnímu přípravku mohli odložit ortopedické hole, „vyskočit“ z invalidního vozíku nebo přestat chodit na bolestivé injekce.

Na všechny problémy s klouby a s celým pohybovým aparátem nyní existuje jedno, neobvykle účinné řešení – multiregenerátor kloubů s maximálně koncentrovanou kyselinnou hyaluronovou a kolagenem II. typu, který si patentoval dánský tým ortopedů pod vedením prof. Marka Pedersena. Je to multifunkční přípravek proti degenerativním změnám, který za 8 dní od užití první dávky dokáže napravit a vyplnit až 92 % poškození na povrchu opotřebovaných a přetížených kloubních chrupavek, a navíc zvýšit produkci přirozeného kloubního maziva a zlepšit jeho viskozitu, díky čemuž bleskově zbvuje bolesti a nepříjemného tření mezi kostmi.

PARALYZUJÍCÍ BOLEST KLOUBŮ? Tuhnutí krku? Necitlivé nohy?



TENTO PŘÍPRAVEK BĚHEM 24 H SEJME BŘEMENO Z VAŠICH ZAD – ULEHČÍ PÁTEŘI A CELÉ KOSTŘE – OBNOVÍ CHRUPAVKOVOU TKÁŇ A VRÁTÍ VÁM PLYNULÉ POHYBY!

Kolagenové turbo dobití vašich kloubů

Objev vědců z Kodaně znamená přelomový krok v neinvazivní léčbě artritických obtíží na každé úrovni jejich pokročilosti – bez implantace jakýchkoli kovových prvků do kolen, implantátů plotének, dlouhodobých rehabilitací a polykání celých hrstí tabletek proti bolesti. Výzkumy potvrdily, že průkopnický přípravek bohatý na přírodní glukosamin sulfát s nejvyšší biologickou

dostupností (téměř 89 % aktivní látky proniká do krevního oběhu!) už po 6–8 dnech obnovuje pružnost kloubů a souvisejících struktur: chrupavek, šlach, vazů, kostí a synoviální výstelky. **Pohyby budou zase plynulé a bezbolestné, je konec s „lámáním“ v kostech, mizí otoky a potíže s pohybem.** V Evropě už bylo zaznamenáno víc než 289 případů, kdy z invalidního vozíku vstali lidé, kteří použili tento přípravek, což je farmakologický úspěch ve světovém měřítku.

1 Uklidňuje degeneraci kloubů už po 1. dávce

Multifunkční regenerátor s kyselinnou hyaluronovou:

- ➕ Obnovuje plný rozsah pohybu v loktech, zápěstích, kyčlích a bocích
- ➕ Mírní bolest kloubů a svalů za 24 minut
- ➕ Zvyšuje množství a viskozitu přirozeného kloubního maziva až o 67 %
- ➕ Zintenzivňuje tvorbu kolagenu a zlepšuje „prokluz“ kloubů
- ➕ Opravuje poškozené kloubní chrupavky a zpomaluje její degeneraci
- ➕ Mírní tuhost, praskání a „přeskakování“ v kloubech
- ➕ Mírní „píchání“ v kolenou
- ➕ Odstraňuje bolesti uzlin a páteře
- ➕ Zmenšuje otoky a opuchlé klouby

24 h a zapomenete na „píchání“ v páteři

Odborníci přiznávají, že tak bleskové doplnění nedostatku glukosaminu a zvýšení produkce kloubní tekutiny až o 67 % zaručuje zklidnění zánětlivých stavů v kloubech, odstranění otoků, pocitů tlaku a „praskání“ v kolenou, a navíc stimuluje intenzivní autoregeneraci poškozených tkání, z nichž je vybudovaný celý pohybový aparát. Navíc – regenerátor



„Vyskočil“ jsem z vozíku a přestal kulhat! Získal jsem funkční kyčel po 13 dnech kúry

Kvůli zlomenině při sportu jsem před pár měsíci skončil dočasně na vozíku. Bolest pravé kyčle byla chvílemi k nevydržení a navíc jsem se bál, že už nikdy nebudu zcela fit, abych se mohl vrátit k fotbalu. Dneska vím, že nebyť tohoto regenerátoru, tak bych se ještě roky trápil na rehabilitacích. Tento přípravek prostě ze dne na den zmírnil bolest a posílil poškozený kloub – kyčel je jako nová po necelých 2 týdnech domácí kúry! Když můj lékař viděl rentgen, nemohl věřit svým očím. Z celého srdce doporučuji každému.

Felix, 38 let, Plzeň



„Klinická pozorování potvrzují, že...“

v 98 % případů už po 2–3 dnech používání převratného přípravku ustupuje nejintenzivnější vysílající bolest kyčelních a kolenních kloubů a páteře, také mizí problém tuhých kloubů a svalových křečí. Po 8 dnech se kloubní pouzdra plně zregenerují a CHOROBNÉ A ZÁNĚTLIVÉ PROCESY V KLOUBECH SE PŘESTÁVAJÍ OPAKOVAT.“

Prof. Antonín Hečko, ortoped

během 2–3 dní zajistí zesílení kolagenových vláken, která tvoří ochrannou síť kloubu, a když selepší jejich měkkost a pružnost, kloub je vyživený a znovu může plnit roli funkční pružiny pro kost. Téměř 497 z 500 lidí po 2 týdnech pravidelného užívání regenerátoru zaznamenává zvýšení rozsahu pohybu v ramenních a kyčelních kloubech až o polovinu, zmizení bolesti, tuhosti a necitlivosti kloubů, odstranění tzv. startovací bolesti po delší době v jedné poloze, potlačení problému křivých prstů a celkové zmírnění revmatických obtíží. „O tak silném regenerátoru kloubů, kostí a svalů k soukromému užití se nikdo do této doby ani neodvážil snít,“ dodávají odborníci.

Jedinečný převrat v medicíně nám probíhá přímo před očima.



17× lepší prokluz kloubních chrupavek a UŽ ŽÁDNÁ BOLEST

Díky objevu dánských odborníků můžete bleskově zatočit s artrózou a bolestivými změnami kloubů – do 8 dní získáte mnohem lepší pohyblivost kloubů, snížíte bolest, zlepšíte tuhé svaly, méně praskání a loupání v kolenou nebo páteři. Zlepšíte léčbu zlomeniny, vyvrtnutí nebo úrazu a postavíte se na nohy. Neodkládejte to – přihlaste se pro regenerátor kloubů, než poslední balení zmizí z místních skladů.

PŘÍCHOD JARA JE IDEÁLNÍM OKAMŽIKEM ZAČÍT SE STARAT O SVÉ ZDRAVÍ!

ZDARMA PRODUKT

Prvních 100 osob, které zavolají do 22.04.2022, obdrží od výrobce 100% REFUNDACI PRODUKTU.

Zavolejte: **234 717 581**

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

Starožitnosti

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

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

• Koupím obrazy českých a zahraničních malířů - krajinky, portréty atd. a jiné starožitnosti. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

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. Jsem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

• Koupím byt kdekoli v Praze, dám okamžitou zálohu, platba hotově, právní záležitosti vyřídím. Stav nerozhoduje. RK nevolat. tel. 234095720, 720539665

• PENÍZE IHNEDE za nemovitosti, lokalita celá Praha 2,3,4,10. Právní servis zdarma. Tel.: 602212121

• Hledám obecní byt za dostupné / výměna. 776363636.

Byty - nabídka

• Prodám cihlový družstevní byt 2+kk, Vysočany, 62m2, 4,5mil. Kč+ anuita, 777060126.

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

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

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK

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

POPTÁVKA CHATA HORY

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

• Koupím byt, RD, chatu, Praha a okolí, jako investici, možnost dožítí, platba hotově. Dluhy, exekuce vyřeším. T: 777088490, skopcova.andrea@seznam.cz

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

• Vykoupím Váš byt, dům, pozemek za hotové. 776363636.

Nemovitosti - nabídka

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
731 911 992



Ihned vykoupíme či zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu, chaty.

Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce.

Okamžitá výplata zálohy.

Již 23 let zkušeností.

Tel: 777 306 102

• Ihned koupím byt, chatu, zahradu. Starší osoby nechám v bytě dožít bez nájmu. Právní servis. Děkuji Jurdová 725805115

Pronájmy - poptávka

• HLEDÁM PRO naše solventní ZAMĚSTNANCE z kanceláře byty k dlouhodobému pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Tel: 274784428

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. - menší do 15 tis, větší do 20 tis. Potřebuji: centrum do 30 minut, čisto, dobrý stav. RK nevolat. 605845088

Pronájmy - nabídka

• Pronajmu dlouhodobě pokoje pro 1-2 osoby v Klecanech. Autobus 374 na metro Kobylisy. K dispozici Wi-Fi, lednice, pračka, klid. Tel: 606860870

Auto-moto - poptávka

KOUPÍM VAŠE STARÉ AUTO

EKO LIKVIDACE AUTOMOBILU ODTAH ZDARMA
TEL.: 733 389 624
721 325 994
731 583 690
Autodily Buštěhrad
e-mail: diilybustehrad@email.cz
https://www.autovrakovistebustehrad.cz/
Po-Ne 9:00 - 20:00
Buštěhrad, Třínečská ul.
(Průmyslová zóna u 7 kominů mezi areálem Peroutka a ČVUT.)



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

Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned.

Tel.: 603328155.

Výměny

• Specialista na výměny bytů a RD, 776363636

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

Knihy a časopisy

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

VYKUPÍME KNIHY
zaplatíme hotově á **2000,- Kč** za jednu banánovou krabici knih.

Než prodáte své knihy, porovnejte CENOVOU NABÍDKU!

Telefon: 773 537 401

Vyhrajte 1 kg zlata

v Haló, tady Impulsovi

Je nejkulatoulinkatější!
A zářivá a pěkně těžká. A její hodnota se každý den mění.

Co je to? Vaše výhra!
V Haló, tady Impulsovi hrajeme o zlatou minci v hodnotě vysoko přes 1,5 milionu korun.

Tak pojd'te zazařit zdarma na www.impuls.cz,
v mobilní aplikaci Rááááadio Impuls nebo
zasláním prémiové sms.

Cena zprávy je 9 Kč.

IMPULS Rááááadio

Plyn. Solidarita

Slovenský premiér Eduard Heger vyběhl evropské partnery k solidaritě s Bratislavou pro případ společného odstřížení od dodávek zemního plynu a ropy z Ruska kvůli ruské invazi na Ukrajinu. Slovensko je momentálně zcela závislé na dodávkách energií z Ruska.

Premiér Heger také odmítl požadavek Moskvy ohledně plateb za plyn v rublech. Možnost úhrady v ruské měně přitom dříve připustil slovenský ministr hospodářství Richard

Sulík, který za to čelil kritice od některých svých koaličních partnerů.

Hegerova slova zazněla během návštěvy belgického premiéra Alexandra De Crooa v Bratislavě, podle nějž válečné zločiny na Ukrajině během nynějšího konfliktu nemohou zůstat nepotrestané.

Podle Hegera, který minulý týden navštívil Kyjev, Ukrajinci chtějí být součástí Evropy, jež je postavena na hodnotách svobody a demokracie. **ČTK**

Krátce

Západ varuje

Čína v neděli dodala Srbsku moderní systém protivzdušné obrany HQ-22. Západ za nákup čínského systému Srbsko v minulosti kritizoval. Podle něj by Bělehrad měl svou armádu budovat podle západních standardů, pokud chce vstoupit do Evropské

unie či jiných západních aliancí.

Z Afriky za štěstím

Na italském ostrově Lampedusa na konci minulého týdne přistálo přes 800 lidí, kteří připluli z afrického břehu Středozemního moře či je zachránila italská pobřežní stráž. **ČTK**

INZERCE

Televize Seznam

DNES 19:00
KURZ SEBEOVLÁDÁNÍ

Na Kremli čeká nejdelší hranice

Putinova agrese naruší neutralitu Švédska. Po více než 200 letech.

Euroatlantický vojenský pakt

NATO bylo založeno 4. dubna 1949 podpisem Severoatlantické smlouvy. Sídli v Bruselu.

smlouvy. Ta byla po rozpadu sovětského impéria i zániku NDR v roce 1991 rozpuštěna.

- V roce 1954 vstoupilo do Aliance Západní Německo. V reakci na to došlo roku 1955 ve východním bloku k založení protipólu NATO, Varšavské

- V současnosti je součástí NATO 30 členských států, nejnovějším je Severní Makedonie. Česko do NATO vstoupilo v březnu 1999. **MEF**

Finsko a Švédsko se pod vlivem ruské invaze na Ukrajinu chystají již začátkem léta vstoupit do Severoatlantické aliance, píše britský list The Times s odvoláním na americké zdroje. Podle nich ruský prezident Vladimir Putin v tomto smyslu spáchal „velkou strategickou chybu“, pokud přímým důsledkem ruské invaze bude rozšíření Aliance z 30 na 32 členských států. Putin „speciální vojenskou operaci“ na Ukrajině odůvodňoval mimo jiné snahou zabránit rozšíření NATO.

Finská přihláška do NATO je očekávána v červnu, po Finsku by mělo následovat Švéd-

sko, napsal deník. Pokud se tyto plány uskuteční, Finsko se z členů NATO stane zemí s nejdelší společnou hranicí s Ruskem, a to o délce 1340 kilometrů, poznamenala stanice BBC na svém ruskojazyčném webu. Dodala, že jak Finsko, tak Švédsko také mají dlouhé pobřeží a mnoho ostrovů v Baltském moři.

Švédsko více než 200 let, od napoleonských válek, nebylo součástí žádné vojenské aliance a Finsko po celou studenou

válku přísně dodržovalo neutralitu přátelskou vůči SSSR.

Pod vlivem ruské agrese se veřejné mínění v obou zemích prudce přiklonilo ke vstupu do NATO, dodala BBC. Připomněla, že švédské noviny Aftonbladet již psaly o tom, že švédskou přihlášku by mohli schválit členové Aliance koncem června na summitu v Madridu. Podle listu chtějí Finsko a Švédsko do NATO vstoupit současně a těsně koordinují své kroky. **HAL a ČTK**

Číslo dne

95

Britská královna Alžběta II. se poprvé vyjádřila k onemocnění covid-19, které prodělala v únoru. Uvedla, že infekce ji velmi unavila a vyčerpala.

Pětadevadesátiletá panovnice to podle BBC prohlásila při videohovoru s pacientem Asefem Hussainem, jenž covid-19 také prodělal, a jeho choti Shaminou. Hussain byl v prosinci 2020 třetím členem své rodiny, kterého kvůli nemoci museli přijmout do nemocnice. Zatímco se tam léčil, jeho bratr a otec se stejnou diagnózou zemřeli. Sám strávil sedm týdnů na plicním ventilátoru, z následků se zotavuje dosud. **ČTK**



Drsňačka přišla o zetko

Videoherní společnost Blizzard v tichosti odstranila písmeno Z ze dvou druhů brnění používaných vojačkou Zaryou z oblíbené on-line střílečky Overwatch. Důvodem jsou negativní konotace, které tento znak vyvolává od samého začátku války na Ukrajině. Stal se jakýmsi novým hákovým křížem a symbolem lidí podporujících ruské okupační síly. **IDNES.cz**



Poslední Zlatý slavík slaví

Zpěvák a skladatel Pavol Habera, který dnes slaví šedesátiny, patří k největším hvězdám slovenské populární hudby. Od roku 1988 vystupuje se skupinou Team. Jejich prvního alba s hity jako Reklama na ticho či Malá nočná búrka se prodalo čtvrtmilionu kusů a kapela na slovenské poprockové scéně ohrozila i dosud neotřesitelnou pozici skupiny Elán. V roce 1991 se Habera stal posledním vítězem československé ankety Zlatý slavík. Habera je také úspěšným skladatelem, mimo jiné složil hudbu k hitu Karla Gotta Když muž se ženou snídá. V posledních letech je známý také jako muzikálový herec a moderátor různých TV soutěží. Žije s modelkou Danielou Peštovou, s níž má syna a dceru. Z předchozího vztahu má dceru. **ČTK**

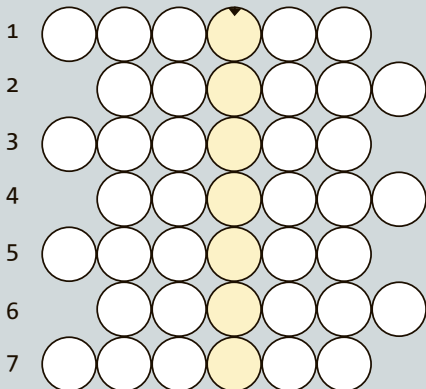
Sudoku

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

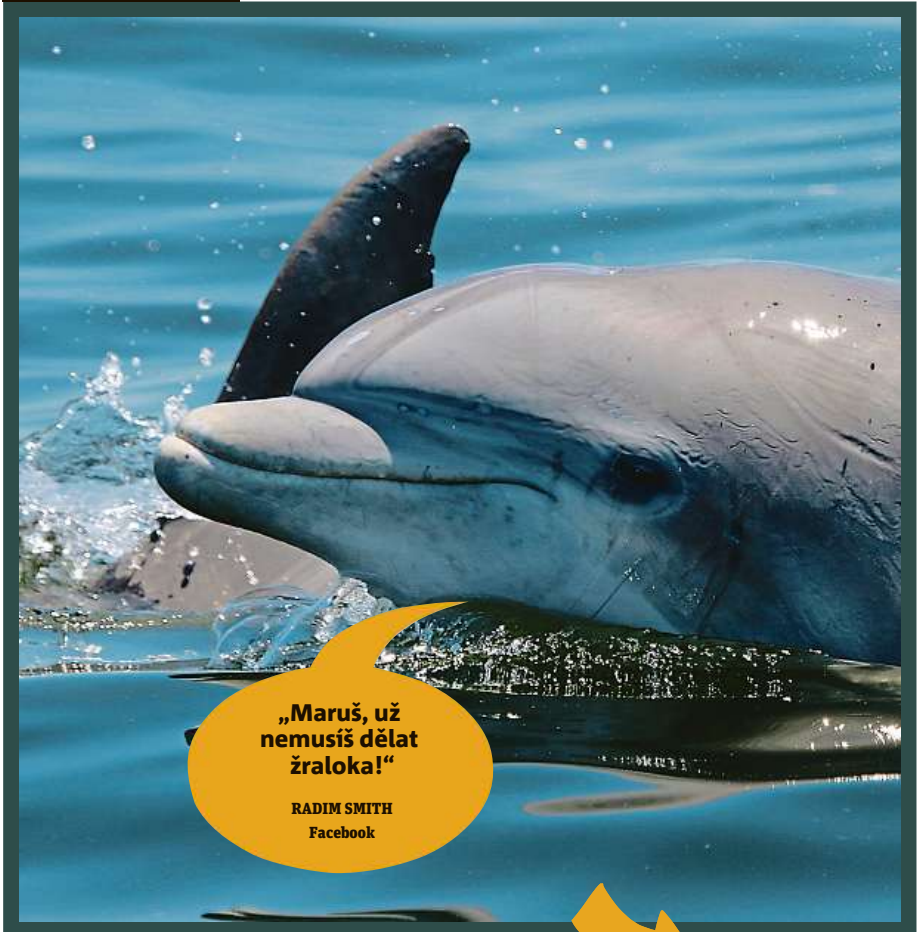
Luštěnka

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

1. osobní vlak (hovor.)
2. ohrazené místo
3. omluvení
4. obnovení
5. z levé strany
6. vyrobený z octa
7. narozeninová party



Napište svou bublinu



Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
13/17 °C	16/20 °C	17/21 °C	12/16 °C
Teplotní rekordy: ↓ -3,0 °C (1913) ↑ 23,6 °C (1989) Bio: ❤️❤️❤️			

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

FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.20 Zavolejte porodní sestřičky V (2/8)</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 Tankový prapor Černá komedie (ČR, 1991)</p> <p>21.30 Nevinné lži</p> <p>22.45 Komisař Moulin</p> <p>00.20 AZ-kvíz</p> <p>00.45 Banánové rybičky</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.55 V kondici</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Hobby naší doby</p> <p>05.15 Černé ovce</p>	<p>15.55 Zmrzlá planeta</p> <p>16.45 Narodil jsem se fotografem</p> <p>17.15 Na japonském trůnu</p> <p>18.05 Brazílská samba, Rio de Janeiro</p> <p>19.00 Cyklotoulky</p> <p>19.10 Křesťanský magazín</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Rozhněvaný muž Krimithriller (Kan./Fr., 1979)</p> <p>21.45 Návrat geniů – rekonstrukce Národního muzea</p> <p>22.45 Letecké katastrofy</p> <p>23.35 Berlín 30. let očima diplomatů</p> <p>00.30 H2O: Molekula života (2/3)</p> <p>01.25 Fargo (1/10)</p>	<p>15.55 Kriminálka Las Vegas II (14)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4247)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Survivor Česko & Slovensko (25)</p> <p>22.55 Víkend</p> <p>23.45 Kriminálka Las Vegas II (13) Kříže identity. Seriál (USA, 2001)</p> <p>00.45 Kriminálka Las Vegas II (14)</p> <p>01.40 Mentalista III (22)</p> <p>03.00 Na lovu</p> <p>03.45 Doktorů z Počátků (41)</p>	<p>16.50 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 Zoo (20) Past na Viky. Rodinný seriál (ČR, 2021)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>23.55 Ano, šéfe!</p> <p>01.10 Like House 3</p> <p>01.55 Like House 3 Night show</p> <p>02.10 Námořní vyšetřovací služba IV (13) Návrat Sharifa. Krimiseriál (USA, 2006)</p> <p>03.05 Jake a Tlustoch III (22)</p> <p>04.05 Kriminálka Montpellier (5)</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 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Gamingmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.00 CZ & SK České a slovenské klipy</p> <p>18.59 Nebud dřevák, dej si tělák Zdravý pohyb a motivace na každý den</p> <p>19.00 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Óčko flirt</p>

iDNES Premium

Objevte svět neomezených článků a zábavy

S předplatným iDNES Premium získáte
všechny následující výhody



Prémiové
články



Přednostní
vstupenky



Digitální
předplatné



Skvělé
soutěže



Filmy
zdarma



Knihy
zdarma



iDNES Premium
Zdraví



Sportovní
kanály



... a další
výhody

Již od 1 Kč za měsíc

Více na www.idnes.cz/premium

JAKUB KOHÁK

DIVOKÝ



Sloupek

ZAROSTLO

Ještě než se pustím do dnešního tématu, rád bych váženého čtenáře ujistil, že si velice vážím každého počínu, který si klade za svůj cíl zachránit, obnovit či zvelebit jakoukoliv uvadající památku, část krajiny nebo zanesený hvozd.

Avšak to, co se děje v mém bezprostředním sousedství na pražské Letné, mne dosti znepokojuje. Když se na parkovišti přímo před Technickým muzeem dosti nesmyslně objevily dvě lavičky, mlčky jsem to přešel. Sice se přišlo o několik parkovacích míst, ale budíž – třeba si opravdu někdo bude chtít namísto do rozlehlého parku plného sympatického posezení, který je vzdálen 50 metrů, kecnout na parkplac mezi auta.

Oukej. Když se po čase, asi 40 metrů od oněch bájných laviček, objevilo kolem přechodu pro chodce zhruba 15 šílených

žulových minikvádrů, tak už jsem měl nutkání někde se ozvat. Ale dobrá – třeba to donutí řidiče zpomalit nebo se těch kostek alespoň leknu! Nyní byl však nasazen další stupeň renovace a já už nedokážu mlčet.

Citát

Kolotoč je dřevěný, schody jsou z kamene, podobné schodům do metra.

Letenský kolotoč se opravuje již několik let. Snad se brzy dočkáme jeho otevření a snad proto, aby lidé, kteří k němu půjdou, nemuseli udělat o třicet šest kroků více, kdosi rozhodl, že se do svahu, který odděluje kolotoč od chodníku, vybudují schody. Strašidelnost! Kolotoč je dřevěný, žluto-červený, schody jsou ze světlého kamene, podobné schodům do metra. Zmizel kus trávníku a hlíny, vznikly debilní schody.

A hned naproti se v ulici Kostelní polidšťují ostrůvky, kde před nedávnem rostly květiny a přirozená zeleň. Děsím se, co tam nakonec bude.

A tak prosím – nekultivujme každý kout městské přírody – nechme někde přirozené zarostlo.

Anketa

f Pletete si pomlázku? Vaše zkušenosti?



Filip Zuska

Loni jsem pletl poprvé, letos zase budu hledat návodná videa.



Petra Štancová

Upletu vánočku i pomlázku, je to podobné.



Klára Berková

Umím až z šestnácti proutků, to je výzva!

@mojemetro



Milí čtenáři, tomu říkáme ryzí jarní краса! Za sakurovou korunu děkujeme @sylvia.h.l. #prag #prague #prageworld #europe #citylife #milujuprahu #best #sakura #igbest_shots #czechrepublic #igers #pink #visitprague #wonderful_prague #praguestagram #praguelife #hello_worldpics #travel

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfote 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

V Ústí to umí

Při cestách se člověk nevyhne srovnávání, nejen mezi 70 navštívenými zeměmi pěti kontinentů, ale i mezi jednotlivými kraji naší vlasti. Mám na mysli organizaci veřejné dopravy ve Středočeském a Ústeckém kraji. V tom prvním se už léta chvályhodně snaží integrovat autobusové linky, byť některé stále odolávají. Existuje jedno telefonní číslo, kde vám sčítá řeknou, kde je váš zmeškaný spoj, v noci, večer a brzy ráno a ještě méně o víkendu vám natočený kolovrátek sděluje, že informační linka je momentálně mimo provoz, že máte zavolat později. V Ústí informační linka funguje 24 hodin denně, a dokonce vám při zpoždění vašeho spoje zajistí, že přípoj vlaku, busu či loď na vás počká. Mají i úžasnou denní jízdenku, která platí na každý bus, vlak či loď v kraji, stejně jako ostatní krajské jízdenky. Takže nejen jiná země, jiné mravy, ale i v ČR platí: jiný kraj, jiný mrav.

PETR RÁDL

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

BRUNETTA

Komiks

Stripoff.....Hrabě S.



honza-smolik.com

Zázračná moc česneku

Jedna z nejpoužívanějších surovin v kuchyni nepropůjčuje jídlu jen příjemnou chuť a vůni, ale umí také léčit.

Česnek má silné protirakovinné účinky, pomáhá na infekce plic a zažívacího traktu, ale i při artróze nebo revmatismu a má i kladný vliv na kardiovaskulární systém: snižuje krevní tlak i cholesterol. Také účinkuje proti plísním, bakteriím a virům. A další výhoda? Nemá žádné vedlejší účinky.

Také se česnek používá jako přírodní antibiotikum a zároveň silné a účinné antivirotikum, které pomáhá chránit před virovými infekcemi. Obsahuje spoustu vitamínů i minerálů, například vápník, železo, draslík, sodík, jod, vitaminy B1, B2,

B6 i vitaminy C a A. A také enzymy. Hlavní léčivou složkou česneku je allicin, silné přírodní antibiotikum. Allicin obsahuje i cibule – její šťáva pomáhá při léčení spálenin a opařenin a společně s medem léčí průdušky.

Největší sílu má česnek v syrovém stavu, ne každý ho ale snese. Zkuste si z něj tedy udělat vývar – vezměte zeleninu, dejte do ní různé bylinky, povařte a poté přidejte několik stroužků česneku. Pokud by na vás bylo i toto moc silné, stačí vymačkat šťávu z jednoho nebo dvou stroužků do uvařené polévky servírované na talíři.

Vařením ale česnek ztratí živiny – po zhruba deseti minutách přijde o přibližně 40 procent své původní síly. Proto ho přidávejte do pokrmů až těsně před jejich dokončením.

Jednou z úprav této zeleniny je takzvaný černý česnek, který je zpracovaný speciální metodou fermentace, kdy se palice při určité teplotě a vlh-



Černý česnek je zpracovaný metodou fermentace. PROFIMEDIA

kosti fermentují přibližně jeden měsíc. Kvašením se vytváří prospěšné trávicí enzymy, vitaminy skupiny B, včetně nedostatkového B12, a probiotické kmeny. Fermentované potraviny navíc revitalizují a obnovují funkce těla zatí-

ženého léky či chemikáliemi.

A proč česnek fermentací změni barvu a zčerná? Způsobuje to tzv. Maillardova reakce, při které vzniká celá řada látek, které dodávají výrobkům charakteristické zbarvení, chuť a vůni. Maillardova

reakce je typická například pro pekařské výrobky. Stejně jako vzniká při pečení chleba jeho křupavá kůrka a nezaměnitelně vznikají při výrobě černého česneku aromatické sloučeniny dodávající mu jeho jedinečnou chuť. Jde o čistě biologický proces, zjednodušeně řečeno jde o velice dlouhý a pomalý pečení.

Zajímavostí je, že fermentací česnek ztrácí svou charakteristickou ostrou štiplavou chuť, je tedy lépe přijatelný i pro ty, kteří ho v syrovém stavu nemusejí. Na rozdíl od bílého česneku také nedráždí žaludek a mohou jej tak užívat i lidé, kteří jsou jinak na běžný česnek velmi citliví.

„Černá“ úprava česneku má blahodárný vliv na srdce a celý krevní oběh, neboť pomáhá ke snížení „zlého“ LDL cholesterolu. Pozitivně ovlivňuje trávení, snižuje riziko vzniku vysokého krevního tlaku a minimalizuje riziko vzniku mrtvice či trombózy díky silným antioxidantním účinkům. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

TEREZIA

PŘÍRODA MÁ SÍLU
UDRŽET VÁŠ CHOLESTEROL POD KONTROLOU

Pomáhá udržovat normální **hladinu cholesterolu** a tuku v krvi.

Posiluje **imunitní systém** a působí jako **antioxidant**.

Díky fermentaci **nedráždí zažívací ústrojí** a je **bez zápachu**.

ZDRAVÍ MÁ KOŘENY V PŘÍRODĚ



Doplňek stravy

Vyrábí česká rodinná firma

Bez chemie a konzervantů

Žádejte ve své lékárně

SLEVA 25 %
na Vaše zdraví

Zaregistrujte se na www.terezia.eu, zadejte **slevový kód MET88** a nakupujte s **25% slevou**.

Sleva platí pouze pro registrované a na jeden nákup. Slevový kód platí do 31. 5. 2022.

www.terezia.eu

Že jsou játra nemocná, nemusíte dlouho poznat

Je vám po jídle těžko? Bolí vás břicho nebo se u vás dokonce objevují záchvatové bolesti v oblasti pravého podžebří? Pak můžete mít problémy s játry, potažmo se žlučníkem.

Játra jsou pro organismus nenahraditelná. Jsou centrem mnoha metabolických procesů a látkové výměny téměř všech živin potřebných pro naše tělo. I když se umí jako jediný orgán v těle regenerovat, neznamená to, že nemohou onemocnět.

Poslední roky narůstá počet pacientů, kteří se potýkají se zhoršením jaterních funkcí a není to jen alkoholová cirrhóza či žloutenka. Poškodit je může i přílišné zatučnění, jehož příčinu můžeme hledat v nevhodné stravě a přejídání se, ale i v nadbytku alkoholu či kouření.

Zajišťují totiž detoxikaci organismu, usnadňují trávení a hrají klíčovou roli v metabolismu sacharidů, tuků i bílkovin. Mají za úkol vyrábět žluč, která se hromadí ve žlučníku, vytvářejí důležité bílkoviny, jsou zásobárnou vitamínů a v neposlední řadě se podílí na rozkládání tuků a alkoholu.

„Pokud jsou játra nemocná, většinou to o sobě nedají dlouhou dobu vědět. Nemoc tak probíhá skrytě a může se projevit až ve



Varovné signály PROFIMEDIA

chvíli, kdy je její léčba velmi složitá. I proto jsou játra druhým nejčastěji transplantovaným orgánem u nás,“ přibližuje doktorka Kateřina Pinterová z laboratoří Synlab.

Mezi nejčastější příčiny selhání patří častá konzumace alkoholu, nezdravé stravování či nadměrný kontakt s toxickými látkami. Způsobit ho mohou následky infekční žloutenky nebo dědičný sklon k onemocně-

Žlučníkové kameny

Žlučník je dutý vakovitý orgán sloužící na skladování žluči, kterou tvoří játra.

- Je uložený na spodní straně jater, s nimiž je anatomicky i funkčně spojen.
- Žluč z jater je vylučována do dvanáctníku (část tenkého střeva), kde napomáhá trávení potravy, vstřebávání tuků a vitamínů v tucích rozpustných.
- Ve žlučníku se mohou vytvářet žlučníkové kameny, které se vyskytují i v jeho vývodu, ale mohou doputovat i jinak.

- Žlučníkové kameny dokážou způsobit silné bolesti, ale často o nich pacienti vůbec nevědí. I tak mu ale někdy mohou způsobit zdravotní komplikace – kámen může způsobit akutní zánět žlučníku a eventuálně při dlouhodobém dráždění i karcinom žlučníku. Menší kameny zase mohou vycestovat do žlučových cest, kde se zaklíní a způsobí akutní zánět žlučových cest nebo se mohou zaklínit až ve vyústění žlučových cest a slinivky břišní do tenkého střeva, což může skončit i zánětem slinivky.

ní jater. Pozor by si na svá játra měli dávat také sportovci, kteří konzumují vysokoenergetické potraviny, zejména pak sacharidové nebo proteinové nápoje. Mohou způsobit jejich ztukovatění.

Mezi varovné signály onemocnění jater a žlučníku patří opakující se bolest pod pravým žebrem, nadýmání, častá zácpa, ztráta apetitu nebo nepřiměřené hubnutí. Mnozí pacienti si také stěžují na extrémně silnou únavu nebo nepříjemný zápach z úst. Problémy s játry se mohou projevovat i změnou barvy stolice či moči, zežloutnutím kůže nebo svěděním pokožky.

To, v jakém stavu játra jsou, se pozná z krevních testů. V rámci nich se testuje hladina tří enzymů, které odrážejí stav jaterních buněk či buněk žlučových cest – ALT, AST a GGT. Všechny tři enzymy se v krvi běžně vyskytují v malém množ-

ství. Naměřili-li se vysoká hladina některého z nich, poukazuje to na poškození jater.

S játry souvisí i žlučník, ve kterém se mohou vytvářet žlučníkové kameny. Ty jsou nejčastějším onemocněním žlučových cest, které vzniká důsledkem nepoměru koncentrací jednotlivých složek žluči. Přítomnost kamenů bývá často bezpříznaková, ale může také způsobovat kruté bolesti, kolikový záchvat, žloutenku či zánět slinivky.

„Tvoření žlučníkových kamenů je podmíněné chorobnými změnami ve žlučníku a játrech. Žlučníkové kameny se objevují v důsledku nerovnováhy složení látek tvořících žluč, a to srážením jednotlivých složek, z nichž pak postupně vzniká kámen nebo písek, který umí působit stejně potíže jako kameny,“ vysvětluje doktorka Petra Rycková z Canadian Medical. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Nadýmání? Křeče? Bolesti?

Cíleně se uvolňuje až ve střevě



Gaspan® – silný a šetrný při zažívacích potížích

- ✓ ulevuje při nadýmání, křečích, bolestech a diskomfortu v oblasti břicha
- ✓ enterosolventní tobolky jsou šetrné k žaludku a zajišťují přímý účinek tam, kde potíže vznikají, tedy ve střevě
- ✓ kombinuje osvědčené a vědecky ověřené přírodní látky ve vysokých dávkách: silice máty peprné a kmínu

Gaspan® enterosolventní měkké tobolky je lék k vnitřnímu užití. Čtěte pečlivě příbalovou informaci.

Schwabe Czech s.r.o.
Pod Klíkovkou 1917/4, 150 00 Praha 5 - Smíchov
tel.: +420 241 740 447, e-mail: info@schwabe.cz
www.gaspan.cz

Schwabe
Czech
From Nature. For Health.

Trpíte plísňovými infekcemi kůže? Jste diabetik a máte časté kožní mykózy?

- **Hledáme pacienty** ve věku **18 - 90 let**, kteří trpí střední až závažnou plísňovou infekcí kůže (trup, pod prsy, podbřišek, třísla, podpaží, mezprstí, atd.) a mají zájem o léčbu.
- V rámci klinického výzkumu **nabízíme 3-týdenní intenzivní lokální antimykotickou léčbu zdarma.**
- Léčivé přípravky Vám budou poskytnuty **ZDARMA**, přijďte si je vyzkoušet.

Pro více informací a bezplatnou konzultaci nás prosím kontaktujte:

Telefon: **606 072 078**

Adresa: **Kožní ambulance, Těšnov 5, 110 00 Praha 1 (stanice metra Florenc)**

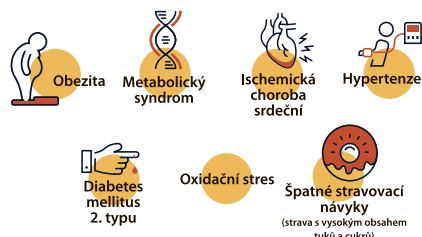
VÍTE, JAKÉ JATERNÍ ONEMOCNĚNÍ SE V CELOSVĚTOVÉ POPULACI VYSKYTUJE NEJČASTĚJI? JDE O ZTUKOVATĚNÍ JATER neboli nealkoholovou tukovou chorobu jater (NAFLD).

Ta je jednou z nejčastějších chorob „životního stylu“ na světě, která se stává civilizačním problémem. Podle odhadů trpí ztukovatěním jater průměrně každý 4. obyvatel planety.

Při nealkoholové tukové chorobě jater dochází k nadměrnému hromadění tuku v játrech (bez zvýšené konzumace alkoholu) a k postupnému poškození jater, které se může časem rozvinout až do jaterní cirhózy.

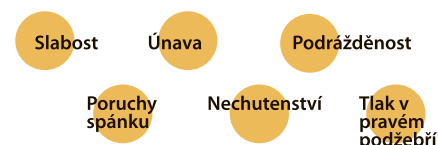
KDO PATŘÍ DO RIZIKOVÉ SKUPINY NAFLD?

Výskyt NAFLD se zvyšuje s postupujícím věkem. Více než polovina všech pacientů s NAFLD je starší 65 let. Ztukovatění jater však může postihnout také mladé lidi (každý 5. člověk ve věku 24 let trpí NAFLD). Odhaduje se, že postihuje 5% dětské populace. Mezi hlavní rizikové faktory vzniku NAFLD patří:



PŘÍZNAKY

Velká část populace si není vědoma toho, že by mohla trpět ztukovatěním jater především proto, že onemocnění nevyvolává žádné jasné příznaky, které by mohly naznačovat problém s játry. Mezi symptomy, které mohou svědčit pro NAFLD, patří mimo jiné:

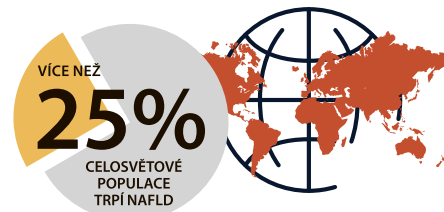


Tyto příznaky a/nebo souběžný výskyt některého z onemocnění, jako jsou obezita, diabetes 2. typu, metabolický syndrom, by měly být důvodem k vyšetření u lékaře a k testům, které mohou NAFLD potvrdit nebo vyloučit.

DIAGNÓZA NAFLD - A CO DÁL?

Při léčbě NAFLD je nesmírně důležitá změna životního stylu, která spočívá především ve změně stravovacích návyků a zařazení pohybové aktivity:

Při léčbě NAFLD je velmi důležitá ochrana jaterních buněk před poškozením. Užívání léků s obsahem esenciálních fosfolipidů pomáhá regenerovat jaterní buňky.



- Doporučuje se středomořská strava, konzumace zeleniny a ovoce, vlákniny a tuků bohatých na mononenasycené a polynenasycené mastné kyseliny.
- Vyhněte se nadměrnému množství fruktózy a dalších cukrů, které jsou později zpracovány na tuk.
- U lidí s nadváhou a obezitou je nutné postupné snižování hmotnosti o 0,5 - 1 kg za týden. Úbytek alespoň 7% počáteční tělesné hmotnosti redukuje ztukovatění jater a snižuje zánětlivé procesy, které se mohou v játrech vyskytovat.
- Důležitá je správná a pravidelná pohybová aktivita:
 - aerobní cvičení střední intenzity
 - silové cvičení dvakrát týdně
 - během týdne 150 minut chůze, plavání nebo jízdy na kole.

PEČUJTE O SVÁ JÁTRA

ESSENTIALE® Podporuje přirozenou regeneraci jater

- 3 Účinky:**
- Urychluje obnovu jaterních buněk
 - Zlepšuje jejich funkci
 - Podporuje jejich regeneraci

Essentiale® je volně prodejný lék k vnitřnímu užití. Obsahuje fosfolipida sojae praeparata. Čtěte pozorně příbalovou informaci a poraďte se s lékařem nebo lékárníkem. MAT-CZ-2200228 - 1.0 - 03/2022





Covid dopadl i na základní umělecké školy. Když se vyučovalo, roušky byly nezbytností. Snímek z roku 2020 je z Vratimova, kde na kytaru učí Jan Gajdica. MAFRA

Vedou školní i sportovní kroužky

Jak řešíme volný čas našich dětí?

Třetina z nich „sedí doma na zadku“.

Dvě třetiny českých dětí, tedy 1,4 milionu, navštěvují alespoň jeden kurz týdně. Kvůli covidu mělo přes 50 procent z nich problém odchodit všechny hodiny. Průměrně za kurz rodiče zaplatí 2500 korun za pololetí. Vedou zejména kroužky z nabídky škol a sportovních klubů. Každé desáté dítě v Česku také navštěvuje základní uměleckou školu (ZUŠ). To vše vyplývá z průzkumu pro

společnost Provident Instant Research, kterého se účastnilo osm stovek rodičů.

Většina dětí na kroužky chodí

Alespoň na jeden kroužek chodí 60 procent dětí, přičemž nejčastěji navštěvují ty, které organizuje škola (39,5 procenta). „Výhodou kroužků pořádaných školou je, že lektor si vyzvedne děti ve školní družině a zase je tam odevzdá. Rodičům tak odpadá nutnost odvádění na kroužky, což je obrovská pomoc. Velkým pozitivem je také nižší cena školních kroužků oproti komerčním provozovatelům. Zájem o kroužky proto stabilně ros-

te a na mnoha školách převyšuje jejich možnosti. Ne každé dítě se tak dostane na všechny kroužky, o které by stálo,“ vysvětluje Alena Fialová, ředitelka Základní školy a mateřské školy Líšnice.

Kromě školy docházejí děti na kroužky také často do sportovního klubu (37,5 procenta). Ty jsou výjimečně oblíbené u dětí z Pardubického kraje. Pokud v tomto kraji dítě navštěvuje kroužek, je skoro poloviční pravděpodobnost, že jej organizuje právě sportovní klub.

Co se týče počtu navštěvovaných kroužků, přesně polovina dětí v ČR navštěvuje jeden až dva. Neaktivnější děti jsou v Karlovarském kraji,

kde celých 19,2 procenta chodí na více než dva kroužky týdně. Naopak v Moravskoslezském kraji je to jen 2,1 procenta.

Pandemie měla výrazný vliv na volnočasové aktivity

Z průzkumu Providentu vyšlo, že u 69 procent rodin se počet kroužků ve srovnání s obdobím před vypuknutím pandemie nezměnil. Koronavirový vliv byl ale jiný. Odchodit všechny hodiny se bez problémů podařilo jen třetině dětí. Například výuka na základních uměleckých školách probíhala často distančně, většina školních a sportovních kroužků se však ne-

konala vůbec. „Všechny peníze od rodičů za školní kroužky, které nemohly během pandemie proběhnout, jsme automaticky převáděli do dalšího pololetí, takže rodiče ani děti nepřišli zkrátka. Všichni tuto možnost ocenili a vrátní peněz nepožadoval nikdo,“ komentuje Alena Fialová z líšnické školy. Zdaleka ne všude ale rodiče takovou možnost dostali. „Téměř čtvrtině rodičů nebyly vráceny žádné peníze ani nabídnuty náhradní hodiny. Tento trend byl nejsilnější v Plzeňském kraji, kde postihl 39 procent dotázaných,“ vysvětluje Kateřina Jarošová, tisková mluvčí Providentu a manažerka projektu Neviditelní.

INZERCE



Jsou Vaše děti připraveny založit s námi základnu na Marsu v Minecraftu, stvořit úžasnou bitevní arénu v Robloxu, nebo zachránit internet před zlými hackery? Děti s námi proniknou do tajů programování, ovládnou roboty, umělou inteligenci, vytvoří cool appky nebo můžou přistáhnout křídla Youtube videím.

Naše tábory zábavnou formou rozvíjejí kreativitu, komunikaci, digitální dovednosti a nezapomínají ani na odpolední sportovní aktivity.

- Max. 12 dětí ve skupině (věkově rozdělené)
- Témata pro mladší děti i teenagery (od 6 do 18 let)
- Místa: Arbesovo náměstí, Praha 5
Magenta Experience Center, Praha 4
Online
- 5 dní (celodenní 8:30-16:30, nebo půldenní varianta 9.00- 13.30)

- Termíny: 2 různá témata každý týden
- Cena: 4950 / 3950 / 3590 Kč (v případě přihlášení 3 a více dětí sleva 5%)
- Možnost platit benefičními poukázkami
- Včetně oběda, svačiny, pití, vstupu a veškerého vybavení

logiscool
Create. Code. Enjoy.

Více na: logiscool.com/cz/programs/camps



České základní umělecké školy jsou světovým unikátem

Do základní umělecké školy (ZUŠ) dochází každé desáté dítě v České republice. Výsledky průzkumu z jednotlivých krajů se však velmi liší.

- Například ve Zlínském kraji navštěvuje ZUŠ celých 39,4 procenta dětí, kdežto v Moravskoslezském kraji je to

jen pět procent. Tam naopak vítězí sportovní aktivity, které navštěvuje 40 procent dětí.

- Přijímací řízení ZUŠ na školní rok 2022/2023 se rozjíždějí právě nyní. Pokud si rodiče přejí, aby jejich dítě navštěvovalo zpěv, hrálo na hudební nástroj nebo chodilo

do výtvarného nebo dramatického oboru, je nejvyšší čas jednat.

- Jedinečný systém 525 škol vychovává nejen budoucí profesionály, ale i publikum. Historie řady základních uměleckých škol sahá mnohdy až do 19. století.

Cena kroužků je zásadní, s kvalitou ale nesouvisí

Covid zároveň umožnil rodičům zjistit, jak probíhá nejen výuka ve školách, ale i obsah řady volnočasových aktivit. Je proto otázkou, jak se v dalším pololetí promění poptávka rodičů a dětí po kroužcích.

- Výsledky průzkumu ukázaly, kolik rodiče průměrně utratí za volnočasové aktivity jednoho svého dítěte za jedno pololetí.

- Nejčastěji respondenti (30 procent) odpověděli, že do kroužků pro jedno dítě investují 1001 až 2500 korun za pololetí, čtvrtina rodičů pak 2501 až 5000 korun.

- „Kvalitní dětský kroužek nebo jiná mimoškolní aktivita můžou budoucnost dítěte ovlivnit více než leckterá škola. Od respondentů víme, že na

výběr kroužků mají finanční možnosti rodičů významný vliv. Vyšší kroužkovně však nemusí znamenat kvalitnější strávený volný čas. Nadšení a profesionalita některých vedoucích, trenérů nebo pedagogů ZUŠ přináší dětem nejen zážitky na celý život, ale často můžou ovlivnit i profesní směřování dětí,“ říká Kateřina Jarošová, manažerka projektu Neviditelní.

Harry Potter či Ať žijí duchové! Témat je nepřehledné množství

Pošlete své děti na tábor. A to s těmi nejlepšími.

Celotáborová hra, táborák, diskotéka, soutěže a hry, zkrátka spousta letní zábavy s kamarády a bez bedlivého dozoru rodičů. To jsou dětské tábory jako český fenomén letních prázdnin pro statisíce dětí. A když poslat dítě na tábor, tak přece se zkušeným pořadatelem s nejlepší pověstí, který dbá nejen na zábavu, ale i na bezpečnost našich dětí. Takovým pořadatelem jsou Děti bez hranic – táborový spolek s nadšením bez hranic.

Děti bez hranic jsou lídrem v pořádání klasických dětských chatičkových táborů. Jde o táborový spolek lidí, které baví pořádat dětské tábory již více než 16 let.

„Pro letošní rok jsme pro děti připravili více než 35 dětských táborů s nepřehledným množstvím témat celotáborových her od Harryho Pottera až po Survivor, od pirátů po superhrdiny. Naši vedoucí jsou táboroví nadšenci s nadšením bez hranic a pilně připravují letošní nadupaný táborový program,“ říká předseda spolku Josef Valter. „Jsme jedním z největších pořadatelů táborů, vždy se snažíme o perfektní program v mezích maximální odpovědnosti při péči o děti. Našich táborů se účastní každý rok přes tři tisíce účastníků, tábory bývají zcela obsazené, je o ně velký zájem a přihlašování probíhá právě teď,“ uvádí Valter.

Tábory pro rodiče s dětmi – novinka posledních let

Děti bez hranic pořádají i unikátní a nesmírně oblíbené tábory pro rodiče s dětmi.



Ke každému táboru patří také táborový oheň. DETIBEZHANIC.CZ

„Pro malé děti a jejich rodiče pořádáme desítky táborů pro rodiče s dětmi, kde pro děti chystáme báječný program na téma Ať žijí duchové!, a pro rodiče příjemné lokace od táborů přes relax hotely až po zámecké areály a hlavně odpočinek a radost z pozorování jejich zabavených veselých dětí,“ říká Barbora Kašíková, která se ve spolku stará o tábory pro rodiče s dětmi a je i jejich oblíbenou hlavní vedoucí.

Příměstské tábory v pražské zoo

Děti bez hranic také pořádají příměstské tábory v Zoologické zahradě Praha, jejichž program je celý v zoo, zaměřený na zvířata, přírodu a pohybové aktivity. Příměstské tábory v trojské zoo probíhají celé letní prázdniny, každý pracovní den od rána do večera, vždy v týdenních turnusech. Sraz je vždy u hlavní brány zoo. Děti mají zajištěn program i oběd. Během tábo-

ra je vždy i extra program od samotné zahrady – krmení velbloudů, výroba papíru ze sloního trusu a další.

Bezpečnost a první pomoc vždy na prvním místě

Děti bez hranic bedlivě školí své vedoucí v oblasti bezpečnosti při práci s dětmi a v první pomoci. „Jsme si vědomi naší odpovědnosti a odpovědnosti vedoucích, proto každoročně všechny vedoucí školíme a prověřujeme jejich znalosti jak v bezpečnosti, tak v první pomoci,“ potvrzuje Martin Škoda, místopředseda Děti bez hranic, který má školení na starosti.

Léto a dětské tábory zkrátka patří k sobě a je skvělé, že i v dnešní hektické době stále existují nadšení lidé, kteří je pořádají a o naše děti se ve svém volném čase starají. Více informací o nich najdete na www.detibezhranic.cz a na Facebooku.

INZERCE







LETNÍ TÁBORY S TRADICÍ

Pobytové i příměstské tábory

LETNÍ DĚTSKÉ TÁBORY - skvělá zábava pro vaše děti

TÁBORY PRO RODIČE S DĚTMI - rodinná dovolená s programem pro vaše děti



cena od **3499** Kč

Více informací na tel.: 774 733 322
nebo na stránkách:

www. DĚTI BEZ HRANIC .cz



Chelsea se pokusí otočit čtvrtfinále

V Lize mistrů se utká také Bayern s Villarreallem.

Úřadující vítěz fotbalové Ligy mistrů Chelsea se dnes v odvetném čtvrtfinále na Santiagu Bernabéu proti Realu Madrid pokusí otočit nepříznivý výsledek 1:3 z úvodního zápasu. Vyřazení bude odvracet i Bayern Mnichov, který minulý týden na hřišti posledního vítěze Evropské ligy Villarrealu prohrál 0:1. Oba duely mají výkop ve 21 hodin.

O vítězství Realu na Stamford Bridge rozhodl třemi brankami Karim Benzema, který dal hattrick ve druhém utkání Ligy mistrů po sobě. Lídr španělské ligy porazil londýnský celek v evropských pohárech na šestý pokus poprvé. V minulé sezoně Bílý balet vypadl s Chelsea v semifinále.

„První utkání jsme kontrolovali a byli jsme nebezpeční v protiútocích. Je to ale te-

prve poločas. Máme výhodu, v úterý to však bude jiný zápas. Jsou to obhájci,“ řekl trenér Realu Carlo Ancelotti, který v minulosti Chelsea vedl.

„Při zpětném sledování zápasu jsem spotřeboval ohromné množství čokolády. Nedívalo se na to dobře. Bohužel, a poněkud překvapivě, nám chyběl systém. Obvykle jsme silní v tom, že jasně vidíte, o co se snažíme,“ uvedl kouč Chelsea Thomas Tuchel, jehož svěřenci zvítězili v sobotu v anglické lize na hřišti Southamptonu 6:0.

Real postoupil ze čtvrtfinále Ligy mistrů devětkrát za sebou, zatímco Blues třikrát. Vítěz se v další fázi utká s Manchesterem City nebo Atléticem Madrid. Duel na hřišti Realu bude pískat Polák Szymon Marciniak, jenž se spolu se svým krajanem u videa Tomaszem Kwiatkowským představil i v březnovém ligovém derby mezi Slavií a Spartou.

Favorizovaný Bayern musí v domácí odvetě s Villarreallem odčinit úvodní prohru.

„Zápas je nám šitý na míru. Chceme výsledek obrátit a postoupit do semifinále. Především bude záležet na naší síle. Musíme je dostat pod tlak a vytvořit si velké šance,“ prohlásil brankář a kapitán Manuel Neuer. „Rozhodně musíme být lepší než v prvním utkání. Stadion se bude otřásat. Předvedeme výkon hodný Bayernu,“ doplnil záložník Leon Goretzka.

Žlutá ponorka je ve čtvrtfinále soutěže teprve potřetí, jejím maximem je semifinále z roku 2006. „Je to historická chvíle, ale ve čtvrtfinále jsme už byli. Teď chceme zažít i skvělou odvetu. Musíme udělat další krok. Abychom je mohli vyřadit, potřebujeme ze sebe dostat ještě víc,“ konstatoval trenér Unai Emery. Villarreal nepodlehli německým soupeřům v pohárech pětkrát za sebou a ve vyřazovacích dvojzápasech nad nimi uspěl ve třech ze čtyř případů. Bayern nebo Villarreal výzvou v boji o účast ve finále lepšího z dvojice Liverpool – Benfica Lisabon. **ČTK**



Sparta si zahraje finále

Hokejisté Sparty porazili v pátém semifinále play-off extraligy České Budějovice 3:2, sérii vyhráli 4:1 a postoupili do finále. Zápas rozhodl v 54. minutě odchovanec Jihočechů Roman Horák. Pražané, kteří se v boji o titul utkají od pondělí s Třincem, se ve finále představí poprvé od roku 2016. České Budějovice obsadí v konečném pořadí extraligy třetí místo, Sparta si zajistila start v příštím ročníku Ligy mistrů. Finálová série začne na ledě Ocelářů. Druhý tým tabulky po základní části, který obhájuje tituly z roku 2019 a loňska, postoupil už v pátek. **ČTK**

Čechmánek. Rozsudek padne příští týden

Státní zástupce včera navrhl uložit bývalému hokejistovi Romanu Čechmánekovi až čtyřletý trest vězení za podvod. Obhajoba žádá zproštění obžaloby, skutek označený v žalobním návrhu podle ní není trestným činem. Podle obžaloby si Čechmánek při

svém neúspěšném podnikání půjčoval peníze a objednával práce, i když věděl, že závazky nebude schopen splatit. Padesátiletý Čechmánek vinu dlouhodobě popírá. Rozsudek v případu by měl zlínský krajský soud vynést v úterý 19. dubna. **ČTK**

Krátce

Bez Badosaové

Španělské tenistky se budou muset v kvalifikačním duelu s Nizozemskem v Poháru Billie Jean Kingové obejít bez týmové jedničky Pauly Badosaové. Světová trojka, která měla v soutěži debutovat, se z utkání v Hertogenboschi

na poslední chvíli omluví kvůli zdravotním problémům.

FIA bude vyšetřovat

Mezinárodní automobilová federace (FIA) začala vyšetřovat chování ruského motokárového jezdce Arťoma Severjuchina na

stupních vítězů po víkendovém závodě seriálu mistrovství Evropy v Algarve. Jezdec, jenž vzhledem k sankcím pro ruské sportovce kvůli invazi na Ukrajinu závodí pod italskou vlajkou, udělal na oslavu svého vítězství gesto nápadně připomínající fašistický pozdrav. **ČTK**

INZERCE

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN



KRALOVSTVÍ HRAČEK
BAMBULE

Sleva 150 Kč
na celý nákup

PRO ZÍSKÁNÍ
KUPÓNŮ
SI STÁHNĚTE
APLIKACI



Portmonka

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

Fotbalistky. Čeká je klíčový zápas

České fotbalistky čeká v úterý klíčový zápas kvalifikace o mistrovství světa. Světenky trenéra Karla Rady v pátém utkání skupiny přivítají dnes od 17.30 v Teplicích reprezentaci Islandu, a pokud chtějí udržet reálnou šanci na postup, potřebují soupeři oplácet říjnovou venkovní porážku 0:4 a zvítězit.

Česky po polovině z osmi utkání ve skupině figurují na třetím místě pětičlenné tabulky. Na druhý Island ztrácejí sedm bodů, mají ale odložený zápas s Běloruskem k dobru. Skupinu vede

Nizozemsko s devítibodovým náskokem na český tým.

Na mistrovství světa, které budou v roce 2023 společně hostit Austrálie a Nový Zéland, z Evropy přímo postoupí devět vítězů kvalifikačních skupin, celky z druhých míst čeká baráž. Česky usilují o premiérovou účast na velkém turnaji.

Týmy se utkaly už v minulé světové kvalifikaci a oba zápasy skončily 1:1. V únoru Islandanky v přípravném utkání v USA porazily český tým 2:1. **ČTK**